

# Δραστηριότητες επιτελικών λειτουργιών

## 6-12 μηνών

- Παίξτε το ‘κου-κου-τζα’ με σκοπό να θυμηθεί που είναι κρυμμένο ένα αντικείμενο, ακόμα και όταν αυτό δεν είναι σε κάποιο ορατό σημείο.
- Να μιλάτε συχνά με το μωρό σας με σκοπό να αναπτύξει τις δεξιότητες συγκέντρωσης και εστίασης.
- Δώστε του να εξερευνήσει κατάλληλα, για την ηλικία, παιχνίδια και οικιακά αντικείμενα π.χ. κουτάλια, κουβαδάκια, ποτήρια.
- Παίξτε παιχνίδια μίμησης π.χ. παλαμάκια, με σκοπό να αναπτύξει τις δεξιότητες μνήμης και διδάξτε του πώς να σας αντιγράφει.

## 13- 24 μηνών

- Παίξτε παιχνίδια κατονομασίας π.χ. δείξτε ένα αντικείμενο και ονομάστε το με σκοπό να βελτιώσει την συγκέντρωσή του και να ανακαλύψει πως σχετίζονται οι λέξεις με τα αντικείμενα.
- Δώστε του απλές οδηγίες με σκοπό την βελτίωση των δεξιοτήτων ακρόασης, την απομνημόνευση των οδηγιών καθώς και την βελτίωση της έναρξής του σε νέες δραστηριότητες.
- Δοκιμάστε να ζωγραφίσετε με τα δάχτυλα (finger painting), με διαφορετικά χρώματα, με σκοπό να αναπτύξει την δημιουργική σκέψη.
- Μεταφέρετε φακές από έναν κουβά σε έναν άλλο χρησιμοποιώντας ένα πλαστικό κυπελλάκι, με σκοπό να βοηθήσει το παιδί να μάθει να συγκεντρώνεται σε μία συγκεκριμένη δραστηριότητα.

## 2- 3 ετών

- Τραγουδήστε τραγούδια και παίξτε παιχνίδια που περιλαμβάνουν οδηγίες, με σκοπό την αναγνώριση και απομνημόνευση λέξεων για να ολοκληρώσει μια κινητική δράση.
- Παίξτε παιχνίδια σε διαφορετικές τοποθεσίες με σκοπό να μάθει να προσαρμόζεται σε νέα περιβάλλοντα και εμπειρίες.
- Τακτοποιήστε μαζί τα παιχνίδια του μετά από κάθε δραστηριότητα ή παιχνίδι με σκοπό να αναπτύξει τις οργανωτικές του δεξιότητες.
- Παίξτε το ‘Ακολουθήστε τον Αρχηγό’ (Follow the Leader) με σκοπό να αναπτύξει τις δεξιότητες ακρόασης, να ακολουθάει οδηγίες και να μάθει να περιμένει την σειρά του.

## 4- 5 ετών

- Πραγματοποιήστε συμβολικό παιχνίδι με σκοπό την ανάπτυξη της ικανότητας της λήψης αποφάσεων.
- Πραγματοποιήστε χειροτεχνίες ή κατασκευαστικές δραστηριότητες με σκοπό να αναπτύξει την ικανότητα της δημιουργικής σκέψης.
- Πραγματοποιήστε αφήγηση ιστοριών με σκοπό να προσπαθήσει να θυμηθεί και να απομνημονεύσει την σειρά και τις λεπτομέρειες των γεγονότων.
- Κάνετε ερωτήσεις κατά την διάρκεια μίας δραστηριότητας ή ενός πάζλ με σκοπό να αναπτύξει την ικανότητα της σκέψης κατά την δραστηριότητα.
- Δημιουργήστε μαζί, σχήματα ή φιγούρες με τουβλάκια ή πηλό με σκοπό να αναπτύξει τις δεξιότητες σχεδιασμού και να αρχίσει να ολοκληρώνει δραστηριότητες με πολλαπλά βήματα.

## 5+ ετών

- Πραγματοποιήστε παιχνίδια που αναπτύσσουν τις δεξιότητες της μνήμης, της ταύτισης και της ομαδοποίησης. π.χ. Go Fish
- Εμπλακείτε σε δραστηριότητες που περιέχουν συγκεκριμένους κανόνες και οδηγίες π.χ. επιτραπέζια παιχνίδια.
- Παίξτε παιχνίδια όπως, ο Σάϊμον λέει (Simon Says), για να εξασκήσετε την μνημόνευση κανόνων, την ευέλικτη σκέψη και την προσαρμοστικότητα σε διάφορα σενάρια.
- Παίξτε δομημένες σωματικές δραστηριότητες, όπως το ποδόσφαιρο, για να αναπτύξετε τις δεξιότητες συγκέντρωσης και προσοχής εστιασμένες σε ένα παιχνίδι ή σκοπό.
- Δημιουργήστε ευκαιρίες με σκοπό την εξάσκηση της δεξιότητας της λήψης αποφάσεων π.χ. Να αποφασίσει το παιδί ποια δραστηριότητα θα πραγματοποιήσει και πως θα την ολοκληρώσει.
- Παίξτε παιχνίδια εικασίας, όπως το I Spy, για να εξασκήσετε την ικανότητα μνημόνευσης σε προηγούμενες εικασίες αλλά και πώς να γίνει κατανοητός ο τελικός σκοπός του παιχνιδιού.