

Χρήσιμες συμβουλές για τους γονείς σχετικά με την πληροφόρηση των παιδιών για τον Covid-19

Αγαπητοί γονείς,

πρώτα απ' όλα, μην προσπαθήσετε να κρύψετε από τα παιδιά σας τι συμβαίνει – εκτός αν είναι πολύ μικρά. Βιώνουν, εξάλλου, και τα ίδια τη νέα κατάσταση που έχει εισβάλει στη ζωή μας.

Εξηγήστε τους με απλά λόγια τι ακριβώς είναι ο κορωνοϊός και πως επηρεάζει τη ζωή μας. Μιλήστε τους για τους τρόπους προφύλαξης από τον νέο αυτό ιό και ενημερώστε τα για το τι μπορούν να κάνουν και τα ίδια. Να πλένουν, δηλαδή, τα χέρια τους συχνά, να βήχουν σε χαρτομάντιλο και, αν δεν υπάρχει, στο μανίκι τους, να τρέφονται σωστά, να κοιμούνται επαρκώς κ.λπ. Έτσι μπορούν να προστατέψουν τον εαυτό τους αλλά, ενδεχομένως, και ανθρώπους μεγαλύτερης ηλικίας π.χ. τον παππού και τη γιαγιά ή άτομα που ανήκουν στις ευπαθείς ομάδες.

Επισημάνετε στα παιδιά ότι οι ερευνητές και οι γιατροί προσπαθούν να μάθουν για τον νέο ιό όσο πιο γρήγορα μπορούν και παίρνουν όλα τα απαραίτητα μέτρα για να κρατήσουν τον κόσμο ασφαλή.

Τα παιδιά, επίσης, μπορεί να εμφανίσουν σημάδια φόβου και ανησυχίας. Μπορεί να σας ρωτήσουν αν κινδυνεύετε και εσείς από τον ιό. Εξηγήστε τους πως, ακόμα κι αν κολλήσετε, θα γίνετε καλά. Κρατήστε την ψυχραιμία σας και προσπαθήστε να ακολουθήσετε την καθημερινή σας ρουτίνα.

Προφυλάξτε τα μικρά παιδιά από τρομακτικές εικόνες που μπορεί να δουν στην τηλεόραση ή στον ηλεκτρονικό υπολογιστή κ.λπ. Όσον αφορά στα μεγαλύτερα παιδιά, μπορείτε να μιλήσετε μαζί τους και να αποκαταστήσετε τυχόν παραπληροφόρηση ή φήμες που κυκλοφορούν.

Τώρα, που θα είστε πιο πολλές ώρες μαζί με το παιδί σας στο σπίτι, μπορείτε να κάνετε τον «περιορισμό» μια ευχάριστη διαδικασία για μικρούς και μεγάλους! Το παιδί απ' τη φύση του έχει περισσότερο ανάγκη να ασχολείται με δραστηριότητες που περιέχουν κίνηση, δημιουργία, διασκέδαση και φαντασία.

Σας προτείνουμε, λοιπόν, ιδέες για να περάσετε ευχάριστο χρόνο μαζί με το παιδί σας στο σπίτι και δράσεις που θα το βοηθήσουν να εξερευνήσει τον κόσμο, να αναπτύξει δεξιότητες και να αποκτήσει γνώσεις μέσα από την ελεύθερη έκφραση και την δημιουργία. Πιο συγκεκριμένα μπορείτε:

- Να παίξετε με πολύχρωμο ζυμάρι.
- Να μαγειρέψετε μαζί με το παιδί σας.
- Να διασκεδάσετε με παλιές φωτογραφίες και βίντεο.
- Να παίξετε κρυφτό.
- Να δημιουργήσετε με άχρηστο υλικό.
- Να παίξετε και να αυτοσχεδιάσετε με τα αγαπημένα παιχνίδια του παιδιού σας.
- Να αξιοποιήσετε με ποικίλες δραστηριότητες ένα έργο τέχνης.
- Να χορέψετε, να εκφραστείτε με το σώμα σας, να κινηθείτε.
- Να διαβάσετε βιβλία και να ακούσετε αφηγήσεις παραμυθιών.
- Να περάσετε εποικοδομητικό χρόνο με μωρό σας μέσα από ποικίλες δραστηριότητες.
- Να ενθαρρύνετε την ανάγκη του παιδιού σας για αυτονομία.

1. Φτιάχνουμε πολύχρωμα, ελκυστικά ζυμαράκια για να παίξουν τα παιδιά!

Στα παιδιά αρέσει πολύ να παίζουν με ζυμάρι γιατί είναι πιο μαλακό και εύπλαστο από την πλαστελίνη! Το παιχνίδι με το ζυμάρι αναπτύσσει τους λεπτούς χειρισμούς του παιδιού και τον οπτικό-κινητικό συνδυασμό. Δίνει, επίσης, τη δυνατότητα στο παιδί να καλλιεργήσει διάφορα στοιχεία της προσωπικότητάς του, τη φαντασία, την υπομονή, την προσοχή κ.λπ.

Μπορούμε, λοιπόν, να φτιάξουμε εύκολα και γρήγορα σπιτική πλαστελίνη από ζύμη. Στην παρασκευή της μπορούν να βοηθήσουν και τα παιδιά καθώς όλα τα υλικά είναι φυσικά.

Τα υλικά που θα χρειαστείτε είναι:

2 κούπες αλεύρι για όλες τις χρήσεις

1 κούπα χλιαρό νερό

1 κούπα αλάτι ψιλό

2 κουταλιές της σούπας λάδι

Προαιρετικά, μπορείτε αντί για νερό, να βάλετε νερό από βρασμένο παντζάρι για να χρωματίσετε κόκκινο το ζυμάρι σας ή να προσθέσετε χρώμα ζαχαροπλαστικής σε διαφορετικές επιλογές (κόκκινο, κίτρινο, πράσινο, μπλε).

Εκτέλεση

Ανακατέψτε σε ένα μπολ πρώτα το αλάτι με το νερό για να διαλυθεί και μετά προσθέστε το λάδι και το αλεύρι ώστε να γίνει μια ζύμη που δεν θα κολλάει στα χέρια σας. Αν δείτε ότι κολλάει προσθέστε λίγο αλεύρι. Αν πάλι η ζύμη βγει πολύ σφιχτή αραιώστε την με λίγο νερό. Χωρίστε τη σε μπάλες και χρωματίστε με χρώματα της επιλογής σας.

Η ζύμη δεν πρέπει να μείνει εκτεθειμένη γιατί ξεραίνεται. Αν δεν χρησιμοποιήσετε όλο το ζυμάρι σας, τυλίξτε με μεμβράνη ή αποθηκεύστε το σε κλειστό σκεύος και διατηρήστε το στο ψυγείο για λίγες μέρες.

Μπορείτε, επίσης, να ψήσετε τις κατασκευές από ζυμάρι που θα φτιάξει το παιδί σας σε προθερμασμένο φούρνο στους 160-170 βαθμούς Κελσίου (για 15' - 20' λεπτά).

Καλή επιτυχία!

2. Μαγειρεύουμε μαζί με τα παιδιά μας!

Η μαγειρική είναι μια ευχάριστη δραστηριότητα που μπορούμε να κάνουμε μαζί με τα παιδιά μας! Αποτελεί μια δημιουργική και ποιοτική απασχόληση, η οποία μπορεί να συμβάλλει στην εξέλιξη των μαθησιακών δεξιοτήτων των παιδιών.

Πιο συγκεκριμένα, η μαγειρική βοηθάει στην ανακάλυψη της αλληλουχίας δράσης – αποτελέσματος, μέσω της ανάμειξης ή της θέρμανσης των διαφόρων υλικών κατά τη διάρκεια εκτέλεσης μιας συνταγής. Δίνει, επίσης, την ευκαιρία στα παιδιά να πειραματιστούν και να εξοικειωθούν με την επιστήμη! Τα υλικά μιας συνταγής και η τήρηση των ποσοτήτων και των αναλογιών τους αποτελούν ένα πραγματικό πείραμα. Η μαγειρική συνδέεται και με τα μαθηματικά! Οι ποσότητες των υλικών και η προσαρμογή τους προκειμένου να έχουμε ένα «νόστιμο» αποτέλεσμα συνδέονται με προσθέσεις, πολλαπλασιασμούς ή διαιρέσεις. Η μαγειρική είναι, επίσης, μια δεξιότητα που αποδεικνύεται χρήσιμη στην ενήλικη ζωή καθώς το παιδί μαθαίνει από νωρίς χίλια δυο πράγματα: πώς να φτιάχνει ένα αληθινό φαγητό ή γλυκό, πως να στρώνει το τραπέζι, να τακτοποιεί κ.λπ.

Σας προτείνουμε τις παρακάτω συνταγές:

Τηγανίτες με βρώμη και χυμό πορτοκαλιού!

Οι τηγανίτες με βρώμη και πορτοκάλι αποτελούν μια διαφορετική πρόταση για κάθε ώρα της ημέρας και αποτελούν έναν εναλλακτικό τρόπο για να σερβίρουμε στα παιδιά τα δημητριακά, μαζί με γάλα!

Τα υλικά που θα χρειαστείτε είναι:

- 1 φλιτζάνι αλεύρι για όλες τις χρήσεις
- 1/2 φλιτζανιού βρώμη
- 1/2 κουταλάκι του γλυκού σόδα
- 1/4 κουταλάκι του γλυκού αλάτι
- 1 αυγό
- 1/4 φλιτζανιού χυμός πορτοκαλιού
- 1/2 φλιτζανιού γάλα
- 2 κουταλιές της σούπας ελαιόλαδο
- μέλι
- κανέλλα

Εκτέλεση

Ανακατεύουμε σε ένα μπολ το αλεύρι για όλες τις χρήσεις, τη βρώμη και το αλάτι. Στη συνέχεια προσθέτουμε το αυγό, τον χυμό πορτοκαλιού στον οποίο έχουμε διαλύσει τη σόδα, το γάλα και το ελαιόλαδο και τα ανακατεύουμε.

Ζεσταίνουμε λίγο ελαιόλαδο στο τηγάνι και ρίχνουμε με ένα μεγάλο κουτάλι το μείγμα, για κάθε τηγανίτα. Μόλις ροδίσουν τις γυρίζουμε για να ροδίσουν κι απ' την άλλη μεριά. Η θερμοκρασία πρέπει να ρυθμίζεται, για να μην παραψηθούν.

Τέλος σερβίρουμε τις τηγανίτες με μέλι και κανέλλα!

Προσοχή: Στη φάση του τηγανίσματος θα πρέπει να είστε ιδιαίτερα προσεκτικοί για την αποφυγή ατυχήματος με τα παιδιά.

Καλή επιτυχία!

Πασχαλινά κουλουράκια

Φτιάξτε με τα παιδιά σας νόστιμα κουλουράκια που μοσχοβολάνε βούτυρο, πορτοκάλι και μαστίχα! Έτσι θα συνδέσουν τις μυρωδιές και τις γεύσεις με την παράδοση του Πάσχα και θα δημιουργήσετε αναμνήσεις για μια ζωή!

Τα υλικά που θα χρειαστείτε είναι:

1 1/4 κούπας ζάχαρη

1 1/4 κούπας βούτυρο γάλακτος μαλακό

2 αυγά

2 κουταλιές σούπας λικέρ μαστίχα

1 κουταλιά σούπας ξύσμα πορτοκαλιού

1/4 κούπας χυμό από ένα πορτοκάλι

1/2 κουταλάκι του γλυκού σόδα μαγειρική

1 κουταλάκι του γλυκού κοφτό μπέικιν

5 2/3 κούπας περίπου αλεύρι μαλακό ή για όλες τις χρήσεις

Για να αλείψουμε τα κουλουράκια:

1 κρόκο

2 κουτάλια της σούπας νερό

Εκτέλεση

Αναμειγνύουμε το αλεύρι και το μπέικιν. Βάζουμε στο μίξερ το βούτυρο και τη ζάχαρη και τα χτυπάμε στη μεσαία ταχύτητα για να λιώσει καλά η ζάχαρη. Προσθέτουμε ένα - ένα τα αυγά, το ξύσμα πορτοκαλιού και το λικέρ μαστίχα. Διαλύουμε τη σόδα στην πορτοκαλάδα και ανακατεύουμε το μείγμα για να αφρίσει. Το ρίχνουμε στον κάδο. Τέλος, προσθέτουμε το αλεύρι.

Αφού πλάσουμε τα κουλουράκια τα αλείψουμε με ένα κρόκο αυγού ανακατεμένο με 2 κουταλιές της σούπας νερό και τα ψήνουμε σε προθερμασμένο φούρνο στους 180° C.

Καλή επιτυχία!

Πουρές πατάτας

Ο πουρές είναι από τα αγαπημένα εδέσματα των παιδιών, πλούσιο σε άμυλο, κάλιο, σίδηρο, βιταμίνες C, B και ασβέστιο. Μπορείτε να τον συνοδέψετε με κρέας ψητό, βραστό κοκκινιστό ή με ότι άλλο επιθυμείτε.

Τα υλικά που θα χρειαστείτε είναι:

4-5 μέτριες πατάτες

2/3 της κούπας γάλα φρέσκο

1/2 της κούπας βούτυρο

1 κουταλάκι κοφτό αλάτι

πιπέρι

Εκτέλεση

Καθαρίζουμε και βράζουμε τις πατάτες για 35 λεπτά περίπου. Στη συνέχεια τις πολτοποιούμε και αφού ζεστάνουμε το βούτυρο το αναμειγνύουμε με τις πατάτες και τα υπόλοιπα υλικά μέχρι να γίνει ένα ομοιογενές μείγμα.

Καλή επιτυχία!

Χορτόσουπα

Η χορτόσουπα είναι ένα φαγητό πλούσιο σε βιταμίνες και ιχνοστοιχεία, με λίγες θερμίδες. Η προετοιμασία θα αποτελέσει για το παιδί σας ερέθισμα για την ανάπτυξη δεξιοτήτων καθώς και στάση ζωής για την υγιεινή διατροφή.

Τα υλικά που θα χρειαστείτε είναι:

- 1/4 της κούπας ελαιόλαδο
- 1 κρεμμύδι
- 1 πράσο
- 1 ντομάτα χωρίς τη φλούδα
- 2 καρότα
- 1/4 της κούπας αρακά
- 2 κολοκυθάκια
- 1 πιπεριά
- 2 πατάτες μέτριες
- 1 λεμόνι (χυμός)
- 4-5 κούπες νερό
- 1/4 της κούπας ζυμαρικό αστεράκι ή άλλο προαιρετικά

Εκτέλεση

Ψιλοκόβουμε όλα τα λαχανικά. Βάζουμε στην κατσαρόλα το λάδι, το κρεμμύδι, το πράσο και τα σοτάρουμε για 3 λεπτά. Στη συνέχεια προσθέτουμε τη ντομάτα, τα καρότα, τα κολοκυθάκια, την πιπεριά, τις πατάτες και τον αρακά. Προσθέτουμε το αλάτι, το πιπέρι, το βραστό νερό και τα αφήνουμε να βράσουν για 20 λεπτά. Τέλος, βάζουμε τα ζυμαρικά και σε 10 λεπτά είναι έτοιμη η σούπα μας. Τη σερβίρουμε με το φρεσκοστημένο λεμόνι.

Καλή επιτυχία!

Τηγανόψωμο

Τα υλικά που θα χρειαστείτε είναι:

1/2 κούπας ελαιόλαδο

2 κούπες νερό

4 κούπες αλεύρι

1 φακελάκι μαγιά

3 κούπες φέτα

Λίγο αλάτι προαιρετικά

Εκτέλεση

Σε χλιαρό νερό διαλύουμε τη μαγιά. Προσθέτουμε το ελαιόλαδο και ανακατεύουμε. Στη συνέχεια προσθέτουμε το αλεύρι και το τυρί σε κομμάτια. Αφού ζυμώσουμε το μείγμα το αδειάζουμε σε λαδωμένο ταψί και το αφήνουμε να φουσκώσει για 10 λεπτά περίπου.

Ψήνουμε σε προθερμασμένο φούρνο στους 200° C για 30 λεπτά περίπου.

Καλή επιτυχία!

3. Ώρα για παλιές φωτογραφίες και βίντεο

Βρείτε παλιές φωτογραφίες και οικογενειακά σας βίντεο (με γονείς, φίλους κ.λπ.) και παρέα με τα παιδιά σας γυρίστε πίσω στο χρόνο! Συζητήστε μαζί τους για το παρελθόν και αφηγηθείτε τους ιστορίες από τη ζωή σας εκείνη την εποχή. Είναι σίγουρο ότι θα κρατήσετε το ενδιαφέρον των παιδιών αμείωτο. Μπορείτε να τους δείξετε, επίσης, φωτογραφίες και βίντεο από τότε που ήταν μωρά και να ανατρέξετε σε μοναδικές, αξέχαστες, οικογενειακές στιγμές σας.

4. Παίζουμε κρυφό!

Το παιχνίδι αυτό μπορείτε εύκολα να το παίξετε στο σπίτι, όπου ο χώρος είναι περιορισμένος. Έτσι θα απασχολήσετε ευχάριστα τα παιδιά με κίνηση, κέφι και φαντασία!

Πως παίζεται: ο ένας παίκτης κλείνει τα μάτια του και μετράει ως το 10. Ο άλλος παίκτης κρύβεται σε κάποιο σημείο του σπιτιού. Όταν ο παίκτης ανοίξει τα μάτια του, ψάχνει για να ανακαλύψει τον παίκτη που έχει κρυφτεί.

5. Φτιάχνουμε κατασκευές με άχρηστο υλικό που έχουμε στο σπίτι!

Οι κατασκευές είναι μια δραστηριότητα που ενθουσιάζει τα παιδιά και τα απασχολεί δημιουργικά. Τους δίνει την ευκαιρία να χειριστούν ποικίλα υλικά, να εξασκήσουν τους λεπτούς χειρισμούς και να καλλιεργήσουν το λόγο, τη μαθηματική σκέψη και τη φαντασία τους!

Για να φτιάξετε υπέροχες κατασκευές μαζί με τα παιδιά σας δεν χρειάζεται να βγείτε από το σπίτι, ούτε χρειάζεται να ξοδέψετε καθόλου χρήματα! Το «άχρηστο υλικό» που έχουμε στο σπίτι μπορεί να αποτελέσει κεντρικό υλικό για διάφορες κατασκευές. Στα χέρια των παιδιών άδεια μπουκάλια από γάλα, από χυμό, ρολά κουζίνας, ρολά υγείας, κεσεδάκια από γιαούρτι, φόδρες, υφάσματα, παλιά μαντήλια, παλιά πάζλ, κουτιά και πολλά άλλα πράγματα, τα οποία θα τα πετούσαμε, είναι θησαυρός!

Εκτός από κατασκευές που μπορείτε να φτιάξετε με τα παιδιά, το άχρηστο υλικό μπορεί να προσφέρει σπουδαίες ευκαιρίες για μεταμφιέσεις, θεατρικό παιχνίδι, δραματοποίηση αγαπημένων παραμυθιών κ.λπ. Εν όψει του Πάσχα μπορείτε να δημιουργήσετε υπέροχες πασχαλινές κατασκευές, όπως π.χ. καλαθάκια για σοκολατένια αβγουλάκια με κεσεδάκια από γιαούρτι.

Προσοχή: Το άχρηστο υλικό θα πρέπει να το έχετε απολυμάνει σχολαστικά πριν το χρησιμοποιήσετε.



Σπιτική κόλλα

Μπορείτε, επίσης, να φτιάξετε σπιτική κόλλα, ανέξοδα, με ελάχιστα υλικά που έχουμε όλοι στην κουζίνα μας.

Τα υλικά που θα χρειαστείτε είναι:

- αλεύρι
- ζάχαρη
- νερό
- λευκό ξύδι

Εκτέλεση

Μέσα σε μια κατσαρόλα αναμειγνύουμε τα αλεύρι και τη ζάχαρη σε αναλογία 3 προς 1. Ρίχνουμε νερό και ανακατεύουμε, προσέχοντας να μη σβολιάσει. Βάζουμε το μείγμα σε μέτρια φωτιά και ανακατεύουμε συνεχώς μέχρι να γίνει παχύρευστο. Προσθέτουμε ένα κουταλάκι του γλυκού λευκό ξύδι και ανακατεύουμε. Αφήνουμε τα μείγμα να κρυώσει καλά και το αποθηκεύουμε σε δοχείο που κλείνει αεροστεγώς. Η κόλλα είναι έτοιμη! Μπορείτε να τη διατηρήσετε στο ψυγείο για 1-2 εβδομάδες.

6. Τα αγαπημένα μου παιχνίδια

Ζητάτε απ' το παιδί σας να αναζητήσει τα αγαπημένα του παιχνίδια.

- Μπορείτε να θυμηθείτε την ιστορία του κάθε παιχνιδιού, δηλαδή, ποιος του το χάρισε, να μιλήσετε για τα συναισθήματά του και ότι άλλο επιθυμείτε.
- Να ζωγραφίσει τα αγαπημένα του παιχνίδια.
- Να τα ομαδοποιήσετε σε κατηγορίες, δηλαδή, ζώα, κούκλες, μέσα μαζικής κυκλοφορίας (αυτοκίνητα, τρένα, πλοία κ.ά.), εργαλεία, μπάλες.
- Μπορείτε να επεκταθείτε με τις κατηγορίες και να αναζητήσετε πληροφορίες στο διαδίκτυο, ή σε βιβλία για τα τρένα, τα αεροπλάνα, τα κατοικίδια και άγρια ζώα, την οικογένεια και άλλα.
- Να αναζητήσετε πίνακες ζωγραφικής που απεικονίζουν αυτά τα είδη και στη συνέχεια να παρατηρήσετε και να συζητήσετε για την εικόνα που βλέπετε, τα χρώματα, τα σχήματα, για τον ζωγράφο.
- Να ζωγραφίσετε όπως ο ζωγράφος.
- Να εκθέσετε το έργο σας.
- Να φτιάξετε μία ιστορία με τα αγαπημένα σας παιχνίδια.
- Να παίξετε αυτή την ιστορία. Να κάνετε θεατρικό παιχνίδι με υφάσματα, ρούχα, καπέλα, κ.ά.
- Να φωτογραφίσετε το θεατρικό παιχνίδι που δημιουργήσατε.
- Να δείτε τις φωτογραφίες να τις παρατηρήσετε και να συζητήσετε για ότι βλέπετε.

Να περάσετε όμορφα!

7. Η εικαστική τέχνη στη ζωή των παιδιών

Η αξιοποίηση των εικαστικών έργων τέχνης αποτελεί μία δημιουργική έκφραση πολυεπίπεδης παιδαγωγικής αξίας. Συμβάλλει τόσο στην καλλιέργεια της αισθητικής εμπειρίας, όσο και στην ανάπτυξη των γνώσεων. Η παρατήρηση των έργων, μας προκαλεί να ανακαλύψουμε τι έχουν να μας δείξουν. Μέσω της παρατήρησης, του προβληματισμού και της αλληλεπίδρασης με το έργο διαμορφώνουμε στάσεις, απόψεις και εμπλουτίζουμε τον εσωτερικό μας κόσμο. Στο παιδί δίνεται η ευκαιρία:

- Να αποκτήσει καλλιτεχνικές εμπειρίες τις οποίες θα αξιοποιήσει και θα εμπλουτίσει καθώς μεγαλώνει.
- Να αναπτύξει τη φαντασία του, τον λόγο του και να νιώσει τη χαρά της δημιουργίας.
- Να γνωρίσει ζωγράφους και τεχνικές ζωγραφικής.
- Να ανακαλύψει τρόπους έκφρασης και να πειραματιστεί με όλα τα είδη τέχνης (θέατρο, μουσική, χορό, ζωγραφική).

Με ποιους τρόπους αξιοποιούμε έναν πίνακα

- Παρατηρείστε έναν πίνακα που έχετε στο σπίτι σας, ή ψάξτε στο διαδίκτυο.
- Ζητείστε απ' το παιδί να σας τον περιγράψει όπως, π.χ.τι βλέπει στην εικόνα, ποιά χρώματα χρησιμοποιεί ο ζωγράφος, τι σχήματα βλέπει, ποια αντικείμενα, φιγούρες, χρώματα ή σχήματα του κάνουν εντύπωση, ποιοί μπορεί να είναι αυτοί οι άνθρωποι, τι κρατούν, τι μπορεί να συζητούν, γιατί, από πού έρχονται, που πηγαίνουν, τι ρούχα φορούν, τι δέντρο μπορεί να είναι αυτό, τι έχουν να του πουν, να μιλήσουν με τον ζωγράφο κ.λπ.
- Μπορείτε να ζωγραφίσετε μαζί, με τον δικό σας τρόπο το έργο, να ζητήσετε απ'το παιδί να ζωγραφίσει την εικόνα που φαντάζεται, πριν και μετά απ' αυτή που απεικονίζει ο πίνακας.
- Να αναρτήσετε τις ζωγραφιές του παιδιού, να τις συζητήσετε και να φτιάξετε μία ιστορία.
- Να ντυθείτε με διάφορα ρούχα, με καπέλα, με υφάσματα και να ζωντανέψετε τους πίνακες με την ιστορία σας (θεατρικό παιχνίδι).
- Να φωτογραφηθείτε κατά τη διάρκεια των δράσεων.
- Να δείτε τις φωτογραφίες, να τις παρατηρήσετε και να συζητήσετε για ότι βλέπετε.

8. Η τέχνη του χορού

Ο χορός περιλαμβάνει την ελεύθερη κίνηση και τη ρυθμική. Μέσα από τις κατευθύνσεις στο χώρο, τους αυτοσχεδιασμούς, τη γνωριμία με το σώμα, τους ελληνικούς χορούς και τη ρυθμική αγωγή επιτυγχάνουμε τη συνειδητή εκγύμναση του σώματος και το πέρασμα από απλές κινήσεις σε περισσότερο χορευτικές. Μέσα από τον χορό και τη μουσική επιτρέπουμε στα παιδιά να εκφράσουν τον εσωτερικό τους κόσμο και την προσωπικότητά τους.

Μπορείτε να βάλετε μουσική, να ακούσετε τραγούδια και να χορέψετε.

Να περάσετε όμορφα!

9. Το Παιδί και το Βιβλίο

Η παιδική λογοτεχνία είναι το σύνολο δικαιωμένων κειμένων τα οποία συμβάλλουν στην ανάπτυξη της φαντασίας, στην πνευματική καλλιέργεια, στην ψυχαγωγία, στην καλλιέργεια της τέχνης, στη διαμόρφωση ελεύθερης συνείδησης.

Είναι σημαντικό να αναφερθούμε στα είδη της λογοτεχνίας τα οποία είναι:

Το **παραμύθι** χωρίζεται σε δύο κατηγορίες: στο λαϊκό και στο έντεχνο.

Το **λαϊκό** είναι δημιούργημα του ανώνυμου παραμυθά, έργο συλλογικό και διαχρονικό. Γίνεται αφήγηση, χαρακτηριστικά του οποίου είναι η μαγεία, η φαντασία, το όνειρο και το υπερλογικό. Ξεπερνά τα σύνορα του τόπου και του χρόνου (ήταν μια φορά και έναν καιρό). Υπάρχει σύγκρουση χαρακτήρων που παρουσιάζεται ως μια συνεχόμενη αντιπαράθεση καλού-κακού, ωραίου-άσχημου, δίκαιου-άδικου, πλούσιου-φτωχού.

Το **έντεχνο** είναι έργο επώνυμου λογοτέχνη που είτε στηρίχτηκε στο λαϊκό είτε στη φαντασία και το ταλέντο του. Ακολουθεί την αλλαγή των κοινωνικών συνθηκών και έχει αποδυναμωθεί η θεϊκή και η κοσμική εξουσία (βασιλιάδες, άρχοντες κ.λπ.). Προβάλλεται στη θεματολογία έντονος προβληματισμός για τεράστια διεθνή θέματα (ειρήνη, οικολογία, διαπολιτισμικότητα).

- Ο **Μύθος** είναι μία συμβολική διήγηση με διδακτικό στόχο. Μυθολογία είναι το σύνολο των μύθων μιας χώρας, μεταφορικά, είτε ανταποκρίνονται στην αλήθεια είτε όχι, γύρω από ένα θέμα ή ένα πρόσωπο. Ο μεγαλύτερος μυθοποιός των αιώνων είναι ο Αίσωπος.
- Η **Ποίηση** έχει πανάρχαια καταγωγή μαζί με το παραμύθι που φανερώθηκε με τα νανουρίσματα της μάνας στο παιδί. Η Ελλάδα έχει σημαντική παράδοση στην ποίηση. Στα παιδιά ηλικίας 2-6 ετών αρέσει η μουσικότητα των στίχων, να παίζουν με ήχους και με λέξεις, δίνουν προσοχή στην κίνηση, γι' αυτό χρησιμοποιούμε περισσότερα ρήματα και όχι επίθετα Σύγχρονοι ποιητές είναι, η Σκανδάμη, ο Λάδης, η Δαράκα, η Αρανίτου, η Άλκηστη κ.ά.

Η παιδική λογοτεχνία συμβάλλει:

➤ Στην ανάπτυξη του λόγου

Ο προφορικός και ο γραπτός λόγος δεν διαχωρίζονται καθώς, μέσω του προφορικού λόγου, πραγματοποιούνται και οι πρώτες επαφές του παιδιού με τα γραπτά κείμενα. Στα παιδιά αρέσει να αναδιηγούνται μία ιστορία που τους διαβάσαμε – παριστάνοντας ότι διαβάζουν – τα αγαπημένα τους βιβλία.

1. Ενθαρρύνουμε τα παιδιά να διηγούνται ή να αφηγούνται ένα παραμύθι με διαδοχική σειρά.
2. Κάθε φορά που ένα παιδί μας αφηγείται μία ιστορία μπορούμε να καταγράφουμε αυτά που λέει με σκοπό να παρακολουθήσουμε την εξέλιξη του λόγου του.
3. Όταν τους διαβάζουμε μία ιστορία προσπαθούμε να κρατήσουμε αμείωτο το ενδιαφέρον των παιδιών έτσι ώστε να αναπτύξουν δεξιότητες στο να ακροάζονται, να κατανοήσουν το περιεχόμενο της ιστορίας, να κάνουν ερωτήσεις ώστε να αποκτήσουν κριτική σκέψη, να ανακαλούν λεπτομέρειες και να περιγράφουν μία συγκεκριμένη πράξη. Επίσης να γίνουν ικανά να περιγράφουν τις εικόνες και να υπαγορεύουν λέξεις.
4. Παροτρύνουμε τα παιδιά να αποκτήσουν φωνολογική επίγνωση, δηλαδή να διακρίνουν τα φωνήματα ως συστατικά των λέξεων.
5. Απομνημονεύοντας τα παιδιά ποιήματα, αινίγματα, γλωσσοδέτες και αναπαράγοντας λεκτικά σχήματα που συναντούν συχνά στα παραμύθια π.χ.«ήταν μια φορά κι έναν καιρό» τα βοηθάμε να βελτιώσουν και να εμπλουτίσουν τον προφορικό τους λόγο.
6. Παρουσιάζοντας στα παιδιά τον τρόπο που διαβάζουμε ένα βιβλίο (δείχνουμε στο κείμενο ότι διαβάζουμε από αριστερά προς τα δεξιά, από πάνω προς τα κάτω, από την αρχή ως το τέλος), υιοθετούν βασικές συμβάσεις ανάγνωσης.
7. Ενθαρρύνουμε τα παιδιά να φτιάξουν τη δική τους ομαδική ιστορία συνεχίζοντας διαδοχικά το ένα μετά το άλλο, ώστε να αποκτήσουν δεξιότητες ακρόασης, να περιμένουν την σειρά τους, να αναπτύξουν το λόγο και τη φαντασία τους.

➤ Στην καλλιέργεια της αισθητικής εμπειρίας

Διαβάζουμε στα παιδιά μία ιστορία ή τους αφηγούμαστε ένα παραμύθι και τα ενθαρρύνουμε:

1. Να ζωγραφίσουν ότι τους άρεσε ώστε να αναπτύξουν την αισθητική τους καλλιέργεια χρησιμοποιώντας διάφορα υλικά.
2. Να κατασκευάσουν τους ήρωες και να παίξουν κουκλοθέατρο.
3. Να δημιουργήσουμε το κατάλληλο περιβάλλον με υφάσματα, να φτιάξουμε κουστούμια.
4. Να πάρουν ρόλους και να δραματοποιήσουν την ιστορία.
5. Να γράψουν ποίημα και να το τραγουδήσουν παίζοντας μουσική με διάφορα όργανα.
6. Να χορέψουν ακούγοντας κλασική μουσική.
7. Να φωτογραφηθούν αποτυπώνοντας στιγμές των ηρώων της ιστορίας.

Σας προτείνουμε τους παρακάτω συνδέσμους της ΕΡΤ για να ακούσετε και να διαβάσετε παραμύθια, μύθους, ποιήματα.

https://niponlinerrhodes.blogspot.com/p/e.html?m=1&fbclid=IwAR0nqCKWu76s1MKITTErZgdbMQ40-zpuo2WwcVv8CrLlPhjZFRA_XP5IUyG

<https://webradio.ert.gr/category/trito-programma/ekpobes/10-lepta-akomi/page/13/?fbclid=IwAR0vHmIyKX6IGFByO1he5qBWmbENUkqWm5eu1-aJVzVaKXT51c9OXDqOaZg>

Να περάσετε όμορφα!

Δραστηριότητες για βρέφη

- Αγαπημένο παιχνίδι των βρεφών είναι να χτυπούν αντικείμενα και να κάνουν θόρυβο. Δώστε τους, λοιπόν, κατσαρόλες, τηγάνια, ξύλινες κουτάλες και κουτάλια, μπολ και τάπερ από πλαστικό, κουδουνίστρες, κουτιά από γάλα ή άδεια πλαστικά μπουκάλια από νερό, κ.ά. και ανακαλύψτε παρέα τους ήχους!

Προσοχή: Τα μπουκάλια και τα κουτιά από γάλα θα πρέπει να τα έχετε απολυμάνει σχολαστικά πριν τα δώσετε στα βρέφη.

- Στα βρέφη αρέσει, επίσης, να βάζουν και να βγάζουν αντικείμενα μέσα από κουτιά ή δοχεία. Δώστε στο μωρό σας λεκάνες, κουτιά, ποτήρια πλαστικά ή χάρτινα, μπολάκια και διάφορα πράγματα που έχετε στο σπίτι, όπως τουβλάκια, μανταλάκια, κάλτσες κ.ά. για να τα γεμίζουν και να τα αδειάζουν.
- Καθίστε αναπαυτικά και διαβάστε στο μωρό σας ένα βιβλίο, κοιτώντας μαζί τις εικόνες. Περιγράψτε τις και αναζητήστε σε αυτές διάφορα αντικείμενα.
- Μπορείτε να παίξετε παιχνίδια, όπως το «Πάει λαγός να πει νερό», το «Αχ κουνελάκι», τη «Σαρδελίτσα» κ.ά., συσχετίζοντας τις λέξεις με τα διάφορα μέρη του σώματος του μωρού σας. Αγαπημένο παιχνίδι των βρεφών είναι και το «Κου – κου – τσα». Το να κρύβεστε και να εμφανίζεστε πάλι μπροστά στο μωρό σας το ευχαριστεί ιδιαίτερα και καταλαβαίνει ότι αν σας χάσει από το οπτικό του πεδίο για λίγο, δεν σημαίνει ότι θα σας χάσει για πάντα!
- Φτιάξτε μαζί του απλά παζλ με μεγάλα ξύλινα κομμάτια.
- Παίξτε με το μωρό σας με μια ελαφριά μπάλα από μαλακό υλικό. Κυλίστε τη μπάλα προς το μέρος του και προτρέψτε το να σπρώξει τη μπάλα πίσω προς το δικό σας μέρος.
- Τραγουδήστε, χορέψτε και διασκεδάστε μαζί του, με τραγούδια παιδικά ή για μεγάλους!
- Κρύψτε ένα αντικείμενο κάτω από μια κουβέρτα, από ένα μαξιλάρι ή ένα περιοδικό και προτρέψτε το μωρό σας να το βρει. Χρησιμοποιήστε διαφορετικά αντικείμενα στη διάρκεια του παιχνιδιού.

Αυτονομία - αυτοεξυπηρέτηση των παιδιών

Η παραμονή (των περισσότερων τουλάχιστον) στο σπίτι λόγω του κορονοϊού μπορεί να αποτελέσει εξαιρετική ευκαιρία για να ενισχύσετε την ανάγκη του παιδιού για αυτονομία. Κάποιες ικανότητες που έχει καταφέρει να αποκτήσει στο σπίτι ή στον παιδικό σταθμό, όπως π.χ. να πηγαίνει στην τουαλέτα μόνο του, να πλένει τα χέρια του, να βοηθάει στο σερβίρισμα του φαγητού, να τρώει μόνο του κ.λπ. είναι σημαντικό να το ενθαρρύνετε να τις διατηρήσει. Αφήστε το να ντυθεί μόνο του, να βουρτσίσει τα δόντια του, να χτενιστεί κ.λπ. και δώστε του τα εφόδια εκείνα που χρειάζεται για να εξαρτάται όλο και λιγότερο από τους ενήλικες.