

► ΦΩΤΟΜΑΡΑ 32,
Ν. ΚΟΣΜΟΣ - ΑΘΗΝΑ,
ΤΗΛ: 210 - 9238217,
210 - 9220993

► ΓΡΙΒΑ ΔΙΓΕΝΗ 1 & Λ.
ΒΟΥΛΙΑΓΜΕΝΗΣ 336, ΑΓ.
ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ
ΤΗΛ: 210-9965203

► E-MAIL:
INFO@PROSEGGISI.GR
SITE:
WWW.PROSEGGISI.GR

Προσέγγιση

Εταιρία ειδικής αγωγής

ΜΗΝΙΑΙΑ ΕΦΗΜΕΡΙΔΑ ΕΝΗΜΕΡΩΣΗΣ ΕΚΦΡΑΣΗΣ ΚΑΙ ΕΛΕΥΘΕΡΗΣ ΑΠΟΨΗΣ

Σημείωμα του εκδότη

Τώρα με τις καλοκαιρινές διακοπές, σκένεις από τα παιδιτάτα πλημμυρίζουνε το μυαλό του καθενός μας! Γιατί όχι και το δικό μου; Καλοκαίρι: Πλούσιοι με ελάχιστα! Φωνές και γέλια και τσακωμοί και φιλιώματα μέχρι τελικής πτώσεως. Να, σαν τώρα θυμάμαι μερικά από αυτά που κάναμε μικροί στα εξοχικά μας με την μεγάλη τότε και ανοιχτή παρέα:

Ι πότες με ξίφη, καουμπόηδες με ξύλινα (ή αν ήμασταν τυχεροί πλαστικά από τα πανηγύρια της Αγίας Μαρίνας, του Προφήτη Ηλία, του Αγίου Παντελεήμονα, της Παναγιάς, του Σωτήρα) όπλα να διαφυλάττουμε με ηρωισμό τις κοπέλες από τους κακούς που επιβουλεύονταν την ησυχία τους.

Ο λα τα παιδιά το βραδάκι στην αλάνα! Κρυφτό, ποδόσφαιρο (όλοι Αναστόπουλοι και Σαραβάκοι τότε), τα μήλα. Και όταν κουραζόμασταν, όλοι μαζί καθισμένοι στο χώμα το «χαλασμένο τηλέφωνο», «πετάει πετάει», «μπερλίνα», «τι να κάνει ο κύριος στην κυρία», το «κότση», «μπουκάλα λίγο μεγαλύτερου».

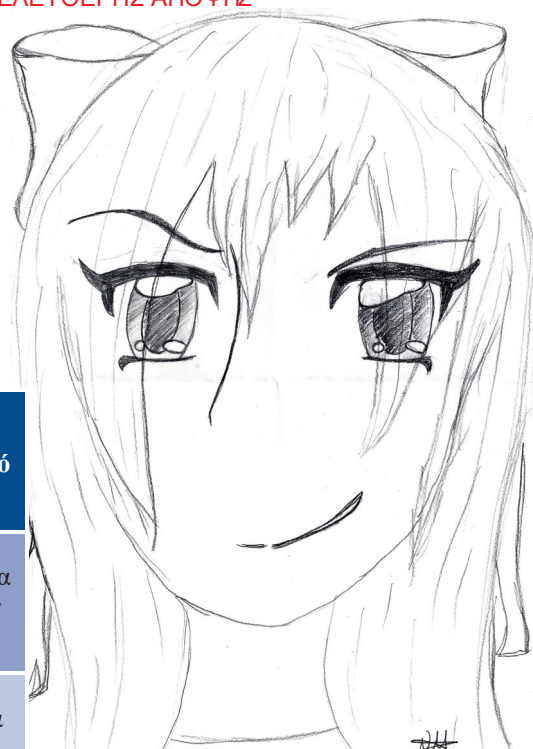
Υ ποβρύχιο ψάρεμα με τις απόχες: κοχύλια, αστερίες, που και που κανέναν ιππόκαμπος, κανέναν κοκοβιός που τον κοιτάζαμε και μας κοίταζε αμήχανα μέχρι να τον κουκουλώσουμε με την απόχη, τσούχτρες για να καθαρίσει η θάλασσα και να μπουν οι γονείς μας που υποδέχονταν το κατόρθωμά μας διθυραμβικά Και οι μεγαλύτεροι ψάρεμα με καλάμι με τα αγκίστρια να μας τσιμπάνε και να φοβόμαστε να ξεδολώσουμε τον σπάρο ή τη χειλού από το αγκίστρι.

Ν εροπίστολα (αν ήμασταν τυχεροί από τα πανηγύρια που προανέφερα) ή μουγγέλα με σακούλες. Φώναζαν οι γονείς μας λες και όταν ήμασταν μέσα στη θάλασσα δεν ήτανε το ίδιο! «Στράτο θα κρυώσεις, μην μπεις στο σπίτι με βρεγμένα ρούχα μόλις σφουγγάρισα, μα τώρα έκανες μπάνιο, θα γλιστρήσεις». Αχ ρε μάνα, πόση πλάκα είχαμε και εμείς και εσύ με τις φωνές σου....

Ι σως από τα πιο επικίνδυνα ήταν το κυνήγι των καβουριών στα βράχια. Ατρόμητοι εξερευνητές με ένα ψάρι δεμένο σε σπάγκο και τους «ήρωες» εξοπλισμένους με πιρούνια ή μαχαίρι έτοιμοι μόλις ξεμυτίσει ο κάβουρας να τον καρφώσουμε. Καλύτερη ώρα: Απόγευμα και στη δύση του ήλιου. Γλιστρήματα και γδαρσίματα στα γόνατα φυσικά απαραίτητα!

Ο λυμπιακοί αγώνες: Σκαμμένα στο χώμα σκάμματα, μία πέτρα για σφαιροβολία, αυτοσχέδια ακόντια από καλάμια, τρέξιμο το χωράφι 1,2,3,4 ή και 10 φορές, άλμα εις ύψος με 3 καλάμια, μπάσκειτ, βόλεϊ... όλοι στην προσπάθεια για το «χρυσό μετάλλιο» φτιαγμένο από χαρτί. Όλοι ξαφνικά είχαμε γίνει Λάρσεν Βίρεν, Χουαντορένα, Γκι Ντρι, Εντουίν Μόζες.

Σ τρατιωτάκια ακούνητα, αμίλητα, αγέλαστα. Ένα από τα αγαπημένα παιχνίδια all times classic. Γκρικιάσες και ενοχλήσεις για να κουνηθεί ο αντίπαλος, «κουνήθηκες», «όχι δεν κουνήθηκες», «να τώρα κουνήθηκες», καβγαδάκια, «είσαι ζαβολιάρης, δεν σε ξαναπαίζω». Πώς να σταθούν ακίνητα παιδιά γεμάτα ζωντάνια;



‘Το κορίτσι χωρίς όνομα’, Νικολέτα,
Β Γυμνασίου

ΣΕ ΑΥΤΟ ΤΟ ΤΕΥΧΟΣ:

- 1 Σημείωμα του εκδότη
- 2-3 Κανόνες ασφαλείας για να απολαύσουμε τη θάλασσα
- 3 Ομαλή μετάβαση στην καλοκαιρινή περίοδο
- 4 Ψυχοπαιδαγωγικές δραστηριότητες για ένα ευχάριστο καλοκαίρι
- 5-8 Η Στήλη του παιδιού και του εφήβου

Το παρόν τεύχος μπορείτε να το κατεβάσετε έγχρωμο σε ηλεκτρονική μορφή στην διεύθυνση:
<http://www.proseggisi.gr/?cat=4>

Τι είναι συνθεραπεία; Ουσιαστική και ουσιώδης η εφαρμογή της. Παρουσίαση στο 13ο Πανελλήνιο Συνέδριο Λογοπεδικών-Λογοθεραπευτών.

20-22/5/2016

Παπασταύρου Αναστασία, Εργοθεραπεύτρια, Κέντρο ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗ
Καψάλης Απόστολος, Λογοθεραπευτής, Κέντρο ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗ

Σκοπός της ανάρτησης είναι η διευκρίνιση και επεξήγηση των ρόλων του λογοθεραπευτή και εργοθεραπευτή σε μια ενδεχόμενη συνεργασία προς όφελος του παιδιού και της οικογένειας. Η συνθεραπεία κρίνεται χρήσιμη και αξιόπιστη όταν οι δύο (2) ειδικοί έχουν παρόμοιους στόχους.

Με τον όρο Συνθεραπεία ορίζουμε τη συνύπαρξη δύο θεραπειών (κυρίως λογοθεραπευτή και εργοθεραπευτή) με κοινή στρατηγική ως προς την αντιμετώπιση ενός πιο «σύνθετου» περιστατικού. Πρόκειται για μια τεχνική η οποία δεν είναι ευρέως διαδεδομένη στο θεραπευτικό χώρο, καθώς η συνήθης πρακτική των περισσότερων περιλαμβάνει ατομικές και εξατομικευμένες συνεδρίες της κάθε ειδικότητας. Τα τελευταία χρόνια ωστόσο οι αυξανόμενες δυσκολίες των παιδιών οδήγησαν τους θεραπευτές στη χρήση της συνθεραπείας για την αρτιότερη και πιο ολοκληρωμένη αντιμετώπισή τους.

Η διαδικασία που ακολουθείται είναι η εξής:

Αναλαμβάνει αρχικώς ο εργοθεραπευτής αναλύοντας και ενισχύοντας το αισθητηριακό επίπεδο του παιδιού (ικανότητα καταγραφής, ρύθμιση και επεξεργασίας των ερεθισμάτων του περιβάλλοντος) με αποτέλεσμα την βελτίωση της συγκέντρωσης και οργάνωσής του. Έχει αποδειχτεί ότι με τη χρήση πολυαισθητηριακών δραστηριοτήτων ενισχύονται οι λειτουργίες του εγκεφάλου και αναπτύσσονται κίνητρα στο παιδί δίνοντας του ευκαιρίες επικοινωνίας. Στόχος του εργοθεραπευτή είναι η τροποποίηση του περιβάλλοντος και η αισθητηριακή ρύθμιση με σκοπό το ιδανικότερο επίπεδο διέγερσης του παιδιού ούτως ώστε να έχει δημιουργηθεί το κατάλληλο υπόβαθρο για να αλληλεπιδράσει ο λογοθεραπευτής με το παιδί. Γενικότερα η ενίσχυση της αισθητηριακής ολοκλήρωσης και της πράξης από τον εργοθεραπευτή ανοίγει «δρόμο» για την λογοθεραπευτική παρέμβαση.

Έπειτα, ο εξειδικευμένος λογοθεραπευτής αξιολογεί από τη δική του σκοπιά, «διαβάζει» την συνολική εικόνα και αλληλεπιδρά με το παιδί «κινούμενος» από τη γνώση του και την εμπειρία του. Έχοντας λάβει τις κατάλληλες πληροφορίες από τον εργοθεραπευτή, χρησιμοποιεί ένα έντυπο καταγραφής βασικών στοιχείων του παιδιού, το οποίο προοδευτικά λειτουργεί ως «οδηγός» σχεδιασμού και οργάνωσης της θεραπευτικής συνεδρίας. Η χρήση της εντατικής αλληλεπιδράσης θεωρείται αναπόσπαστο στοιχείο της συνθεραπείας ώστε να βελτιώσει το παιδί τη βλεμματική του επαφή, να αντιδράσει σε ερεθίσματα,

να μοιραστεί την προσοχή του με άλλους και να αναπτύξει «κώδικες» αντίληψης και κατανόησης. Ο λογοθεραπευτής «προωθεί» τις πιο εξελιγμένες δεξιότητες του παιδιού με παράλληλη και ταυτόχρονη ενίσχυση της οργάνωσης από τον εργοθεραπευτή.

ΤΑ ΟΦΕΛΗ ΤΗΣ ΣΥΝΘΕΡΑΠΕΙΑΣ

- * Πολλά παιδιά δυσκολεύονται να διατηρήσουν καλό επίπεδο διέγερσης και συγκέντρωσης σε δύο (2) ατομικές συνεχόμενες συνεδρίες, οπότε σε μία συνεδρία συνθεραπείας επιτυγχάνονται διπλοί στόχοι.

- * Ενισχύεται η προσέγγιση του περιστατικού με συνδυασμό πληροφοριών και γνώσεων από διαφορετικές ειδικότητες. Οι θεραπευτές συζητούν και αναλύουν τους στόχους και το θεραπευτικό πλάνο αξιολογώντας σε εβδομαδιαία βάση την εικόνα του παιδιού.

- * Πρωωθείται η ικανότητα γενίκευσης των δεξιοτήτων που αναδύονται. Σκοπός είναι το παιδί να ενσωματώσει λειτουργικά μια νέα δεξιότητα σε διαφορετικό περιβάλλον και σε διαφορετικές καταστάσεις/ανθρώπους στην καθημερινή του ζωή.

- * Παρουσιάζεται η δυνατότητα στους θεραπευτές να εκφράζουν τα συναισθήματά τους, τις σκέψεις τους, να μοιράζονται τους «φόβους» τους (μεταξύ τους) και να καθοδηγεί ο ένας τον άλλο σε περιόδους επαναπροσδιορισμού των στόχων.

- * Οι γονείς νιώθουν ότι είναι πιο ολοκληρωμένο και αποτελεσματικό πρόγραμμα για το παιδί τους.

- * Προκειμένου να επιτευχθεί το καλύτερο δυνατό αποτέλεσμα υπάρχουν παράμετροι που διέπουν αυτή τη συνεργασία : να είναι ξεκάθαροι οι ρόλοι μεταξύ των δύο (2) ειδικοτήτων, να υπάρχει συγκεκριμένη στόχευση, ανάλυση, καταγραφή και μεθοδολογία ανάλογη της σοβαρότητας του παιδιού, απαιτούμενος σεβασμός ανάμεσα στους θεραπευτές και ενημέρωση των γονέων για τους στόχους αυτού του θεραπευτικού σχεδιασμού και εγχειρίματος. Οι θεραπευτές αναλύουν στους γονείς το λόγο που αποφασίστηκε η συνθεραπεία, το σκοπό, την αναγκαιότητα και τη χρησιμότητα αυτού του προγράμματος. Η σύμφωνη απόφαση των γονέων είναι απαραίτητο στοιχείο της συνεργασίας μας καθώς και της εξέλιξης του παιδιού.

Κανόνες ασφαλείας για να απολαύσουμε την θάλασσα χωρίς απρόοπτα

‘Πρόσεχε να προφέρεις καθαρά τη λέξη θάλασσα έτσι που να γυαλίσουν μέσα της όλα τα δελφίνια’... Έτσι έγραφε ο Ελύτης για την ομορφιά της ελληνικής θάλασσας, έτσι την γνωρίζουμε κι εμείς στα παιδιά μας, σαν ένα θησαυρό ομορφιάς κι απέραντης γαλήνης. Είναι όμως πάντα έτσι;

Η αλήθεια βέβαια είναι πως σε μια χώρα, όπως η δική μας που το περισσότερο μέρος του χρόνου έχει ήλιο και περιβάλλεται κατά τα δυο

τρίτα της από νερό, είναι κάτι παραπάνω από αυτονόητο κι επιβεβλημένο όχι μόνο να γνωρίζουν τα παιδιά μας κολύμπι και τους απαραίτητους κανόνες συμπεριφοράς μέσα στο θάλασσα, αλλά κι εμείς οι γονείς να είμαστε πάντα προετοιμασμένοι για την προφύλαξή τους από τους κινδύνους που κρύβει το απέραντο γαλάζιο για τα μικρά μας δελφίνια...

Οι σχετικές έρευνες εξάλλου δείχνουν ότι ο συνδυασμός ήπιου κλίματος και υγρού στοιχείου, κάνει τα παιδιά στη χώρα

μας ιδιαίτερα επιρρεπή στα ατυχήματα από πνιγμό. Είναι τραγικό αλλά αποδεδειγμένο ότι τα μικρά παιδιά μπορούν να πνιγούν, σε λίγα μόνο εκατοστά νερό σε ελάχιστο χρόνο.

Για τον λόγο αυτό το Σωματείο «Αντιμετώπιση Παιδικών Τραύματος»* για την Πρόληψη των Παιδικών Ατυχημάτων το καλοκαίρι μας δίνει πολύτιμες συμβουλές για να απολαύσουμε κι αυτό το καλοκαίρι τη θάλασσα και τις χαρές της με ατελείωτο παιχνίδι αλλά πάνω απ’ όλα με προσοχή κι ασφάλεια για τα παιδιά μας. (συνέχεια)

Στη Θάλασσα

- Είναι πολύ σημαντικό να μάθουμε στα παιδιά μας από την πιο μικρή ηλικία να κολυμπούν σωστά, το κολύμπι σώζει ζωές.
- Ποτέ μην αφήνουμε μικρά παιδιά κοντά στο νερό χωρίς επίβλεψη, ακόμα και εάν ξέρουν να κολυμπούν.
- Να μην βασιζόμαστε σε φουσκωτά αντικείμενα όπως μπρατσάκια και κουλούρες, για την ασφάλεια των παιδιών μας.
- Να μην κολυμπούν τα παιδιά με γεμάτο στομάχι, πρέπει να έχουν περάσει τουλάχιστον 3 ώρες από το τελευταίο γεύμα.
- Μην αφήνουμε τα παιδιά να απομακρύνονται από την ξηρά χωρίς επίβλεψη.
- Είναι επικίνδυνο το κολύμπι σε πολύ ταραγμένη θάλασσα και σε περιοχές όπου υπάρχει δυνατό θαλάσσιο ρεύμα.
- Είναι σημαντικό τα παιδιά να μην υπερεκτιμούν τις δυνατότητές τους στο κολύμπι και να αποφεύγουν τους ηρωϊσμούς.
- Επικίνδυνα παιχνίδια στο νερό, όπως πατητές, κράτημα αναπνοής και άλλα, πρέπει να αποφεύγονται, μπορούν πολύ εύκολα να καταλήξουν σε πνιγμό.
- Στις μικρές ηλικίες, όταν τα παιδιά βρίσκονται σε σκάφος πρέπει πάντα να φοράνε εγκεκριμένα σωσίβια και να επιβλέπονται.

Θαλάσσια Αθλήματα

- Όταν κάνουν θαλάσσια αθλήματα τα παιδιά, πρέπει πάντα να φορούν εγκεκριμένα σωσίβια, ακόμα και εάν κολυμπούν καλά.
- Εφόσον τα παιδιά θέλουν να ασχοληθούν με θαλάσσια αθλήματα, όπως ιστιοπλοΐα, θαλάσσιο σκι, ιστιοσανίδα και καταδύσεις, είναι



σημαντικό να παρακολουθήσουν πρώτα, μαθήματα σε εξειδικευμένες σχολές και να μάθουν να ακολουθούν τους κανόνες του κάθε αθλήματος.

- Σε περίπτωση που μεγαλύτερα παιδιά, κάνουν καταδύσεις και υποβρύχιο ψάρεμα, πρέπει να χρησιμοποιούν τον κατάλληλο εξοπλισμό, να ακολουθούν πιστά τους κανόνες ασφαλείας, να είναι συνδεδεμένα με την ειδική σηματοδότη για να διακρίνονται από διερχόμενα σκάφη και να είναι πάντα συνοδευόμενα.

Σε Πισίνα

- Εφόσον υπάρχουν μικρά παιδιά στην οικογένεια, η πισίνα πρέπει να είναι σωστά περιφραγμένη ή να έχει κάλυμμα ασφαλείας.
- Ποτέ να μην κολυμπάνε παιδιά σε πισίνα, χωρίς επίβλεψη.

- Να μάθουμε στα παιδιά, να προσέχουν ιδιαίτερα τον περίγυρο της πισίνας, γιατί τρέχοντας ή παίζοντας, μπορούν εύκολα να γλιστρήσουν και να τραυματιστούν σοβαρά.
- Στην πισίνα όπως στη θάλασσα, είναι σημαντικό να μάθουν τα παιδιά να κάνουν βουτιές, μόνον εφόσον βεβαιωθούν ότι τα νερά είναι αρκετά βαθιά και δεν υπάρχουν εμπόδια.

Σε άλλους Χώρους όπου υπάρχει νερό

- Είναι σημαντικό να μάθουν τα παιδιά να μην πλησιάζουν κοντά σε φουσκωμένο χείμαρρο ή ποτάμι, γιατί εάν πέσουν μέσα μπορεί να πνιγούν. Για τον ίδιο λόγο δεν πρέπει να κολυμπούν σε ποτάμι, όταν υπάρχει δυνατό ρεύμα.
- Τα παιδιά να αποφεύγουν τις βουτιές σε λίμνη, όταν τα νερά είναι θολά.
- Τα μικρά παιδιά δεν πρέπει να πλησιάζουν και να σκύβουν πάνω από πηγάδια, στέρνες και αρδευτικά κανάλια, γιατί πέφτοντας μέσα, μπορεί να τραυματιστούν σοβαρά ή να πνιγούν.

* Το Σωματείο «Αντιμετώπιση Παιδικού Τραύματος» είναι μη κερδοσκοπικός Οργανισμός που έχει σκοπό να συμβάλει στην καθοριστική μείωση των Παιδικών Ατυχημάτων και των συνεπειών τους

Πηγή: www.imommy.gr

Ομαλή μετάβαση στην καλοκαιρινή περίοδο

Δήμητρα Γιάννου, Εργοθεραπεύτρια, Κέντρο ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗ

Η προετοιμασία μετάβασης ενός ατόμου που βρίσκεται στο φάσμα, είναι μείζονος σημασίας. Πόσο μάλλον για τη περίοδο του καλοκαιριού, όπου τα καθήκοντα αλλάζουν μετά τη λήξη της σχολικής χρονιάς, υπάρχει άφθονος ελεύθερος χρόνος τον οποίο δεν γνωρίζουν πως να τον διαχειριστούν, ενώ ταυτόχρονα υπάρχουν και οι διακοπές, οι οποίες συνήθως προϋποθέτουν αλλαγή περιβάλλοντος. Και ενώ όλα τα ανωτέρω ακούγονται ιδανικά, για τα άτομα που βρίσκονται στο φάσμα, αποτελούν παράγοντες αύξησης του άγχους, το οποίο μπορεί να το οδηγήσει σε αύξηση των αυτοερεθισμών, κρίσεων, υπερκινητικότητας κτλ. Υ

Υπάρχει όμως τρόπος να έχουν μια καλύτερη πρόσβαση σε αυτή τη μεγάλη αλλαγή. Τα περισσότερα άτομα μπορούν να επωφεληθούν γνωρίζοντας τι σημαίνει και τι συνεπάγεται αυτή η αλλαγή. Για αυτό το λόγο η προετοιμασία του για το θερινό πρόγραμμα, με τις προγραμματισμένες αλλαγές θα βοηθήσουν σημαντικά στην ηπιότερη προσαρμογή. Η χρήση ενός οπτικοποιημένου προγράμματος, το οποίο θα αναδεικνύει τις ρουτίνες, τα καθήκοντα και τις υποχρεώσεις θα βοηθούσε σημαντικά. Στο πρόγραμμα αυτό ενδείκνυται να



υπάρχει χώρος για νέες δραστηριότητες που θα μπορούσαν να εισαχθούν, είτε με τη μορφή εικόνας είτε με τη μορφή βίντεο.

Το διαδίκτυο αποτελεί την κύρια πηγή εύρεσης οπτικοακουστικού υλικού, ώστε να λάβετε όλες τις απαραίτητες πληροφορίες για τη καλύτερη δυνατή προετοιμασία. Και βέβαια μη ξεχνάτε:

* Χρήση ημερολογίων, οπτικών χρονοδιαγραμμάτων

* Διατήρηση βασικών ρουτινών όποτε είναι δυνατό

* Χρήση των εργαλείων/ οδηγιών που η θεραπευτική ομάδα σας έχει προτείνει

* Αγαπημένα αντικείμενα που δημιουργούν ασφάλεια σε μεταβάσεις, ταξίδια και αλλαγές περιβάλλοντος

Βασισμένο σε άρθρο της Kristi A. Jordan, OTR/L, Indiana Resource Center for Autism

Ψυχοπαιδαγωγικές δραστηριότητες για ένα ευχάριστο και επιμορφωτικό καλοκαίρι...

Ψυχοπαιδαγωγοί ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗΣ

Οι διακοπές του καλοκαιριού έχουν σαν βασικό στόχο την ανάπαυλα και την ξεκούραση των μαθητών καθώς και την εμπέδωση αυτών που έχουν μάθει με λειτουργικό και δημιουργικό τρόπο. Αυτή η περίοδος τους δίνει την δυνατότητα να ασχοληθούν με άλλες – πιο ξέγνωσες και ευχάριστες – δραστηριότητες, να μείνουν περισσότερες ώρες με την οικογένειά τους χωρίς πίεση και να ωριμάσουν σωματικά και συναισθηματικά, έτσι ώστε όταν έρθει η ώρα της επιστροφής τους στο σχολείο να έχουν περισσότερα εφόδια για να αντεπεξέλθουν στις αυξημένες – λόγω της μεγαλύτερης σχολικής τάξης που θα ενταχθούν – σχολικές απαιτήσεις. Οι καλοκαιρινές διακοπές είναι μια περίοδος στη ζωή του παιδιού που μπορεί να την εκμεταλλευτεί όπως αυτό θέλει αλλά πάντα με ένα σωστό σχεδιασμό και πρόγραμμα ώστε να μπορέσει να ωφεληθεί από αυτή. Στο διάστημα αυτό το παιδί πρέπει – και είναι απαραίτητο για την εξέλιξή του – να περάσει όμορφα και ξέγνωστα, μακριά από το άγχος και την πίεση των σχολικών απαιτήσεων.

Στις καλοκαιρινές διακοπές ο πολύτιμος χρόνος των παιδιών δεν πρέπει σε καμία περίπτωση να χρησιμοποιείται για μάθηση μέσα από σχολικά βιβλία για επαναλήψεις. Κάτι τέτοιο μόνο γκρίνια, πίεση και αρνητικό κλίμα στην οικογένεια μπορεί να δημιουργήσει. Επίσης, προκαλεί επιπρόσθετο άγχος στο παιδί και μπορεί να το οδηγήσει σε αρνητική απόδοση τον επόμενο χειμώνα.

Η απόλυτη απραξία όμως και η αποδιοργάνωση μπορεί να οδηγήσουν τα παιδιά σε αποσυντονισμό, με κίνδυνο να απομακρυνθούν πάρα πολύ από όλες τις γνωστικές δραστηριότητες και να δυσκολευτούν πολύ στην επαναπροσαρμογή τους στην επόμενη σχολική τάξη. Για τον λόγο αυτό παρακάτω προτείνονται κάποιες απλές και ευχάριστες δραστηριότητες που προωθούν τόσο την μάθηση όσο και την ψυχαγωγία... Η μάθηση, άλλωστε, μπορεί να επιτευχθεί μέσα από άλλες πιο ευχάριστες δραστηριότητες για το παιδί και εσάς!

Παρακάτω προτείνονται κάποιες απλές και ευχάριστες δραστηριότητες-παιχνίδια για την ψυχαγωγία όλης της οικογένειας! Πολλά από τα προτεινόμενα παιχνίδια μπορούν να πραγματοποιηθούν κατά τη διάρκεια του ταξιδιού πχ μέσα στο αυτοκίνητο, το πλοίο, το λεωφορείο κτλ κάνοντας έτσι το ταξίδι πιο διασκεδαστικό και γρήγορο! Ο χρόνος περνάει πάντα γρηγορότερα όταν διασκεδάσουμε! ΚΑΛΕΣ ΣΑΣ ΔΙΑΚΟΠΕΣ!

☀️ Παίξτε με το παιδί σας ένα παιχνίδι φωνολογικής ενημερότητας!!! Λέτε μια λέξη π.χ. «παραλία», και το παιδί σας πρέπει να πει μια λέξη που να αρχίζει από το τελευταίο γράμμα της λέξης που είπατε. Δηλαδή σε αυτή την περίπτωση η λέξη θα πρέπει να αρχίζει από «α». Το παιδί σας λέει «αεροπλάνο» και ο επόμενος παίχτης πρέπει να πει μια λέξη που να αρχίζει από «ο». Το παιχνίδι συνεχίζεται με τον τρόπο αυτό κ ο παίχτης που δεν μπορεί να βρει μια λέξη χάνει. Καλή διασκέδαση!

☀️ Ζητήστε από το παιδί σας να σας διηγηθεί το παιδικό πρόγραμμα που είδε στην τηλεόραση. Σκοπός αυτής της δραστηριότητας είναι να εξασκηθεί το παιδί στις χρονικές αλληλουχίες και να μπορέσει να περιγράψει περιληπτικά αυτό που είδε π.χ. Τι έγινε στην αρχή; Τι έγινε μετά; Τι συνέβη στο τέλος; Ποιός ήταν ο πρωταγωνιστής; Περιγραφή πρωταγωνιστή.

☀️ Ζητήστε από το παιδί σας να σας περιγράψει βήμα-βήμα καθημερινές δραστηριότητες. Για παράδειγμα: «τί πρέπει να κάνουμε για να φτιάξουμε ένα τούστο;», «τί κάνω κάθε

πρωί;», «προετοιμασία ενός παιδικού πάρτυ» κ ό,τι άλλο αρέσει στο παιδί σας.

☀️ Ρωτήστε το παιδί σας τί παιχνίδια παίζει στη γειτονιά, στο χωριό ή στην πλατεία και ζητήστε του να τα περιγράψει. Πώς παίζονται τα παιχνίδια αυτά; Ποιοι είναι οι κανόνες; Ποιός είναι ο νικητής κτλ. Είναι μεγάλη ικανοποίηση για τα παιδιά όταν έχουν την αίσθηση ότι μας μαθαίνουν καινούργια πράγματα!

☀️ Το παιχνίδι του «Ναι-Όχι». Ο ένας παίχτης σκέφτεται μια οποιαδήποτε λέξη στο μυαλό του (ζώο, πράγμα, επάγγελμα) και ο άλλος προσπαθεί να μαντέψει την λέξη αυτή κάνοντας μόνο ερωτήσεις που μπορούν να απαντηθούν με ΝΑΙ ή ΟΧΙ. Με αυτόν τον τρόπο ασκείται η κριτική και αφαιρετική σκέψη των παιδιών και είναι παράλληλα μια διασκεδαστική δραστηριότητα.

☀️ Όνομα-Ζώο-Φυτό... Ένα διαχρονικό και επιμορφωτικό παιχνίδι που ασκεί τόσο την φαντασία όσο και την φωνολογία αλλά και την ορθογραφία. Το μόνο που χρειάζεστε είναι χαρτί και μολύβι. Ένας από τους παίχτες λέει από μέσα του την Αλφάβητο και ο άλλος τον σταματάει λέγοντας «ΣΤΟΠ». Οι παίχτες καλούνται να βρουν από μια λέξη σε κάθε κατηγορία η οποία αρχίζει από το γράμμα που σταμάτησε. Τώρα που είναι καλοκαίρι μπορείτε να εμπνευστείτε και να βάλετε καινούργιες κατηγορίες.

Για παράδειγμα αντί για ΧΩΡΑ βάλετε ΝΗΣΙΑ, αντί για ΠΡΑΓΜΑ βάλετε ΚΑΛΟΚΑΙΡΙΝΑ ΑΝΤΙΚΕΙΜΕΝΑ κτλ. Καλή διασκέδαση!

☀️ Κλείσε τα μάτια! Τα παιδιά που θυμούνται εικόνες μπορούν να μάθουν γρηγορότερα να διαβάζουν λέξεις και να της ανακάλυψουν ευκολότερα στη μνήμη τους. Το παιδί σας θυμάται ο,τι βλέπει; Το παρακάτω παιχνίδι ενδυναμώνει την οπτική μνήμη, είναι εύκολο και σύντομο! Αρχικά πείτε στο παιδί σας να σας κοιτάξει καλά. Έπειτα ζητήστε του να κλείσει τα μάτια του. Καθώς θα έχει κλειστά τα

μάτια του κάνετε μια ερώτηση όπως: «Τι χρώμα μπλούζα φοράω?». Αν δεν θυμάται να απαντήσει τότε δώστε του την ευκαιρία να σας παρατηρήσει λίγο ακόμη και μετά να ξανακλείσει τα μάτια του. Κάντε μια άλλη ερώτηση όπως: «Σε τι στάση είχα τα χέρια μου?». Θυμάται να σας πει; Θυμάται γενικά την εικόνα σας; Την ίδια διαδικασία μπορείτε να ακολουθήσετε με αντικείμενα, εικόνες σε περιοδικά, σήματα στο δρόμο, και κάνοντας ζωγραφιές στην άμμο ή παίζοντας με χρωματιστά πετραδάκια στην παραλία. Αλήθεια, εσείς είστε καλοί σε αυτό το παιχνίδι; Θα ήταν δίκαιο και διασκεδαστικό να μάθει το παιδί σας τι ψάρια πιάνει η μαμά ή ο μπαμπάς!!

☀️ Σταυρόλεξα-κρυπτόλεξα-ανεκδοτα!! Βρείτε βιβλιάρικα ή περιοδικά που έχουν διασκεδαστικές δραστηριότητες για παιδιά ανάλογης ηλικίας, και εξασκηθείτε μαζί τους λύνοντας ένα σταυρόλεξο ή κρυπτόλεξο τη μέρα. Επίσης μπορείτε να πάρετε ένα βιβλίο με παιδικά ανέκδοτα και να διαβάσετε ένα τη μέρα. Το βράδυ ζητήστε από το παιδί να πει το ανέκδοτο που έμαθε νωρίτερα σε ένα μεγαλύτερο κοινό ονομάζοντας την στιγμή αυτή «η ώρα των ανεκδότων». Αυτό κατ'αρχάς δίνει έναν ρόλο στο παιδί και αυξάνει την αυτοπεποίθησή του αλλά επίσης θα βοηθήσει το παιδί να ενισχύσει την μνήμη του και να έχει κίνητρο να διαβάσει και να θυμάται τα ανέκδοτα αυτά.





Η ΣΤΗΛΗ ΤΟΥ ΠΑΙΔΙΟΥ ΚΑΙ ΤΟΥ ΕΦΗΒΟΥ

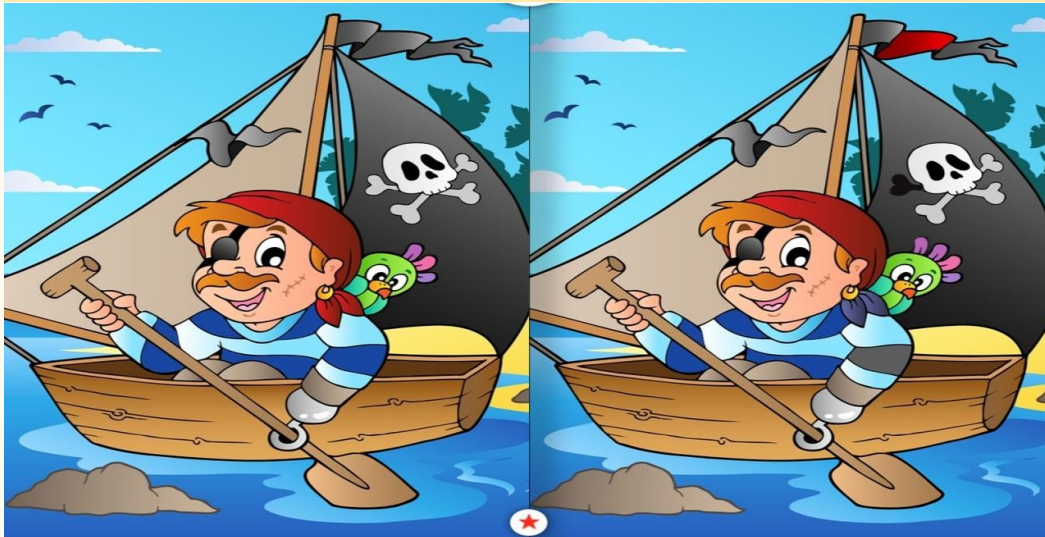
ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ

Συμπληρώστε την Ακροστοιχίδα του ... Καλοκαιριού!

Ε _____ πού πάμε το 15 Αυγούστο;
 Ξ _____ Το καλοκαίρι ξ.... νωρίς το πρωί για να πάω στη θάλασσα
 Ο _____ Το βρίσκουμε στη θάλασσα συνήθως
 Χ _____ Ελληνικό νησί των δωδεκανήσων
 Η _____ Το καλόκαιρι έχει δυνατό

Γιώργος, 10 ετών

Βρες τις 5 διαφορές



Βρείτε τις 10 λέξεις του κρυπτόλεξου

Α	Β	Α	Μ	Μ	Θ	Σ	Γ	Δ	Ε
Ζ	Η	Θ	Ι	Κ	Λ	Μ	Ν	Ξ	Ο
Π	Ρ	Λ	Α	Τ	Ο	Π	Ι	Σ	Τ
Β	Ο	Τ	Σ	Α	Λ	Α	Κ	Ι	Α
Α	Ρ	Η	Τ	Φ	Χ	Ν	Ψ	Ο	Μ
Ρ	Κ	Ρ	Α	Γ	Π	Ι	Ο	Ν	Ο
Κ	Α	Ε	Κ	Υ	Β	Ο	Θ	Ι	Υ
Α	Ε	Τ	Ο	Σ	Α	Β	Γ	Δ	Δ
Ε	Ζ	Η	Σ	Θ	Ι	Κ	Λ	Μ	Ι
Κ	Ο	Υ	Β	Α	Δ	Α	Κ	Ι	Α



ΕΔΩ ΓΙΝΕΤΑΙ
ΤΟ
"ΜΙΤΙΝΚΤ"



Νάσος

Σ

Βίκτωρ, 10 ετών



Η ΣΤΗΛΗ ΤΟΥ ΠΑΙΔΙΟΥ ΚΑΙ ΤΟΥ ΕΦΗΒΟΥ

ΕΠΙΚΑΙΡΟΤΗΤΑ

Οι Γιορτές του Ιουλίου

Τον Ιούλιο γιορτάζουν οι:

- Κοσμάς και Δαμιανός την 1^η Ιουλίου
- Κυριακή στις 7 Ιουλίου
- Προκόπης/Θεόφιλος στις 8 Ιουλίου
- Όλγα στις 11 Ιουλίου
- Αγία Μαρίνα στις 17 Ιουλίου
- Προφήτης Ηλίας 20 Ιουλίου
- Μαγδαληνή 22 Ιουλίου
- Αγ. Παρασκευή 26 Ιουλίου
- Παντελής 27 Ιουλίου

Αντρέας, 12 ετών

Αφήστε κάτω τα μολύβια!

Ο Ιούνιος επιτέλους έφτασε! Έρθε η ώρα να πετάξουμε στην άκρη τις τσάντες και τα βιβλία. Ώρα για τρελά μπάνια στις θάλασσες. Έρθε η στιγμή για ξεκούραση, τραγούδι και χορό!!

Πάει ποια η Άνοιξη
Έρθε το καλοκαίρι,
θα τρώμε ξυλάκι παγωτό
μέρα μεσημέρι!

Ώρα για ξεκούραση,
τέρμα το σχολείο,
πάμε για μπάνια και βουτιές
και παιχνίδια μες στον ήλιο!
Νεφέλη, 12 ετών

Τα πράγματα που μπορούμε να κάνουμε

το καλοκαίρι στην πόλη

Μπάνια στην αττική (λούτσα, καβούρι, Λαγονήσι)
Βόλτες με συμμαθητές
Βόλτες στην πλατεία
Κατασκήνωση
Σινεμά θερινό
Βόλτες στο κέντρο (ακρόπολη/μοναστηράκι)
Ιντερνετ/τηλεόραση
Μαγειρική
Φαγητό έξω
Επιτραπέζια με την οικογένεια
Ταινίες με την οικογένεια

Στέλιος, 16 ετών
& Κωνσταντίνος, 14 ετών

Τί μου αρέσει να κάνω το καλοκαίρι

Να πηγαίνω θάλασσα
Να τρώω παγωτό
Να κάνω σαπουνόφουσκες
Να τρώω πίτσα
Να πίνω παγωμένη πορτοκαλάδα/λεμονάδα
Δημήτρης, Β' Δημοτικού

Να κάνω σκανταλιές
Να πηγαίνω στην παιδική χαρά
Να τρώω ροδάκινα
Να τρώω βερίκοκα
Να τρώω φράουλα και καρπούζι
Να πηγαίνω στη θάλασσα

Ντανιήλ, Β' Δημοτικού

Να τρώω παγωτό
Να κάνω μπάνιο στη θάλασσα
Να κάνω καστράκια στην άμμο
Να τρώω ροδάκινα και καρπούζια
Να πηγαίνω στο σπίτι του ξαδέρφου μου και της
ξαδέρφης μου
Κωστής, Β' Δημοτικού

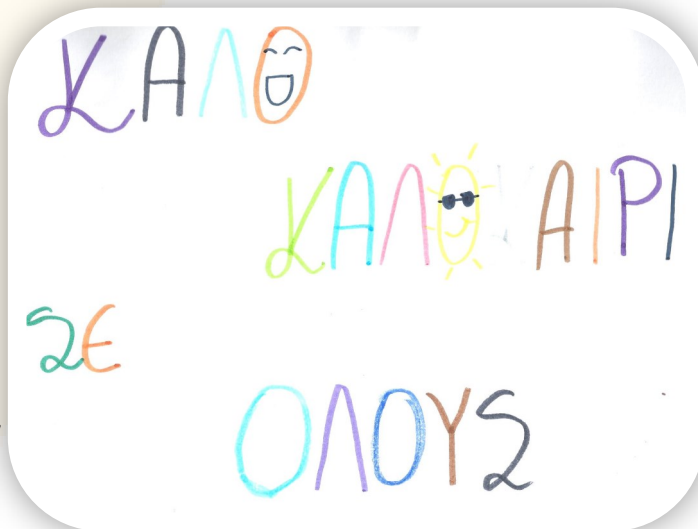
Τα Ψαράκια

Μπαρμπουνάκια,
γλώσσες, σπάροι κι η
μπάλα όποιον πάρει.
Λαχανιάσματα, τρεχάλες,
μπουρμπουλήθρες και
φουσκάλες.
Έφτασε κι ο δεύτερος
γύρος, δεν αντέχει πια ο
Τσίρος.
«Γκόλ» φωνάζει η
σαρδέλα, τον Κολιό τον
πιάνει Τρέλλα!
Νικόλας, 6,5 ετών

Επίσκεψη στον Πόρο

Την Παρασκευή θα πάω 10:00 το πρωί στο λιμάνι στον Πειραιά για να ταξιδεύσω με το πλοίο στον Πόρο. Εκεί μένει ο θείος μου και η θεία μου και θα βοηθήσω τον Θ. Παναγιώτη στη βάρκα και τη Θ. Μαρία στην καντίνα της. Θα πάω και πλατεία το απόγευμα και θα παίξω με την ξαδέρφη μου την Αργυρώ και θα γυρίσω σπίτι το απόγευμα. Εκεί κάνω και μπάνιο σε μια ωραία παραλία με άμμο. Νιώθω πολύ χαρούμενη και ανυπόμονη!

Παρασκευή, 9 ετών





«ΟΙ ΜΙΚΡΟΙ ΔΗΜΟΣΙΟΓΡΑΦΟΙ»

ΠΑΡΑΜΥΘΟΪΣΤΟΡΙΕΣ..

Οι γοργόνες

Μια φορά και έναν καιρό ζούσαν πέντε γοργόνες που τις έλεγαν Αριάνα Γκράντε, Λέιντι Γκάγκα, Τέϊλορ Σουιφτ, Ειρήνη και Θεώνη και ζούσαν όλες στον Ωκεανό. Είχανε και ένα δελφίνι που το έλεγαν Τζάστιν Μπίμπερ. Αλλά υπήρχαν και 4 γοργόνοι πειρατές που τους έλεγαν Γκετσις, Ένι, Μαξ Θάντερμαν και Άλαν. Μετά οι πειρατές βρήκαν το μυστικό θυσιαστήριο αλλά οι γοργόνες τους ακολούθησαν και στο τέλος τον πήραν πίσω και τους κέρδισαν μαζί με το δελφίνι.

Αριάνα, 12 ετών
& Ματίας, 11 ετών

Ένα αλλιώτικο σχολείο

Μια φορά και έναν θαλασσοκαιρό ήταν ένας καρχαρίας που κανένας δε τον συμπαθούσε επειδή τους τρόμαζε τους χτυπούσε και τους έκανε όλο φάρσες που δεν ήταν αστείες... όλα τα ψαράκια πήγαιναν σχολείο όπως και ο καρχαρίας. Μια θαλασσομέρα ο καρχαρίας, πήγε να κάτσει ένας συμμαθητής του στην καρέκλα τότε πετάγεται και του τραβάει την καρέκλα. Τότε αυτός πέφτει και αρχίζει να κλαίει.

Χτυπάει το κουδούνι, όλοι παίρνουν το κολατσιό τους. Ο καρχαρίας είδε ένα ψαράκι που έτρωγε παγωτό τότε του πετάει την μπάλα παγωτού κάτω στην άμμο, βάζει και αυτός τα κλάματα και φεύγει.

Στο ψαροσχολείο η κυρία ζήτησε από τα παιδιά αύριο να φέρουν ένα δώρο για τα άλλα ψάρια. Τότε όλα τα ψάρια πήγαν βόλτα για τα δώρα τους, ενώ ο καρχαρίας πήγε σε άλλο μέρος τότε πήρε ένα αχινό και τον έβαλε σε ένα κόκκινο κουτί.

Την άλλη μέρα πήγαν τα ψαράκια για τα δώρα τότε όλα τα ψαράκια πήραν από 1 δώρο. Όλα τα δώρα τελείωσαν μόνο 1 έμεινε για τον καρχαρία. Τότε βάζει το χέρι του μέσα και ΑΑΑ ήταν ένας αχινός. Τότε όλα τα ψάρια του λένε "καλά να πάθεις χασαχασ".

Σταύρος, 9,5 ετών

Μια ζωή χωρίς αριθμούς

Μια φορά κι έναν καιρό ήταν ένα παιδί δεν ήξερε αριθμούς. Όλοι οι συμμαθητές του τον κοροΐδευαν και αυτό δεν του άρεσε. Μια μέρα είπε στον μπαμπά του: "Θέλω να με μάθεις αριθμούς" του είπε. Άρχισε να του μαθαίνει αριθμούς κι έτσι τον έμαθε. Την άλλη μέρα πήγε στο σχολείο του και ήξερε πιο καλά τους αριθμούς και από τους συμμαθητές του. Και από εκείνη την ημέρα δεν τον κοροΐδευαν.

Μάριος, 9 ετών

Οι διακοπές της Δέσποινας

Η Δέσποινα πήγε διακοπές στη Σκιάθο σε μια πισίνα και βρήκε πολλούς ανθρώπους που έκανε φίλους. Μαζί της είχε ένα κόμικ και το διάβαζε στην παραλία και φόραγε ακουστικά για να ακούει μουσική. Φόραγε

το αντηλιακό της και έκανε σέρφ στα κύματα. Το βράδυ φόρεσε τα καλά της παπούτσια και, την τσάντα, το καπέλο και αφού βάφτηκε πήγε στο λιμάνι για να βγάλει φωτογραφίες και να φάει σουβλάκι. Πέρασε φανταστικά και ένιωθε χαρούμενη!!

Νικολέτα, 10 ετών

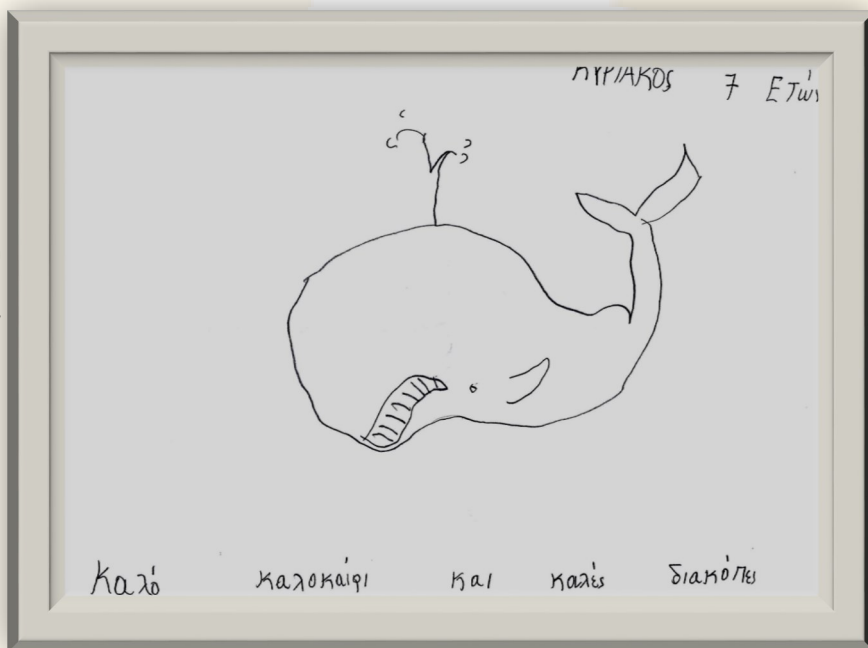
Το καγιάκ

Το καγιάκ είναι ένα άθλημα στο νερό. Είναι πιο γρήγορο από την κοληλασία.

Χρειάζεται ισορροπία, δύναμη και ταχύτητα. Τις περισσότερες φορές μπαίνω σε καγιάκ και διπλό καγιάκ (με ακόμα έναν συμμαθητή). Στο καγιάκ υπάρχουν διαφορετικά μέτρα που κοληλατεί ο αθλητής: 200, 500, 1000 ανάλογα με την κατηγορία. Εγώ θα ήθελα να αγωνίζομαι στην κατηγορία K 1 200 και K 2 200 μέτρων. Στόχος του αθλητή είναι να ξεκινάει από την αρχή μέχρι το τέρμα και να κοληλατεί όσο γρηγορότερα μπορεί.

Πηγαίνω για προπόνηση 2-3 φορές την εβδομάδα μου αρέσει πολύ γιατί στο μέλλον θα ήθελα να πάω στους Ολυμπιακούς αγώνες.

Γιώργος, 16 ετών





«ΟΙ ΜΙΚΡΟΙ ΔΗΜΟΣΙΟΓΡΑΦΟΙ»

ΕΥΡΟ 2016

Με αφορμή την συμπλήρωση της 2^{ης} αγωνιστικής του Ευρωπαϊκού Πρωταθλήματος του 2016 θα παρουσιάσω τους συνδιασμούς με τους οποίους προκρίνεται κάθε εθνική.

Α'

Γαλλία 6
Ελβετία 4
Ρουμανία 1
Αλβανία 0

3^η Αγωνιστική Α'
Γαλλία-Ελβετία
Ρουμανία-Αλβανία

Αλβανία περνά αν: Νικήσει την Ρουμανία και οι τρεις καλύτερες 3^{ες} δεν έχουν παραπάνω από 4 βαθμούς

Ρουμανία περνά αν: νικήσει την Αλβανία και οι τρεις καλύτερες 3^{ες} δεν έχουν παραπάνω από 4 βαθμούς

Α' περίπτωση
Γαλλία 9
Ελβετία 4
Αλβανία 3
Ρουμανία 1

Β' περίπτωση
Γαλλία 9
Ελβετία 4
Ρουμανία 4
Αλβανία 0

Β'
Αγγλία 4
Ουαλία 3
Σλοβακία 3
Ρωσία 1

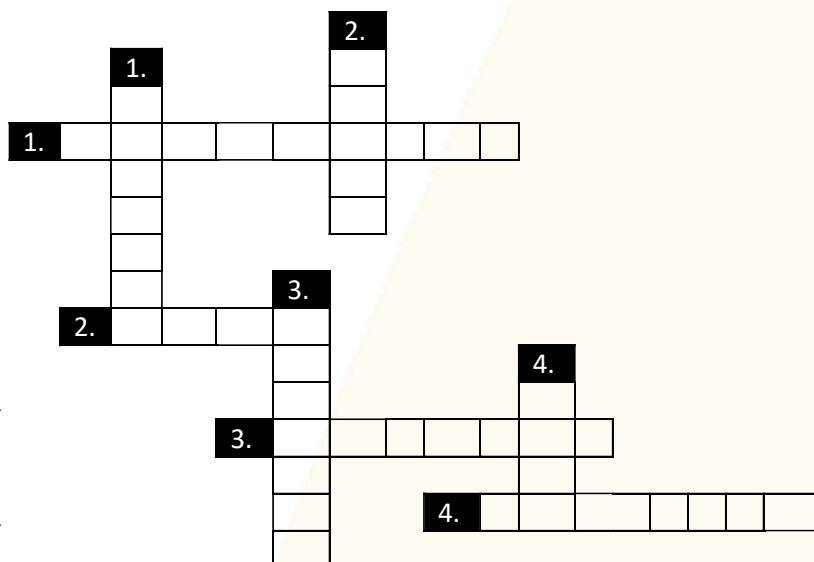
3^η Αγωνιστική Β'
Σλοβακία-Αγγλία
Ουαλία-Ρωσία

Ρωσία περνά αν: νικήσει την Ουαλία και χάσει η Αγγλία
Σλοβακία περνά αν: νικήσει την Αγγλία

Αγγλία 4+3=7
Ουαλία 3+3=6
Σλοβακία 3+0=3
Ρωσία 1

Χρήστος, 15 ετών

ΣΤΑΥΡΟΛΕΞΟ



Οριζόντια

1. Όταν τελειώνουν τα σχόλια έχουμε
2. Υπάρχουν παραλίες με βότσαλα και;
3. Τι παίζουμε στην παραλία;
4. Τι μαζεύουμε στην άμμο;

Κάθετα

1. Το καλοκαίρι κολυμπάμε στην
2. Με τί παίζουμε βόλεϊ;
3. Τι βάζουμε για να έχουμε σκιά;
4. Όταν διψάμε, πίνουμε;

Μανώλης, 11 ετών

Προσέγγιση

ΣΥΝΤΑΚΤΙΚΗ ΟΜΑΔΑ:

Αλεξάνδρου Στράτος
Βουρλιόγκα Βασιλική
Κοκμοτός Παναγιώτης
Μαρτίνης Γιάννης

Επιμέλεια: Μάντη Ειρήνη



ΣΕ ΑΥΤΟ ΤΟ ΤΕΥΧΟΣ ΣΥΝΕΡΓΑΣΤΗΚΑΝ:

Αλεξάνδρου Στράτος,
Γιάννου Δήμητρα
Παπαστραύρου Αναστασία
Καψάλης Αποστόλης
Γιώργος, 10 ετών
Βίκτωρ, 10 ετών
Νάσος
Χρήστος, 15 ετών
Αντρέας, 12 ετών
Στέλιο Α' Λυκείου
Κων/νος Β' Γυμνασίου

Νεφέλη, 12 ετών
Κωστής, Ντανιήλ, Δημήτρης
Νικόλας, 6,5 ετών
Παρασκευή, 9 ετών
Αριάνα&Ματίας
Σταύρος, 9,5 ετών
Μάριος, 9
Νικολέτα, 10 ετών
Γιώργος, 16 ετών
Μανώλης, 11 ετών