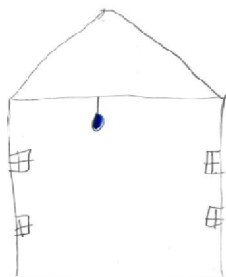


## 24+1 ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ ΓΙΑ ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΚΟ ΧΡΟΝΟ ΜΕ ΤΑ ΠΑΙΔΙΑ



Τώρα που μένουμε έχουμε πολύ **χρόνο με τα παιδιά**. Ακολουθούν ορισμένες προτάσεις για το πώς να τον αξιοποιήσουμε. Μέσα από το παιχνίδι τα παιδιά ανακτούν τον έλεγχο, νιώθουν ασφάλεια και ταυτόχρονα επεξεργάζονται τα συναισθήματά τους. Γι αυτό η επιλογή των δραστηριοτήτων γίνεται μαζί με το παιδί και είναι κάτι που το ενθουσιάζει. Τι πιο ωραίο από το να σας έχουν δίπλα τους;

### ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΕΣ ΕΠΙΛΟΓΕΣ

- ✚ Διαλέξτε μαζί με τα παιδιά **σας Online βιβλία** λογοτεχνικά: <http://e-didaskalia.blogspot.com/2016/06/e-books.html>
- ✚ Περιηγηθείτε σε **μουσεία**: <https://artsandculture.google.com/>
- ✚ **Online διαδραστικά παιχνίδια** που προάγουν τη δημιουργικότητα από το Μουσείο της Ακρόπολης: <https://www.theacropolismuseum.gr/peploforos/>  
<http://acropolisvirtualtour.gr/theglafkaproject/#/el/journey/preparation/step1>
- ✚ Κάνετε εγγραφή για το παιδί σας στο <https://www.youtube.com/kids/> όπου είναι φτιαγμένο αποκλειστικά για παιδιά, ώστε να βλέπουν βίντεο και να ακούνε τραγούδια με ασφάλεια
- ✚ Δείτε **θέατρο online**: <http://www.nt-archive.gr/people.aspx>
- ✚ Ψάξτε μαζί με το παιδί σας αγαπημένα σας **τραγούδια** από το παρελθόν και γνωρίστε τι ακούει το ίδιο στο <https://www.youtube.com/>

### ΚΑΛΛΙΤΕΧΝΙΚΑ-ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΚΟΤΗΤΑ

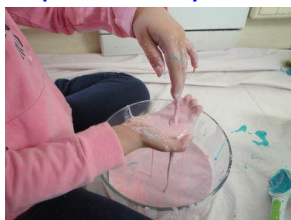
Όποια μορφή τέχνης δημιουργεί το παιδί (π.χ. ζωγραφιά, έργο με πλαστελίνη, ιστορία, χειροτεχνία) είναι ένας τρόπος έκφρασης. Αντί να μείνετε στο «Μπράβο!», μπορείτε να **το ενθαρρύνετε να μιλήσει για το έργο του**. Αν το βλέπετε να ζορίζεται ή να μην θέλει δε χρειάζεται να επιμείνετε. Δώστε του χρόνο.

Πως  
όμως;

- **Σχολιάστε τα χρώματα** και τις γραμμές που έκανε π.χ. «Βλέπω χρησιμοποίησες πολύ μπλέ!»
- **Ρωτήστε τι είναι** με αίσθημα αφελούς περιέργειας. Μη θεωρείτε δεδομένο ότι πχ. επειδή σας μοιάζει με γάτα είναι γάτα.
- Μιλήστε για το **πώς σας κάνουν να αισθάνεστε** τα έργα του Π.χ. «Αχ πόσο θα ήθελα να ζω σε αυτό το σπίτι!» «Μου θυμίζει...»
- **Ρωτήστε παραπάνω πράγματα** π.χ. «Ποιος κατοικεί εδώ; Ποια εποχή είναι; Πώς του αρέσει να περνάει το χρόνο του; Πώς νιώθει;»

- ✚ **Ζωγραφική** μαζί με το παιδί σε κοινό χαρτί ή μόνο του
- ✚ Παιχνίδι με **πλαστελίνη, πηλό, ζυμάρι** και γιατί να μη φτιάξετε και τη δικιά σας πλαστελίνη;

<https://www.youtube.com/watch?v=OmAPZumpjAQ>



Είναι καταπληκτική και αυτή η υγρή πλαστελίνη, που ονομάζεται oobleck, από φυσικά υλικά, που μετατρέπεται σε στερεό: <https://physics4u.wordpress.com/2011/02/05/%CE%AD-%CF%8E-%CF%8C-%CF%8D/>

- ✚ **Κατασκευές** με διάφορα υλικά π.χ. χαρτόνι, βαμβάκι, ξυλάκια, πλαστικά κουτιά κ.α.  
Κουκλάκια ή φιγούρες ανθρώπων-ζώων πάνω σε ξυλάκια π.χ. η κατασκευή από πετσετο-κουκλάκια:  
<https://www.youtube.com/watch?v=h0xqrfry-q0>
- ✚ **Δημιουργία παραμυθιού:** Αν έχετε βαρεθεί να διαβάζετε τα ίδια παραμύθια είναι ευκαιρία να παροτρύνεται τα παιδιά να δημιουργήσουν το δικό τους. Οξύνετε την φαντασία τους παροτρύνοντας τα να

**Κασσεροπούλου Μαρία, Ψυχολόγος**

**Μαρκουζάνη Ελένη, Κοινωνική Λειτουργός**

**Email: [edeay2020@outlook.com](mailto:edeay2020@outlook.com)**

δημιουργήσουν το δικό τους παραμύθι ζωγραφίζοντας. Δώστε τους ένα μπλοκ ζωγραφικής και πρότεινε να επιλέξουν το αγαπημένο τους θέμα γύρω από το οποίο θα χτίσουν τη δική τους ιστορία. Κάθε σελίδα θα έχει μια ζωγραφιά που έχει κάτι να πει σχετικό με την ιστορία. Στο τέλος θα περιγράψουν κάθε σελίδα ξεχωριστά με το δικό τους τρόπο. Στόχος είναι να εξωτερικεύσουν τις σκέψεις τους

## ΟΛΟΙ ΜΑΖΙ

- ✚ **Μαγειρέψτε** με το παιδί: Φτιάξτε παρέα το μεσημεριανό φαγητό σας. Αφήστε τα να πλύνουν τα λαχανικά και δείξτε τους ποιος είναι ο σωστός τρόπος. Όσο μαγειρεύετε είναι χρήσιμο να τους δείχνετε βήμα - βήμα τη διαδικασία. Μια άλλη επιλογή είναι να φτιάξετε κουλουράκια και να αφήσετε τα παιδιά να παίξουν με τη ζύμη και να φτιάξουν σχέδια.
- ✚ **Φυτέψτε μαζί σε γλάστρα** διακοσμήστε το μπαλκόνι
- ✚ Σκεφτείτε από κοινού αν και πώς θέλει να **διαμορφώσει το δωμάτιό** του
- ✚ **Παιχνίδια ρόλων.** Διαβάστε ένα παραμύθι στα παιδιά και στη συνέχεια επιλέξτε το ρόλο που επιθυμεί το κάθε μέλος της οικογένειας για να παίξετε το δικό σας θεατρικό παιχνίδι. Μπορείτε να αλλάξετε ρόλους μεταξύ σας για να γίνει πιο διασκεδαστικό.
- ✚ **Μεταμφιέσεις:** Δώστε στα παιδιά αποκριάτικες στολές και αξεσουάρ και δώστε τους να επιλέξουν τον ήρωα που θέλουν να ντυθούν. Στη συνέχεια, πείτε τους να αφηγηθούν τον ήρωα που επέλεξαν να υποδυθούν.
- ✚ **Χορέψτε** με το παιδί
- ✚ **Παίξτε μουσικές καρέκλες**
- ✚ Παίξτε **αυτοσχέδιο μπόουλινγκ**
- ✚ **Παίξτε επιτραπέζια:** αυξάνουν την κοινωνικότητα, εξοικειώνουν με τους κανόνες και έχουν σας κάνουν να γελάτε. Μπορείτε να καθίσετε όλοι μαζί και να παίξετε ή ακόμα καλύτερα να χωριστείτε και σε ομάδες. Φροντίστε να είναι ευχάριστο το κλίμα.
- ✚ Γιατί να μην προσπαθήσετε να φτιάξετε και **το δικό σας επιτραπέζιο;**

Κασσεροπούλου Μαρία, Ψυχολόγος

Μαρκουζάνη Ελένη, Κοινωνική Λειτουργός

Email: [edeay2020@outlook.com](mailto:edeay2020@outlook.com)

✚ **Φτιάξτε παζλ:** Τα πάζλ είναι ιδανική δραστηριότητα για παιδιά καθώς βελτιώνουν τη μνήμη, αναπτύσσουν την κριτική ικανότητα και την υπομονή τους.

✚ Δείτε μαζί **ταινίες** και ακούστε **μουσική** που επιθυμεί το παιδί: Φτιάξτε ποπ κορν και καθίστε στο καναπέ. Δείτε την ταινία και απαντήστε σε όλες τις ερωτήσεις που έχει το παιδί. Στο τέλος, συζητήστε μαζί με το παιδί πως σας φάνηκε η ταινία. Αφήστε το να εκφράσει τις σκέψεις του.

Ενδεικτικά παραδείγματα ταινιών:

- Τα μυαλά που κουβαλάς (Inside out, 2015 )
- Toy Story 4, 2019
- Ψηλά στον ουρανό (Up, 2009 )
- Βαϊάνα (Moana, 2016)
- Coco, 2017

✚ Δείτε μαζί με το παιδί **παλιές φωτογραφίες και βίντεο**. Μιλήστε του για όταν ήταν πιο μικρό. Μιλήστε του για τις δικιές σας παιδικές στιγμές (ό,τι αισθάνεστε άνετα να μοιραστείτε) και για τους παππούδες-ευρύτερη οικογένεια. Στα παιδιά αρέσουν οι ιστορίες, γιατί να μη μάθουν **την οικογενειακή τους ιστορία** λοιπόν;

✚ Βάλτε το παιδί ως βοηθό στη **δημιουργία οικογενειακού άλμπουμ**, εικονικού ή πραγματικού.

✚ **Γυμναστείτε** με το παιδί: Μπορείτε αν έχετε αυλή στο σπίτι να βγείτε για τρέξιμο ή διαφορετικά μέσα στο σπίτι να κάνετε διάφορα είδη γυμναστικής από video που κυκλοφορούν στο you tube.

Σίγουρα κι εσείς αλλά και τα παιδιά έχετε άλλες τόσες δημιουργικές ιδέες! Φτάνει να **ΕΙΣΤΕ ΜΑΖΙ, ΓΕΛΑΣΤΕ** μαζί και **ΔΙΑΣΚΕΔΑΣΤΕ** όπως σας ευχαριστεί, έχοντας όμως και ο καθένας τον προσωπικό του χώρο και χρόνο μέσα στη μέρα.

Γραμμή ψυχολογικής στήριξης στην Αριδαία:

Τηλέφωνο: 2384021300. Λειτουργεί από το Δήμο Αλμωπίας, καθημερινά 10 με 12 το πρωί εκτός Σαββάτου και Κυριακής.

Κασσεροπούλου Μαρία, Ψυχολόγος

Μαρκουζάνη Ελένη, Κοινωνική Λειτουργός

Email: [edeay2020@outlook.com](mailto:edeay2020@outlook.com)