

Προσέγγιση

ΜΗΝΙΑΙΑ ΕΝΗΜΕΡΩΤΙΚΗ ΕΦΗΜΕΡΙΔΑ
ΤΟΥ ΚΕΝΤΡΟΥ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗ



Τεύχος 11/Σεπτέμβριος 2010

Σημείωμα του εκδότη

«Θεέ μου, χάρισέ μου την νηφαλιότητα να δέχομαι τα πράγματα που δεν μπορώ να αλλάξω, το θάρρος να αλλάξω τα πράγματα που μπορώ να αλλάξω και την σοφία να διακρίνω τη διαφορά» (Reinhold Niebuhr).

Καλή μας χρονιά λοιπόν για άλλη μία φορά. Ελπίζω να περάσαμε ξεκούραστα στις διακοπές μας και να αποκτήσαμε πολλές καινούργιες εμπειρίες. Γίναμε ένα χρόνο σοφότεροι και ένα χρόνο εμπειρότεροι.

Ελπίζω να γελάσαμε με τα παιδιάστικα των παιδιών μας, με τις χαζομαρούλες τους, με τα λάθη τους στην προσπάθειά τους να πετύχουν κάτι, με τις γκάφες τους, με τα αθώα τους ψέματα. Όλα αυτά είναι οι εμπειρίες τους. Όλα αυτά τα κάνουν εξυπνότερα.

Ελπίζω να σταθήκαμε δίπλα τους στους φόβους τους, στους θυμούς τους, στις απογοητεύσεις τους, στη χαρά τους στα σχέδιά τους. Όλα αυτά είναι εμπειρίες. Εμπειρίες του πώς αντιμετωπίζουμε τα συναισθήματα μας.

Μια καινούργια χρονιά αρχίζει. Και την ξεκινάμε ως εφημερίδα και ως άνθρωποι



με τον ίδιο τρόπο που ξεκινήσαμε και την περιουσία χρονιά. Με την ίδια προσευχή στην κεφαλίδα! Μια χρονιά που μας υπόσχεται όπως και η προηγούμενη πλούσια συναισθήματα. Χαρές, απογοητεύσεις, θλίψεις, όνειρα, φόβους, προσμονές. Και τα παιδιά μας τα ίδια μας υπόσχονται να μας δώσουν! Επιτυχίες σε αυτά που αλλάζουν, αποτυχίες σε αυτά που δεν αλλάζουν. Το μόνο που δεν θα καταφέρουν να μας δώσουν είναι η σοφία. Αυτή θα την αποκτήσουμε εμείς! Το παιδί είναι παιδί και ο ενήλικας είναι ενήλικας. Η σοφία είναι προνόμιό μας. Όπως και ο έλεγχος των αρνητικών εκδηλώσεων των συναισθημάτων μας. Και αν δεν την χρησιμοποιήσουμε, το φταίξιμο θα είναι αποκλειστικά δικό μας!

Όλοι θέλουμε τα παιδιά μας να εξελιχτούν καλύτερα. Άλλα παιδιά θα τα καταφέρουν γρήγορα. Άλλα παιδιά θα αργήσουν πιο πολύ.

Όλοι μαζί θα δώσουμε τον σκληρό και ειλικρινή αγώνα μας

Με νηφαλιότητα, με θάρρος, με σοφία..

Καλή μας χρονιά!!!

Σε αυτό το τεύχος

| | |
|---------------------|-----|
| Σημείωμα του εκδότη | 1 |
| Άρθρα | 2-5 |
| Θέματα πληροφόρησης | 6 |
| Ανακοινώσεις | 6 |
| Η στήλη του παιδιού | 7-8 |

Ειδικά σημεία ενδιαφέροντος

- ◆ Συμβουλές για μια ομαλή σχολική ένταξη
- ◆ Από το Δημοτικό στο Γυμνάσιο
- ◆ Ανατροφή παιδιών με ΔΕΠΥ
- ◆ Ασφαλής οδήγηση ποδηλάτου
- ◆ Νέα δανειστική βιβλιοθήκη
- ◆ Σεμινάρια κέντρου
- ◆ Ένα Φθινοπωρινό παραμύθι
- ◆ Διατροφικές συνήθειες
- ◆ Κρυπτόλεξο

Χρήσιμες συμβουλές για να προσαρμοστεί το παιδί ευκολότερα στο σχολείο

Αλεξάνδρου Στράτος Δ/ντής ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗΣ

Μάντη Ειρήνη Ψυχοπαιδαγωγός

«Κάθε αρχή ένας φόβος την συνοδεύει». Έτσι λοιπόν και στο παιδί μετά από ένα ξεκούραστο καλοκαιρινό τρίμηνο χωρίς υποχρεώσεις και με ευκαιρία για ελεύθερο παιχνίδι και επαφή με την φύση, καλείται να ενταχθεί για πρώτη φορά ή να ενταχθεί ξανά σε ένα περιβάλλον που απαιτεί υπακοή, οργάνωση, ικανότητα να παραμένει καθισμένο σε θρανίο, ικανότητα να χρησιμοποιεί πνευματική προσπάθεια και να λειτουργεί ομαδικά.

Οι δύο σημαντικότερες κατηγορίες που τα παιδιά είναι πιθανό να εμφανίσουν αυξημένο επίπεδο άγχους είναι η πρώτη ένταξη σε Εκπαιδευτική βαθμίδα (Παιδικός Σταθμός-Προνήπιο-Νήπιο) και η πρώτη ένταξη σε ανώτερη εκπαιδευτική βαθμίδα (Α΄ Δημοτικού/Α Γυμνασίου) όπου και οι εκπαιδευτικές απαιτήσεις αυξάνουν περιλαμβάνοντας οργανωμένη μάθηση. Πολλά παιδιά λοιπόν σε αυτές τις κατηγορίες μπορεί να δυσκολευτούν στην ομαλή ένταξή τους, να εμφανίζουν παλινδρόμηση στην συμπεριφορά τους και να χρειαστούν πολύ χρόνο (μία εβδομάδα, έως μερικές φορές και δύο έως τρεις μήνες) για να προσαρμοστούν.

Ως γονείς οφείλουμε να προετοιμάσουμε και να τονώσουμε το παιδί για την ένταξή του στο Σχολικό περιβάλλον αρχικά τονώνοντας την αυτοπεποίθησή του. Και ο μόνος τρόπος για να γίνει αυτό, είναι οι γονείς να είναι θετικοί και να μεταφέρουν στο παιδί τους θετικά σχόλια για τη σχολική ζωή.

1. Ενθαρρύνετε για τα θετικά πράγματα που θα συναντήσει στο Σχολείο

- ♦ Μιλήστε θετικά στο παιδί σας για το σχολείο. Πείτε του με χαρά ότι «στα παιδιά αρέσει το Σχολείο».
- ♦ Μιλήστε του για τις καινούργιες κοινωνικές εμπειρίες που προσφέρει το Σχολείο. Γνωρίζει άλλα παιδάκια, δουλεύει μαζί τους, παίζει, μαθαίνει καινούρια πράγματα.
- ♦ Μιλήστε του για τις δικές σας εμπειρίες όταν πήγατε Σχολείο. Πόσο πολύ σας άρεσε το Σχολείο και πόσα ωραία πράγματα κάνατε αλλά και μάθατε.
- ♦ Εάν το παιδί έχει μεγαλύτερα αδελφάκια, κάντε ένα οικογενειακό συμβούλιο όπου τα μεγαλύτερα αδελφάκια θα μεταφέρουν τις εμπειρίες τους και θα μιλήσετε και εσείς για τα θετικά που αντιμετώπισαν στο Σχολείο.
- ♦ Αφιερώστε χρόνο στο παιδί σας και δώστε του την ευκαιρία να σας μιλήσει για τους φόβους του που σχετίζονται με την σχολική του ένταξη. Μην απορρίψετε τους φόβους του ως παράλογους αλλά καθησυχάστε το. Κάτι που φαίνεται παράλογο ή αστειό σε έναν ενήλικα μπορεί να φαντάζει σαν πολύ φοβικό σε ένα παιδί.
- ♦ Υποθέστε τί μπορεί να φοβάται και συζητήστε το. Πείτε του, για παράδειγμα, ότι τα μαθήματά του δε θα είναι δύσκολα και ότι είστε βέβαιοι πως θα τα πάει περίφημα σε όλα, χωρίς να επιμεινείτε πολύ σε αυτό το τελευταίο, για να μην του δημιουργήσετε πρόσθετο άγχος με τις δικές σας, υψηλές απαιτήσεις.

2. Εξοικειώστε το παιδί με το σχολείο

Οι σχολικές απαιτήσεις είναι στην ουσία μία καινούργια ρουτίνα για το παιδί και πρέπει σύντομα να φέρετε το παιδί σας σε επαφή με αυτό πριν καν αρχίσει αλλά και κατά την διάρκεια της σχολικής του φοίτησης.

- ♦ Επισκεφθείτε το σχολείο μαζί με το παιδί σας από το Καλοκαίρι ακόμα ή και τον Σεπτέμβριο πριν αρχίσει ακόμα

ώστε να γνωρίσει το κτίριο. Εάν είναι δυνατόν και το επιτρέπει η Δ/ση του Σχολείου τραβήξτε και φωτογραφίες από την Τάξη του και το προαύλιο ώστε να συζητάτε μαζί του φτιάχνοντας ευχάριστα σενάρια μαζί με το παιδί πριν ξεκινήσει το Σχολείο.

- ♦ Φροντίστε «τυχαία» να περνάτε συχνά έξω από το Σχολείο (ακόμα και αν δεν είναι στο δρόμο σας) και να του το δείχνετε κάθε φορά που θα περάσετε από εκεί.

- ♦ Πηγαίνετε μαζί με το παιδί σας στα καταστήματα σχολικών ειδών για να αγοράσετε τα απαραίτητα πράγματα για το σχολείο (διαλέξτε μαζί την σάκα του, την κασετίνα του, τις μπιγιές του, τα τετράδιά του).

♦ Πριν από την ένταξή του στο Σχολείο, είναι καλό να εξασκήσετε για λίγο χρονικό διάστημα την συγκέντρωση του παιδιού σας. Για τα παιδιά που θα πάνε παιδικό σταθμό ή Προνήπιο ζωγραφίστε μαζί ή παίξτε με παζλ. Για τα παιδιά που θα ενταχθούν στο Σχολείο, πάρτε ένα απλό βιβλίο Σχολικής ένταξης και συμφωνίστε την ώρα στην οποία θα κάθεστε για 15 λεπτά και θα ολοκληρώνετε πχ 2 σελίδες κάθε ημέρα.

- ♦ Ξεκινήστε την παροχή ρουτινών στο παιδί τουλάχιστον 2 εβδομάδες πριν να ξεκινήσει το Σχολείο. Παραδείγματα: Πρωινή έγερση στις 7.00' με ρουτίνα καθαριότητας και πρωινού και κάποια δραστηριότητα μετά, κανόνες υγιεινής, μεσημεριανό φαγητό σε συμβατές ώρες με τις ώρες που θα τρώει όταν γυρίζει από το Σχολείο, βραδινή κατάκλιση το αργότερο στις 10.00' το βράδυ.

3. Προετοιμάστε το παιδί σας στην δημιουργία κοινωνικών επαφών με άλλα παιδιά

- ♦ Δώστε κοινωνικές ευκαιρίες στο παιδί σας πηγαίνοντας σε μέρη όπου θα έχει την ευκαιρία να συναντήσει άλλα παιδάκια (παιδικές χαρές, παιδότοποι, παιδικές εκδηλώσεις κλπ). Μάλιστα είναι καλό τον Σεπτέμβριο να το πηγαίνετε στην Παιδική Χαρά που βρίσκεται κοντά στο Σχολείο ώστε να έρθει σε επαφή με παιδιά που πιθανά θα συναντήσει και στο Σχολείο.
- ♦ Διδάξτε στο παιδί σας τους σωστούς τρόπους συμπεριφοράς με τα άλλα παιδιά (συζητώ, μοιράζομαι, συμπάσχω, βοηθώ, δεν κοροϊδεύω, περιμένω την σειρά μου κλπ).
- ♦ Αφήστε το παιδί σας να αναπτύξει πρωτοβουλίες ανεξάρτητης επικοινωνίας με τα άλλα παιδιά και να λύσει μόνο του τις δυσκολίες του. Μην το ενθαρρύνετε να ζητάει την δική σας βοήθεια παρά μόνον όταν είναι μεγάλη ανάγκη. Για παράδειγμα μην παρεμβαίνετε συνεχώς στην Παιδική Χαρά ή την παραλία. Αυτός είναι ο καλύτερος τρόπος για να μάθει μόνο του πώς θα επιλύει τις διαφορές του αλλά και πώς θα συνεργάζεται με τα άλλα παιδιά.

4. Διδάξτε στο παιδί σας την χαρά της μάθησης

- ♦ Διαβάστε τις ταμπέλες στον δρόμο ή τις οδηγίες χρήσης ενός παιχνιδιού του παιδιού σας και μιλήστε του για το πόσο ωραίο είναι να ξέρει κάποιος να διαβάξει και ότι αυτό θα το μάθει στο Σχολείο που θα πάει. Αφιερώστε χρόνο να διαβάξετε και δείξτε το αυτό στο παιδί σας (είναι χαρακτηριστικό ότι πολλοί γονείς που διαμαρτύρονται ότι στο παιδί τους δεν αρέσει το διάβασμα, δεν διαβάζουν ποτέ στον ελεύθερο χρόνο τους.)

(συνέχεια)



- ♦ Παιξτε με το παιδί σας παιχνίδια που απαιτούν συγκέντρωση και γνώσεις (πχ για μικρότερα παιδιά «βρες μου 10 ζώα» ή για μεγαλύτερα παιδιά παίξτε Μονόπολη)
- ♦ Μοιραστείτε με το παιδί σας τις γενικές σας γνώσεις σε πράγματα που το ενδιαφέρουν και εξηγήστε του ότι τις μάθατε διαβάζοντας ή συζητώντας με φίλους σας.

5. Τα δικά σας συναισθήματα

Το πώς θα αισθανθεί το παιδί σας είναι πολλές φορές ο καθρέπτης του πώς αισθάνεστε εσείς. Μέσα από τα μάτια μας το παιδί αντιλαμβάνεται την ασφάλεια του κόσμου του. Όπως μάλιστα αναφέρουν πολύ σωστά στο εξωτερικό, το παιδί είναι “nurture & nature” (φύση και ανατροφή). Αυτό σημαίνει ότι το παιδί γεννιέται μεν με ιδιαιτερότητες (θετικές και αρνητικές) αλλά ταυτόχρονα πολλές από αυτές του τις αναπτύσσουμε εμείς.

Το κλασικότερο παράδειγμα είναι όταν το παιδί σας σκοντάφτει και πέφτει. Εάν τρομάξετε θα βάλει τα κλάματα και θα φοβηθεί. Εάν φανείτε ψύχραιμοι θα κατανοήσει ότι όλα είναι υπό έλεγχο και εάν δεν έχει πονέσει πολύ δεν θα κλάψει.

- ♦ Εάν αντιμετωπίσετε τις πρώτες ημέρες του παιδιού σας στο Σχολείο με ασφάλεια, αυτοπεποίθηση και χιούμορ και σαν κάτι αυτονόητο τότε και το παιδί σας θα αντιδράσει θα νιώθει μεγαλύτερη ασφάλεια και λιγότερο άγχος και θα επικεντρωθεί στα θετικά του Σχολείου.
- ♦ Εάν σας είναι δύσκολο να το αποχωρηστείτε και δεν εργάζεστε βρείτε μία απασχόληση να σας γεμίζει την ημέρα όσο θα λείπει το παιδί σας στο σχολείο
- ♦ Προσπαθήστε κατά την διάρκεια της Σχολικής χρονιάς να μην πηγαίνετε το παιδί σας στο Σχολείο με άγχος και να το αποχαιρετάτε με χαμόγελο διαβεβαιώνοντάς το ότι θα επιστρέψετε εκεί να το πάρετε μόλις τελειώσει η ημέρα του.
- ♦ Το μεσημέρι και πάλι θα το πάρετε με χαρά και θα του αφιερώσετε χρόνο να σας μοιραστεί –εάν επιθυμεί- τις εμπειρίες του.
- ♦ Μάθετε να βάζετε όρια στο παιδί σας αλλά και να κάνετε χώρο στην ανεξαρτησία του. Δώστε τη δυνατότητα στο παιδί σας να αναλάβει πρωτοβουλίες. Να καλέσει, για παράδειγμα στο σπίτι τους φίλους του, ακόμα κι ένα άγνωστο σε εσάς παιδί. Είναι, ωστόσο, πολύ σημαντικό να μην παρέμβετε στο παιχνίδι τους ούτε να το βομβαρδίσετε με ερωτήσεις, πρέπει και μη.
- ♦ Μάθετε να ενθάρρυνετε και να επιβεβαιώνετε το παιδί σας για τις μικρές και μεγάλες κατακτήσεις αλλά και να το αποδέχεστε για τυχόν αποτυχίες. Ειδικά τις πρώτες μέρες του σχολείου δώστε του να καταλάβει ότι δεν έχει σημασία αν κάνει λάθη, αρκεί να προσπαθεί κι εσείς θα είστε κοντά του ό,τι κι αν συμβεί. Επίσης, δείχνετε ότι πιστεύετε στις ικανότητές του και θεωρείτε ότι είναι ένα χαρισματικό παιδί.

Εάν καθυστερήσει η προσαρμογή του παιδιού σας στο Σχολείο μην πανικοβληθείτε και μην κατακρίνετε το παιδί ή μην το αποπάρτετε. Για κάποιο λόγο το παιδί δυσκολεύεται. Μιλήστε του για αυτό. Το σημαντικότερο είναι να το συζητήσετε με την Εκπαιδευτικό του παιδιού σας και να καταστρώσετε πλάνο να το βοηθήσετε ή να ζητήσετε ψύχραιμα την γνώμη ειδικού.

• Ως επίκαιρο ζήτημα, μην μεταφέρετε στο παιδί σας τους φόβους σας για την νέα γρίπη ή άλλες λοιμώδεις νόσους. Μάθετέ το τις ρουτίνες υγιεινής (πλύσιμο χεριών, χαρτομάντιλα, τήρηση απόστασης από παιδιά που βήχουν κλπ) και μην το πανικοβάλετε.

6. Συνοδεύστε το στο σχολείο

Ειδικά την πρώτη μέρα στο σχολείο, καλό θα ήταν το παιδί να μοιραστεί αυτή τη στιγμή και με τους δυο γονείς του και με ανθρώπους που αισθάνεται κοντά. Η παρουσία αγαπημένων

προσώπων θα το ανακουφίσει από τη μια, καθώς δε θα αισθάνεται μόνο του τουλάχιστον τα πρώτα λεπτά επαφής με το καινούριο περιβάλλον και από την άλλη θα δώσει έναν τόνο γιορτής και έτσι το παιδί θα αισθανθεί ότι πραγματικά γίνεται κάτι σημαντικό. Προσέξτε, όμως, να μην το παρακάνετε και μείνετε εκεί περισσότερο ή το συνοδεύετε κάθε μέρα. Ο σκοπός είναι να του δώσετε θάρρος στην αρχή για να αισθάνεται στη συνέχεια άνετα να πηγαίνει μόνο του.

Και αν αυτό αρνείται;...

Ακόμα όμως και η μετάβαση ενός παιδιού που ήδη φοιτεί στο σχολείο σε μία νέα τάξη, τόσο μάλλον όταν αυτό σημαίνει μετάβαση στο γυμνάσιο ή το λύκειο, εμπεριέχει την πρόκληση ενός εντελώς καινούργιου περιβάλλοντος. Πολλές φορές λοιπόν οι γονείς μπορεί να έρθουν αντιμέτωποι με την

άρνηση του παιδιού να ξαναπάει στο σχολείο. Σε αυτή την περίπτωση:

Ενθαρρύνετε το παιδί να σας μιλήσει: Αφήστε το παιδί να μοιραστεί μαζί σας τις αμφιβολίες ή την αναστάτωση που του προκαλεί αυτός ο νέος κύκλος στη ζωή του. Μιλήστε μαζί του και προσπαθήστε να μάθετε τους λόγους που το κάνουν να μην θέλει να ξαναπάει σχολείο. Δεν πρέπει να υποτιμάμε την όποια διαφορετική αντίδραση των παιδιών μας. Είναι σημαντικό οι γονείς να καταλάβουν ότι ενώ φαινομενικά η άρνηση για το σχολείο μπορεί να οφείλεται σε αντιδραστική συμπεριφορά ή έλλειψη πειθαρχίας, τις περισσότερες φορές κρύβει βαθύτερα αίτια.

Αναζητήστε κίνητρα μαζί με το παιδί: Συζητήστε με το παιδί και ερευνήστε διάφορα επαγγέλματα που θα το ενδιέφεραν. Μαζέψτε πληροφορίες και τί προσόντα απαιτούνται για να τα κατακτήσει κανείς. Δώστε του να καταλάβει ότι οι πιθανότητες να επιτύχει στο επάγγελμα που επιθυμεί αυξάνονται με μια καλή εκπαίδευση και βοηθήστε το να προσδιορίσει τα ενδιαφέροντά του.

Σχεδιάστε μαζί με το παιδί ένα πρόγραμμα που θα περιλαμβάνει τις ώρες του σχολείου καθώς και τις εξωσχολικές του δραστηριότητες για να έχει και το ίδιο επίγνωση της εβδομαδιαίας του οργάνωσης. Αυτό θα βοηθήσει το παιδί να ξέρει τι πρέπει να κάνει και πότε.

Μιλήστε στο σχολικό σύμβουλο ή στους δασκάλους: Είναι σημαντικό να επιδιώξετε μια καλή σχέση με τους συμβούλους και τους δασκάλους του παιδιού σας. Μιλήστε τους για τους προβληματισμούς του παιδιού σας σχετικά με το σχολείο και ζητήστε τους να σας βοηθήσουν.

Βρείτε έναν ‘μέντορα’: Μία καλή ιδέα είναι να βρείτε έναν μέντορα για το παιδί σας, δηλ έναν άνθρωπο που θα μπορεί να εμπνεύσει και να βοηθήσει το παιδί, ειδικά όταν τα πράγματα δυσκολεύουν. Αυτό το άτομο μπορεί να είναι κάποιος μεγαλύτερος ξάδερφος, ένας δάσκαλος/καθηγητής, ένα φιλικό πρόσωπο ή ακόμα και κάποιος παιδοψυχολόγος. Πρόσωπα, δηλαδή, που το παιδί σας συμπαθεί ή θαυμάζει.

Σε κάθε περίπτωση είναι σημαντικό να σταθούμε δίπλα και όχι απέναντι από το παιδί μας ενθαρρύνοντάς το να επιδοθεί σε ασχολίες που πραγματικά το ενδιαφέρουν και που φαίνεται να έχει ταλέντο, ακόμα κι αν αυτές δεν έχουν άμεση σχέση με το σχολείο. Όταν κάνει κάτι που το ευχαριστεί θα του είναι πιο εύκολο να δεχθεί να κάνει και κάτι που ίσως να μην το ευχαριστεί τόσο.

Μην ξεχνάμε:

Η ένταξη του παιδιού μας στην Εκπαιδευτική βαθμίδα σημαίνει μία μεγάλη αλλαγή σε αυτό. Το παιδί σας μεγαλώνει και θα αρχίσει να κάνει πράγματα που δεν έκανε όταν ήταν μικρότερο. Είμαστε υποχρεωμένοι να το αφήσουμε να μεγαλώσει και να μάθει να επιλύει τα προβλήματά του τόσο μόνο του όσο και σε συνεργασία με τους συμμαθητές του και τους ενήλικες.

Σας ευχόμαστε Καλή Σχολική Χρονιά!

Από το Δημοτικό στο Γυμνάσιο...μια «δυναμική» μετάβαση

Μάντη Ειρήνη Ψυχοπαιδαγωγός ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗΣ

Η μετάβαση από το Δημοτικό στο Γυμνάσιο είναι μια σημαντική αλλαγή στη ζωή των παιδιών, που σαν γονείς δεν θα πρέπει να παραβλέψουμε.

Παρόλο που τα παιδιά αυτής της ηλικίας έχουν βιώσει παρόμοιες μεταβάσεις και στο παρελθόν, όταν για παράδειγμα πήγαν από το Νηπιαγωγείο στο Δημοτικό, η αλλαγή αυτή είναι κάτι παραπάνω από αλλαγή τάξης. Αποτελεί μια ολόκληρη διαδικασία, η οποία περιλαμβάνει όλες τις περιπλοκές που συνεπάγεται μια αλλαγή. Είναι μια μετάβαση από την παιδική ηλικία στην εφηβική, από την εξάρτηση στην ανεξαρτησία, από το γνώριμο στο άγνωστο, από την υπακοή στην αναζήτηση, από τις φιλίες στις σχέσεις κ.ο.κ.

Πέραν όμως από τις αναπτυξιακές, συναισθηματικές και κοινωνικές αλλαγές που τα παιδιά θα κληθούν να αντιμετωπίσουν στο Γυμνάσιο, υπάρχουν και οι αντικειμενικές διαφορές Δημοτικού-Γυμνασίου. Διότι στην ουσία και εδώ αλλάζουν όλα : περισσότεροι καθηγητές, περισσότερα μαθήματα, δουλειά στο σπίτι, εξετάσεις, εργασίες, περισσότερες δραστηριότητες και συνεπώς ευθύνες. Οι απαιτήσεις του Γυμνασίου σήμερα είναι πολύ πιο μεγάλες από άλλοτε. Είναι λοιπόν απόλυτα φυσιολογικό αρκετά από τα παιδιά της πρώτης τάξης του Γυμνασίου να εμφανίσουν δυσκολίες προσαρμογής στα νέα δεδομένα συνήθως από την πρώτη μέρα της σχολικής χρονιάς, οι οποίες μπορεί να διαρκέσουν από ένα μήνα μέχρι και ολόκληρη την φοίτηση του παιδιού στο Γυμνάσιο, εάν αυτό δεν λάβει την απαραίτητη στήριξη εγκαίρως.

Η μετάβαση αυτή βέβαια δεν απασχολεί και δεν επηρεάζει όλα τα παιδιά με τον ίδιο τρόπο. Άλλα παιδιά θα ενταχθούν ομαλά και άλλα λιγότερο ομαλά και αυτό εξαρτάται από πλήθος παραγόντων. Αυτό που είναι όμως σχεδόν βέβαιο είναι ότι τα παιδιά που αντιμετωπίζουν δυσκολίες στο Δημοτικό, θα είναι περισσότερο αγχωμένα φοβισμένα και ανήσυχα απ' ό,τι τα παιδιά που είχαν καλύτερη επίδοση και μεγαλύτερη αυτοπεποίθηση στο Δημοτικό.

Σύμφωνα με πρόσφατα ερευνητικά δεδομένα όλα τα παιδιά σε αυτή τη μετάβαση φοβούνται και έχουν άγχος για αρκετά πράγματα που για 'μας τους μεγάλους μπορεί να φαντάζονται απλά αλλά για τα παιδιά μας δεν είναι όπως:

- ♦ οι καινούργιοι χώροι των κτιρίων, στους οποίους μπορεί να φοβούνται μήπως χαθούν
- ♦ η επαφή με τα παιδιά άλλων σχολείων που θα γίνουν οι καινούργιοι συμμαθητές τους

- ♦ η επαφή με τα μεγαλύτερα παιδιά του Γυμνασίου
- ♦ ο φόβος για πειράγματα επιθέσεις και κακομεταχειρίσεις
- ♦ τα καινούργια και δυσκολότερα μαθήματα
- ♦ ο τρόπος διδασκαλίας των καθηγητών
- ♦ η νέα κλίμακα αξιολόγησης (0-20)
- ♦ οι ωριαίες απουσίες και μια σειρά από άλλα πρακτικά αλλά όχι λιγότερο ουσιαστικά ζητήματα απασχολούν επίσης τους δωδεκαετείς μαθητές.

Ένας από τους πιο εμφανείς τρόπους για να διαπιστώσει κανείς δυσκολίες προσαρμογής είναι η μειωμένη επίδοση των μαθητών στα μαθήματα, ειδικά στα πρώτα tests και στο πρώτο τρίμηνο. Η έρευνα έχει δείξει ότι συχνά υπάρχει πτώση στην επίδοση και στα αποτελέσματα ενός μαθητή που βιώνει δυσκολίες προσαρμογής στο Γυμνάσιο.

Πρέπει όμως να ξεκαθαριστεί ότι ένας μαθητής που στο Δημοτικό είχε μέσο όρο βαθμολογίας 9 δεν είναι απαραίτητο πώς θα αξιολογείται με μέσο όρο 18 στο Γυμνάσιο. Οι δυσκολίες που ορισμένοι μαθητές παρουσίαζαν στη μάθηση ορισμένων διδακτικών αντικειμένων στο Δημοτικό συνήθως αυξάνονται στο Γυμνάσιο. Το γεγονός αυτό δεν αποδίδεται μόνο στην αύξηση των απαιτήσεων του γνωστικού περιεχομένου των συγκεκριμένων διδακτικών αντικειμένων αλλά και στην επίδραση άλλων παραγόντων, ενδογενών (π.χ. συναισθηματικό) ή μη (π.χ. διαπροσωπικές σχέσεις, οικογενειακό περιβάλλον).

Σύμφωνα με ερευνητές η μετάβαση αυτή περιλαμβάνει τέσσερις φάσεις:

Την προετοιμασία, την μεταφορά, την επαγωγή και την ενσωμάτωση

Η **προετοιμασία** αρχίζει νωρίς, όταν ο μαθητής είναι στο Δημοτικό σχολείο, και περιλαμβάνει μια σειρά από δράσεις που αφορούν στο συναισθηματικό και στο γνωστικό τομέα. Μέσα από αυτές ο μαθητής αναπτύσσει γνώσεις και δεξιότητες που τον χαρακτηρίζουν ως προσωπικότητα και ως μέλος κοινωνικών ομάδων. Η **μεταφορά** από το μαθητή αυτών των χαρακτηριστικών και των δυνατοτήτων στο Γυμνάσιο τον βοηθά να γεφυρώσει σε μια δεύτερη φάση τη μια βαθμίδα με την άλλη. Η **επαγωγή** είναι μια καθημερινή διαδικασία χρησιμοποίησης και εξέλιξης των γνώσεων και των μηχανισμών που έχουν αποκτηθεί κατά την προετοιμασία και έχουν μεταφερθεί από το Δημοτικό στο Γυμνάσιο. Η διαδικασία αυτή θα οδηγήσει στην **ενσωμάτωση**, την τελική

φάση, στο τέλος της οποίας ο μαθητής αισθάνεται ασφαλής και σίγουρος για το νέο του ρόλο ως μαθητής του Γυμνασίου.

Η διάρκεια της κάθε φάσης μπορεί να είναι διαφορετική για τον κάθε μαθητή. Συνεπώς, η καλή προετοιμασία ενδέχεται να φέρει την ενσωμάτωση γρηγορότερα. Αυτή λαμβάνει χώρα από τα χρόνια του Δημοτικού και εμπλέκει πλήθος ανθρώπων που έχουν την ευθύνη των παιδιών όπως γονείς, δάσκαλοι, φίλοι.

Σαν γονείς είναι σημαντικό να συζητάτε με το παιδί σας όλα όσα το απασχολούν, να απομυθοποιείτε καταστάσεις που το βασανίζουν, αλλά και να του αφήνετε χώρο να αρχίσει να αναπτύσσεται αυτόνομα. Επίσης είναι σημαντικό να εξασφαλίσετε ότι το παιδί σας έχει χρόνο για πράγματα που το ευχαριστούν και το ξεκουράζουν. Τέλος, είναι πολύ σημαντικό η προετοιμασία στο γνωστικό τομέα να συμβαδίζει με τη συναισθηματική ενδυνάμωση.

Το πέρασμα από το δημοτικό στο γυμνάσιο είναι μια ακόμη αλλαγή στη ζωή του παιδιού αλλά και στη ζωή του γονέα. Όπως και με τις άλλες αλλαγές, χρειάζεται χρόνος, υπομονή και θετική στάση από όλα τα εμπλεκόμενα μέλη. Το παιδί που εισπράττει απαισιοδοξία από το περιβάλλον του είναι πιθανότερο να αντιμετωπίσει δυσκολίες σε αυτή τη μετάβαση απ' ό,τι ένα παιδί που είναι θωρακισμένο με αισιοδοξία. Μια θερμύ υποστήριξη σε αυτή τη δύσκολη περίοδο βοηθάει πολύ τα παιδιά μας σε αυτό το νέο ξεκίνημα. Παρόλ'αυτά είναι πολύ πιθανόν να ερωτηθείτε από το παιδί σας γιατί πρέπει να περάσει από τόσες δυσκολίες μέχρι να μεγαλώσει... Μια καλή απάντηση σε αυτό το ερώτημα που αφορά όλους μας έχει δώσει από τον *Barrie Hopson* και είναι η ακόλουθη: «...*Τίποτα και κανείς δεν παραμένει ίδιος. Η φύση απεχθάνεται τα κενά και την στασιμότητα. Ένα σταθερό σημείο δείχνει ότι είναι μια στάση ενός ταξιδιού από τον ένα τόπο στον άλλο. Αν σταθείς κάπου για πολύ το ταξίδι σου θα φθάσει στο τέλος. Μείνε και διασκέδασε αλλά όμως να ξέρεις ότι σε περιμένουν πολλά και διαφορετικά πράγματα ακόμα. Μπορεί να μην είσαι ικανός να διακόψεις το ταξίδι αλλά μπορείς να πετάξεις!»*



Πώς να μεγαλώσετε παιδιά με ΔΕΠ/ΔΕΠΥ

Μερικές φορές η ανατροφή των παιδιών με διαταραχή ελλειμματικής προσοχής υπερκινητικότητας – ΔΕΠΥ / ΔΕΠ – είναι δύσκολη. Να ορισμένα πράγματα που μπορείτε να κάνετε για να βοηθηθείτε :

- ◇ **Οργανώστε το πρόγραμμά σας στο σπίτι.** Καθορίστε συγκεκριμένες ώρες για πρωινό ξύπνημα, φαγητό, παιχνίδι, τα μαθήματα του σχολείου, άλλες δουλειές, τηλεόραση ή ηλεκτρονικά παιχνίδια και βραδινό ύπνο.
- ◇ **Γράψτε το πρόγραμμα σε έναν πίνακα ή ένα χαρτί** και κρεμάστε το κάπου που το παιδί μπορεί πάντα να το βλέπει. Εξηγήστε τυχόν αλλαγές στη ρουτίνα από προηγούμενως. Βεβαιωθείτε πως το παιδί κατανοεί αυτές τις αλλαγές.
- ◇ **Εγκαθιδρύστε κανόνες του σπιτιού.** Κάντε τους κανόνες συμπεριφοράς στην οικογένεια απλούς, ξεκάθαρους και σύντομους. Οι κανόνες θα πρέπει να εξηγηθούν πολύ καθαρά. Είναι σημαντικό να εξηγήσετε τί θα συμβεί όταν οι κανόνες ακολουθηθούν και τί, αν και όταν παραβιαστούν. Γράψτε τους κανόνες και τις συνέπειες της παραβίασής τους. Κρεμάστε αυτή τη λίστα δίπλα στο πρόγραμμα της ημέρας. Η τιμωρία για την παραβίαση των κανόνων θα πρέπει να είναι δίκαιη, γρήγορη και σταθερή.
- ◇ **Να είστε θετικοί. Πείτε στο παιδί σας καλύτερα τί θέλετε παρά αυτό που δεν θέλετε.** Επιβραβεύετε το παιδί σας τακτικά για κάθε καλή συμπεριφορά – ακόμα και για μικρά πράγματα όπως ότι ντύθηκε και έκλεισε την πόρτα αθόρυβα. Τα παιδιά με ΔΕΠΥ συχνά περνάνε το μεγαλύτερο μέρος της ημέρας ακούγοντας τι κάνουν λάθος. Χρειάζονται τον έπαινο για την καλή τους συμπεριφορά.
- ◇ **Βεβαιωθείτε πως οι οδηγίες σας γίνονται κατανοητές.** Πρώτα, δώστε προσοχή στο παιδί σας. Κοιτάτε το ευθεία στα μάτια. Μετά πείτε του με καθαρή, ήρεμη φωνή συγκεκριμένα τι θέλετε. Ζητήστε από το παιδί να σας επαναλάβει τις οδηγίες. Είναι συνήθως καλύτερα να κρατάτε τις οδηγίες απλές και σύντομες. Για δύσκολα μελήματα, δώστε μόνο μια ή δύο οδηγίες κάθε φορά. Ακολουθώντας συγχάρετε το παιδί κάθε φορά που ολοκληρώνει ένα βήμα.
- ◇ **Να είστε σταθεροί.** Να υπόσχαστε μόνο αυτό που μπορείτε να τηρήσετε. Κάντε αυτό που έχετε πει πως θα κάνετε. Η επανάληψη οδηγιών και παρακλήσεων πολλές φορές δεν έχει καλά αποτελέσματα. Όταν το παιδί σας παραβιάσει τους κανόνες, προειδοποιήστε το μόνο μια φορά με ήρεμη φωνή. Αν η προειδοποίηση δεν φέρει αποτέλεσμα, εφαρμόστε την τιμωρία που είχατε υποσχεθεί.
- ◇ **Να βοηθάτε με τις σχολικές δραστηριότητες.** Τα πρωινά στο σχολείο ενδεχομένως να είναι δύσκολα για τους μαθητές με ΔΕΠΥ. Προετοιμαστείτε από το προηγούμενο βράδυ – βρείτε τα ρούχα του σχολείου και ετοιμάστε την τσάντα.
- ◇ **Αφήστε αρκετό χρόνο στο παιδί σας να ντυθεί και να φάει ένα καλό πρόγευμα.** Αν το παιδί σας είναι πολύ αργό το πρωί, είναι σημαντικό να του δώσετε αρκετό χρόνο για να ντυθεί και να φάει.



◇ **Εγκαθιδρύστε μια ρουτίνα στο σπίτι.** Διαλέξτε ένα μέρος όπου εκεί πάντα θα κάνει τα μαθήματά του. Το μέρος αυτό θα πρέπει να είναι μακριά από πράγματα που αποσπούν την προσοχή όπως άλλους ανθρώπους, την τηλεόραση και τα ηλεκτρονικά παιχνίδια. Χωρίστε τα μαθήματα σε μικρά μέρη και στα ενδιάμεσα κάντε διαλείμματα. Για παράδειγμα, δώστε στο παιδί σας ένα σνακ μετά το σχολείο και μετά αφήστε το να παίξει για λίγα λεπτά. Μετά αρχίζει η ώρα των μαθημάτων. Σταματάτε συχνά για μικρά «διαλείμματα διασκέδασης» που επιτρέπουν στο παιδί σας να

κάνει κάτι απολαυστικό. Δώστε στο παιδί σας μπόλκι ενθάρρυνση, αλλά αφήστε το να κάνει μόνο του τη σχολική του εργασία.

- ◇ **Εστιαστείτε στην προσπάθεια, όχι στους βαθμούς.** Να είστε σε συχνή επαφή με τους δασκάλους του παιδιού και τους φροντιστές του. Βεβαιωθείτε πως κατανοούν ότι το παιδί σας χρειάζεται να αναγνωρίσουν και να εκτιμήσουν την προσπάθεια και τη βελτίωσή του (δώστε τους να διαβάσουν το ΔΕΠ – ΔΕΠΥ : Ένας οδηγός για δασκάλους, της Στήριξης Ατόμων με ΔΕΠ-ΔΕΠΥ). Επιβραβεύστε το παιδί σας στο σπίτι όταν προσπαθεί να τελειώσει τα μαθήματά του, όχι μόνο για τους βαθμούς που παίρνει. Μπορείτε ωστόσο να δίνετε μια επιπλέον ανταμοιβή για καλύτερους βαθμούς.

Μικρές Συμβουλές

- * Δώστε όσο περισσότερο χρόνο μπορείτε για να ακούτε τα παιδιά σας (προσπαθήστε να πάρετε το «μήνυμά» τους).
- * Δείξτε τους την αγάπη σας με το άγγιγμά σας, το αγκάλιασμα, το γαργάλημα, το πάλεμα μαζί τους (χρειάζονται πολλή σωματική επαφή).
- * Ψάξτε και ενθαρρύνετε τα δυνατά τους σημεία, τα ενδιαφέροντα και τις ικανότητές τους. Βοηθήστε τα να τα χρησιμοποιούν ως αντίβαρο για τυχόν άλλες αδυναμίες ή ανικανότητες.
- * Ανταμείψτε τα με επαίνους, καλά λόγια, χαμόγελα, και χάρδια στην πλάτη όσο πιο συχνά μπορείτε.
- * Δεχτείτε τα γι' αυτό που είναι και για το ανθρώπινο δυναμικό τους για ανάπτυξη και ανέλιξη. Να είστε ρεαλιστές στις προσδοκίες και τις απαιτήσεις σας.
- * Βάλτε τα να συμμετέχουν στον καθορισμό κανόνων και κανονισμών, προγραμμάτων και οικογενειακών δραστηριοτήτων.
- * Πείτε τους τότε συμπεριφέρονται άσχημα και εξηγήστε τους πως νιώθετε γι' αυτή τους τη συμπεριφορά ακολουθώντας βάλτε τα να προτείνουν άλλους πιο αποδεκτούς τρόπους συμπεριφοράς.

Πηγή : Child Development institute
ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ: ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥ ΣΤΡΑΤΟΣ Δ/ΝΤΗΣ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗΣ

Συμβουλές για ασφαλή οδήγηση ποδήλατου από παιδιά



Στο πλαίσιο της Ευρωπαϊκής Εβδομάδας Μετακίνησης, το απόγευμα της Τετάρτης 22/9/2010 και ώρα 17:00 ξεκίνησε το πιλοτικό πρόγραμμα δωρεάν διάθεσης ποδηλάτων σε επιβάτες MMM που οργάνωσε η TPAM ΑΕ, προωθώντας τη συνδυασμένη χρήση μέσων μαζικής μεταφοράς και ποδηλάτου. Με την ευχή η χρήση του ποδηλάτου να γίνει συνήθεια σε όσο το δυνατό περισσότερους πολίτες, μικρούς και μεγάλους, για μερικές από τις καθημερινές, κοντινές διαδρομές ρουτίνας, δίνονται κάποιες βασικές συμβουλές για ποδήλατο με ασφάλεια!

Βασικοί κανόνες ασφάλειας

- Συνεχής καθοδήγηση και έλεγχος από ενήλικο άτομο ιδίως για τα παιδιά κάτω των εννέα ετών. Τα περισσότερα παιδιά αυτής της ηλικίας δεν έχουν ανεπτυγμένες ικανότητες οδήγησης τέτοιου επιπέδου προκειμένου να ποδηλατούν χωρίς επίβλεψη.

- Σιγουρευτείτε ότι τα παιδιά έχουν διδαχθεί και κατανοήσει τους κανόνες ασφαλούς οδήγησης πριν τους επιτραπεί να οδηγήσουν χωρίς επίβλεψη.

- Οι αυτοκινητόδρομοι είναι πάντοτε επικίνδυνοι για τα παιδιά. Σε περίπτωση που πρόκειται να τον διασχίσουμε κάθετα, θα πρέπει να πάμε σε διάβαση με φανάρι και να ελέγξουμε τον δρόμο με ασφάλεια κοιτώντας πρώτα αριστερά και μετά δεξιά και σε καμία περίπτωση χωρίς την καθοδήγηση ενός έμπειρου ενήλικα.

- Για λόγους ασφάλειας τα παιδιά θα πρέπει καθώς οδηγούν να μπορούν να αγγίζουν το έδαφος με τα πόδια τους με ιδιαίτερη ευκολία ανά πάσα στιγμή εφόσον χρειασθεί.

- Πάντοτε χρησιμοποιούμε ειδικό προστατευτικό ποδηλατικό κράνος.

- Ποτέ δεν αφήνουμε τα παιδιά να οδηγούν τη νύχτα.

- Δεν ακούμε μουσική (με ακουστικά) όταν οδηγούμε το ποδήλατο.

- Η ασφαλής οδήγηση απαιτεί τη χρήση και των δύο χεριών.

- Δεν οδηγούμε πίσω από ογκώδη σταθμευμένα οχήματα (φορτηγά κ.λπ.).

- Η οδήγηση του ποδηλάτου τις βροχερές ημέρες πρέπει να αποφεύγεται αυστηρώς.

- Κατά τη διάρκεια της οδήγησης θα πρέπει το βλέμμα να είναι στραμμένο συνεχώς εμπρός προκειμένου να αντιληφθούμε εμπόδια που υπάρχουν στην πορεία.

- Τέλος θα πρέπει τα παιδιά να ενημερώνουν τους γονείς τους πού πρόκειται να κινηθούν ή να παίζουν με το ποδήλατό τους

Πηγή: www.cyclist.gr

ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΕΙΣ

Δανειστική βιβλιοθήκη γονέων

Από την 1η Οκτωβρίου ξεκινά η νέα πρωτοβουλία του Κέντρου μας με την «Δανειστική Βιβλιοθήκη Γονέων». Πρόκειται για τον ελεύθερο δανεισμό για μία εβδομάδα έγκριτων βιβλίων που διαθέτει το Κέντρο μας. Η Δανειστική

βιβλιοθήκη θα λειτουργεί στην οδό Σπινθάρου 65 και οι τίτλοι των βιβλίων θα αναρτηθούν στους πίνακες ανακοινώσεων όλων των θεραπευτικών χώρων.



Σεμινάρια – Εκπαίδευση

1. ΔΥΣΓΡΑΦΙΑ (αιτιολογία-αρχές αντιμετώπισης)

Το κέντρο μας διοργανώνει στις 8-10 Οκτωβρίου 2010 το τριήμερο σεμινάριο εκπαίδευσης 30 Εργοθεραπευτών στην αντιμετώπιση της δυσγραφίας. Την Ομάδα εκπαίδευσης απαρτίζουν οι Αλεξάνδρου Στράτος, Παπασταύρου Αναστασία, Μπέλλα Ρίτσα και Γιάννου Δήμητρα. Θα πραγματοποιηθεί στον νέο Σεμιναριακό χώρο του Κέντρου μας στην οδό Δεληγιάννη 2 στον Άλιμο.

2. ΕΤΗΣΙΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ & ΕΠΟΠΤΕΥΣΗΣ ΕΡΓΟΘΕΡΑΠΕΥΤΩΝ

Το Κέντρο μας διοργανώνει και την φετινή χρονιά τον ετήσιο κύκλο εκπαίδευσης 20 Εργοθεραπευτών στην Παιδιατρική Εργοθεραπεία διάρκειας 50 ωρών. Εισηγητής θα είναι ο κ. Αλεξάνδρου Στράτος. Το πρόγραμμα θα πραγματοποιείται ένα Σάββατο κάθε μήνα από Οκτώβριο 2010 έως και Ιούλιο 2011.

3. ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ ΘΕΡΑΠΕΥΤΩΝ ΜΕ ΘΕΜΑ «LIS'N TELL» LIVESTORYTELLING

Το κέντρο μας έχει την χαρά και την τιμή να συνεργαστεί με την Louise Coigley MRCSLT MHPC, διοργανώνοντας διήμερο εργαστήριο εκπαίδευσης 30 θεραπευτών στην μέθοδο Lis'n Tell στις 16-17 Οκτωβρίου 2010. Θα πραγματοποιηθεί στον νέο Σεμιναριακό χώρο του Κέντρου μας στην οδό Δεληγιάννη 2 στον Άλιμο. Το Lis'n Tell είναι μία ευπροσάρμοστη και πρακτική προσέγγιση, εφαρμοσμένη σε παιδιά με ένα ευρύ πεδίο σύνθετων επικοινωνιακών προκλήσεων καθώς και ιδιαίτερων αναγκών λόγου και ομιλίας από την ηλικία των 3 ετών ως και ενηλίκους με μαθησιακές δυσκολίες. Η εν λόγω μέθοδος αφορά σε Λογοθεραπευτές, δασκάλους, γονείς, και συνοδούς μαθησιακής υποστήριξης.

4. ΤΡΙΗΜΕΡΟ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΣΕΜΙΝΑΡΙΟ ΤΡΑΥΛΙΣΜΟΥ για Λογοθεραπευτές

Για 5^η συνεχόμενη φορά (και για 3^η χρονιά) πραγματοποιείται την Παρασκευή 26, το Σάββατο 27 και την Κυριακή 28 Νοεμβρίου το τριήμερο σεμινάριο πρακτικής διαγνωστικής και θεραπευτικής εκπαίδευσης με θέμα «Τραυλισμός στην παιδική ηλικία: Αξιολόγηση και θεραπευτική αντιμετώπιση». Εισηγήτρια του σεμιναρίου θα είναι η Επίκουρη Καθηγήτρια Λογοπαθολογίας και Νευροεπιστημών του Columbia University της Νέας Υόρκης, Δρ. Γεωργία Α. Μαλανδράκη, PhD, CCC-SLP.

5. ΤΡΙΗΜΕΡΟ ΣΕΜΙΝΑΡΙΟ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ ΣΤΗ ΔΟΜΗΜΕΝΗ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ TEACCH

Το κέντρο μας έχει την χαρά και την τιμή να συνεργαστεί με τη Cathrine Faherty και τον Dr Steve Love, διοργανώνοντας στις 18-20 Φεβρουαρίου 2011 το τριήμερο σεμινάριο εκπαίδευσης 60 θεραπευτών στη μέθοδο TEACCH. Πληροφορίες σχετικά με το σεμινάριο θα ανακοινωθούν προσεχώς.

Η ΣΤΗΛΗ ΤΟΥ ΠΑΙΔΙΟΥ

ΟΙ ΜΙΚΡΟΙ ΔΗΜΟΣΙΟΓΡΑΦΟΙ...

«Το Φθινοπωρινό παραμύθι... των τεσσάρων»

Μια φορά και έναν καιρό, σε μια όμορφη και μικρή πόλη ζούσε ένα παιδί που το έλεγαν Γιάννη. Ήταν Φθινόπωρο και μόλις είχε γυρίσει από τις καλοκαιρινές διακοπές. Καθόταν στο παράθυρο του δωματίου του και σκεφτόταν αυτά που έγιναν το καλοκαίρι. Τί όμορφα που πέρασε!

Τον Ιούνιο τον πέρασε στην Αίγινα. Τί ωραία που ήταν εκεί. Κολύμπησε στη θάλασσα της Αγίας Μαρίας, έφτιαξε κάστρα από άμμο, έκανε ηλιοθεραπεία. Στην Αίγινα γνώρισε επίσης ένα παιδί που λεγόταν Χάρης. Σύντομα οι δύο τους έγιναν αχώριστοι φίλοι. Πριν φύγει απ'την Αίγινα, ζήτησε το τηλέφωνο του Χάρη ώστε να βρεθούν τηλεφωνικά. Έτσι ο Γιάννης έφυγε από την Αίγινα και μετά πήγε στις Σπέτσες με καΐκι. Πέρασε πολύ ωραία και εκεί και μετά πήγε στη Ναύπακτο. Μετά τη Ναύπακτο πήγε στη Βουλγαρία που είναι ένα απίθανο μέρος για διαμονή. Συγκεκριμένα, ήταν τυχερός επειδή πέρασε το καλοκαίρι του κοντά στον Εύξεινο Πόντο (Μάυρη Θάλασσα). Στον Εύξεινο Πόντο το νερό είναι πολύ ζεστό και πολύ καθαρό. Υπάρχει η φήμη ότι λέγεται Μάυρη Θάλασσα μόνο το βράδυ. Ο Γιάννης πάντως βρήκε έναν πολύ καλό φίλο και έπαιζε μαζί του κάθε μέρα. Όταν ήρθε η ώρα να φύγει θυμήθηκε τις καλές στιγμές που πέρασε μαζί του. Όταν έφτασε στο σπίτι του ήταν πολύ κουρασμένος και πήγε να κοιμηθεί. Το άλλο πρωί θυμήθηκε να πάρει τον φίλο του τον Χάρη αλλά βαριότανε. Την άλλη μέρα έψαχνε να βρει το τηλέφωνο του φίλου του αλλά δεν το βρήκε. Εκεί που καθόταν άκουσε να χτυπάει το τηλέφωνο. Πρώτα δεν αναγνώρισε την φωνή του. Μόλις του είπε ποιος είναι ενθουσιάστηκε και ήταν πολύ χαρούμενος... (συνέχεια)

Δημήτρης, 11 ετών; Κωνσταντίνος, Γιάννης, 14 ετών; Ειρήνη, 11 ετών

ΦΘΙΝΟΠΩΡΙΝΟ ΚΡΥΠΤΟΛΕΞΟ

Βρες και κύκλωσε στο παρακάτω κρυπτόλεξο τα ονόματα 5 δημητριακών



| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Α | Π | Β | Ρ | Ο | Μ | Η | Ο | Σ |
| Κ | Ρ | Ι | Θ | Α | Ρ | Ι | Λ | Ι |
| Ο | Χ | Τ | Ρ | Ι | Μ | Δ | Θ | Τ |
| Σ | Ε | Σ | Ι | Κ | Α | Λ | Η | Α |
| Η | Ψ | Ε | Ρ | Β | Ζ | Ω | Ν | Ρ |
| Κ | Α | Λ | Α | Μ | Π | Ο | Κ | Ι |



Η ΣΤΗΛΗ ΤΟΥ ΠΑΙΔΙΟΥ

Διατροφικές συνήθειες...

Εμείς τα παιδιά πρέπει να τρώμε υγιεινά φαγητά και όχι γαριδάκια και σνακς. Αν δεν είμαστε σίγουροι αν κάποιο φαγητό είναι υγιεινό, καλά είναι να ρωτάμε κάποιον μεγαλύτερο. Κανονικά πρέπει να τρώμε κάθε μέρα μόνο φρούτα (αχλάδι, πεπόνι κ.α.) και λαχανικά (λάχανο, αγγούρι κ.α.). Βέβαια χρειάζεται να τρώμε απ' όλα, αλλά μερικά σε λιγότερη ποσότητα. Εγώ όπως και όλα τα παιδιά πρέπει να τηρούμε αυτούς τους κανόνες για να είμαστε γερά και υγιή παιδιά.

Όμως μην ξεχνάμε πως και οι μεγάλοι πρέπει να τηρούν τους ίδιους κανόνες!!!

Μαρία



ΤΑ ΤΣΟΥΒΑΛΙΑ ΤΟΥ ΤΕΩΡΤΟΥ

Σε κάθε σειρά χρωμάτισε μόνο τα τσουβάλια που χρειάζεται, ώστε να έχουν το ίδιο βάρος με το πρώτο τσουβάλι

| | | | | |
|--|---|---|---|---|
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |

ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗ

ΔΙΕΥΘΥΝΣΕΙΣ ΠΑΡΑΡΤΗΜΑΤΩΝ:

- ♦ Φωτομάρα 32 Ν. Κόσμος Αθήνα. Τηλ: 210-92382170/ 210-9220993
- ♦ Σπινθάρου 65 Ν. Κόσμος Αθήνα. Τηλ: 210-9013463
- ♦ Δεληγιάννη 2 Άλιμος. Τηλ: 210-9965203

E-mail: info@proseggisi.gr

ΣΥΝΤΑΚΤΙΚΗ ΟΜΑΔΑ:

Αλεξάνδρου Στράτος
Βουρλιόγκα Βασιλική
Κοκμοτός Παναγιώτης
Μαρτίνης Γιάννης
Σαμοΐλης Γιώργος

Επιμέλεια: Μάντη Ειρήνη

ΣΕ ΑΥΤΟ ΤΟ ΤΕΥΧΟΣ ΣΥΝΕΡΓΑΣΤΗΚΑΝ:

| | |
|--------------------|---------|
| Αλεξάνδρου Στράτος | Ειρήνη |
| Μάντη Ειρήνη | Γιάννης |
| Δημήτρης | Μαρία |
| Κων/νος | |

