

Τζένη Μωραΐτη • Αγγελική Μαγκλάρα

ΠΑΙΖΩ ΚΑΙ ΜΑΘΑΙΝΩ ΝΑ ΣΥΓΚΕΝΤΡΩΝΟΜΑΙ

Δραστηριότητες
για την
ανάπτυξη δεξιοτήτων

- Κατανόηση οδηγιών
- Διαχείριση συναισθημάτων
- Έλεγχος του σώματος
- Συγκέντρωση προσοχής
- Οργάνωση του χώρου και του χρόνου



ΜΕΤΑΙΧΜΙΩ



Λίγα λόγια



για τις συγγραφείς

Η **Τζένη Μωραΐτη** είναι απόφοιτος της Σχολής Νηπιαγωγών Χανίων, της Παιδαγωγικής Ακαδημίας Θεσσαλονίκης, του Παιδαγωγικού Τμήματος Νηπιαγωγών – ΑΠΘ και κάτοχος διδακτορικού τίτλου σπουδών από το Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης. Εργάστηκε ως νηπιαγωγός στη δημόσια εκπαίδευση και δίδαξε για δώδεκα χρόνια στο Παιδαγωγικό Τμήμα Προσχολικής Εκπαίδευσης και στο Παιδαγωγικό Τμήμα Ειδικής Αγωγής του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας. Για οκτώ χρόνια ήταν Σχολική Σύμβουλος της 32ης Περιφέρειας Εκπαίδευσης Προσχολικής Αγωγής Ν. Μαγνησίας, ενώ για τέσσερα χρόνια διετέλεσε Συντονίστρια Εκπαιδευτικού Έργου Προσχολικής, στο Περιφερειακό Κέντρο Εκπαιδευτικού Σχεδιασμού Θεσσαλίας. Άρθρα της έχουν δημοσιευτεί σε ελληνικά και ξένα περιοδικά, πρακτικά συνεδρίων και συλλογικούς τόμους, ενώ έχει γράψει περισσότερα από 10 βιβλία.

Η **Αγγελική Μαγκλάρα** σπούδασε στο Παιδαγωγικό Τμήμα Ειδικής Αγωγής του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας και συνέχισε τις σπουδές της στο Πανεπιστήμιο Λευκωσίας, όπου έλαβε το μεταπτυχιακό της («Επιστήμες της Αγωγής – Ειδική Εκπαίδευση»). Έχει εκπαιδευτεί στη μέθοδο της δομημένης διδασκαλίας TEACCH για άτομα στο φάσμα του αυτισμού και έχει συμμετάσχει σε πολλά παιδαγωγικά συνέδρια κι ημερίδες. Άρθρα της έχουν δημοσιευτεί σε ελληνικά και ξένα περιοδικά, καθώς και σε πρακτικά συνεδρίων. Από το 2010 εργάζεται στη δημόσια εκπαίδευση ως δασκάλα ειδικής αγωγής, ενώ από το 2021 εργάζεται στο ΚΕ.Δ.Α.Σ.Υ. του Ν. Μαγνησίας.



για την εικονογράφο

Η **Αγγελική Ρελάκη** σπούδασε αρχιτεκτονική και animation και ασχολείται με την εικονογράφηση και τις τέχνες που αφορούν την οπτική επικοινωνία. Έχει παρουσιάσει το έργο της σε ατομικές και ομαδικές εκθέσεις ζωγραφικής, ενώ έχει εικονογραφήσει βιβλία για παιδιά και ένθετα εφημερίδων.



Περιεχόμενα

Χρήσιμες πληροφορίες για γονείς και εκπαιδευτικούς	6
Ικανότητα προσοχής/συγκέντρωσης, Διάσπαση προσοχής,	
Η σημασία της πρώιμης παρέμβασης, Ο χρόνος	6
Γνωριμία με τον ήρωα του βιβλίου	8
Πώς να χρησιμοποιήσετε το βιβλίο	9
20 συμβουλές για σωστή προετοιμασία	10
 Δραστηριότητες για την κατανόηση οδηγιών	 13
Για παιδιά από 3 ετών	14
Για παιδιά από 4 ετών	17
Για παιδιά από 5 ετών	20
 Δραστηριότητες για τη διαχείριση των συναισθημάτων	 31
Για παιδιά από 3 ετών	32
Για παιδιά από 4 ετών	34
Για παιδιά από 5 ετών	37
 Δραστηριότητες για τον έλεγχο του σώματος	 47
Για παιδιά από 3 ετών	48
Για παιδιά από 4 ετών	50
Για παιδιά από 5 ετών	52
 Δραστηριότητες για τη Συγκέντρωση Προσοχής	 55
Για παιδιά από 3 ετών	56
Για παιδιά από 4 ετών	63
Για παιδιά από 5 ετών	71
 Δραστηριότητες οργάνωσης του χώρου και του χρόνου	 87
 Η Γωνιά της Ηρεμίας	 97





Δραστηριότητες για την κατανόηση οδηγιών

Στόχος των παρακάτω δραστηριοτήτων
είναι η ανάπτυξη των ικανοτήτων
του παιδιού ώστε:

- να κατανοεί και να ακολουθεί οδηγίες
για να κάνει σωστά τις εργασίες του,
- να αποκωδικοποιεί οδηγίες που
εκφέρονται με προφορικό και γραπτό
λόγο, εικόνα, πολυτροπικά κείμενα,
κίνηση ή χειρονομία,
- να ακολουθεί κανόνες,
- να κατακτήσει τη διαδικασία εκτέλεσης
βήμα βήμα κάθε δραστηριότητας,
- να αντλεί ικανοποίηση
με την επιτυχία του.





Για παιδιά από 3 ετών

1

- Άνοιξε το συρτάρι της κουζίνας.
Πάρε ένα κουταλάκι του γλυκού και δύο μεγάλα κουτάλια.
Ακούμπησέ τα πάνω στο τραπέζι.
Πάρε στη συνέχεια τις χαρτοπετσέτες από το ντουλάπι.
Ακούμπησέ τις κι αυτές στο τραπέζι.
- Πήγαινε στο τραπεζάκι του δωματίου σου.
Πάρε δύο μαρκαδόρους και ένα άσπρο χαρτί και φέρε τα εδώ.
- Είμαστε στο σαλόνι.
Πήγαινε στη γωνιά με τα παιχνίδια και πάρε ένα κόκκινο και ένα μπλε αυτοκινητάκι.
Πριν μπεις στο σαλόνι, χτύπησε με το δάχτυλό σου την πόρτα και προχώρησε.
[Μπορούμε να χρησιμοποιήσουμε πολλές ανάλογες δραστηριότητες.]

2

Περπάτα με αργά βήματα μέσα στο δωμάτιο.
Κάθε φορά που θα σου λέω μια λέξη ψιθυριστά, θα σταματάς και θα την επαναλαμβάνεις.

3

Άκουσε καλά τι θα σου πω.
Έχω τρία χαρτονάκια. Όταν σηκώσω το πράσινο, θα χοροπηδήσεις.
Όταν σηκώσω το κόκκινο χαρτονάκι, θα σταματήσεις.
Όταν σηκώσω το γαλάζιο, θα περπατήσεις στα τέσσερα.
Αρχίζουμε;





4

Ας βάλουμε στο πάτωμα άσπρα χαρτιά (Α4) και κομμάτια από εφημερίδες.

Πάρε την μπάλα σου.

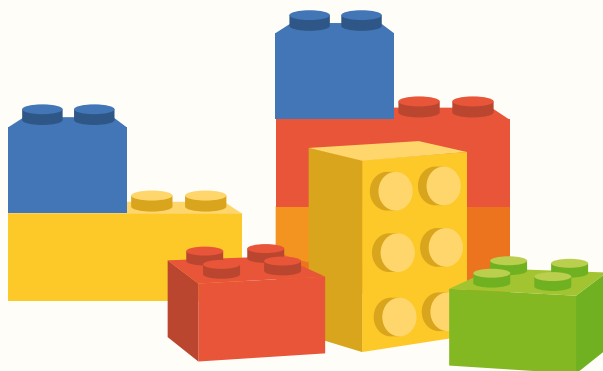
Κράτα την και περπάτησε από το άσπρο χαρτί στην εφημερίδα και από την εφημερίδα στο άσπρο χαρτί.

5

Κάθισε στο τραπεζάκι σου.

Από το κουτί με τα τουβλάκια διάλεξε τα κόκκινα και τα μπλε. Τώρα φτιάξε μια σειρά, ένα μοτίβο: **μπλε-κόκκινο, μπλε-κόκκινο.**

[Μπορούμε να προτείνουμε πολλές, διαφορετικές επιλογές.]



6

Πάρε κουταλάκια και κουτάλια από το συρτάρι και φτιάξε ένα μοτίβο. Δες αυτό που έφτιαξα και έλα να δούμε τι άλλο μπορείς να κάνεις κι εσύ.



7

Άκουσε προσεκτικά τις οδηγίες που σου δίνει το ζώο για να βρεις ποιο είναι. Κύκλωσέ το.

Δεν είμαι το πρώτο ζώο.



Δεν είμαι το τελευταίο ζώο.



Έχω μαύρο χρώμα!



Είμαι δίπλα σε αυτόν με τα μεγάλα μάτια.



Είμαι πολύ άγριο.



Είμαι δίπλα στον πιγκουίνο.



Για παιδιά από 4 ετών

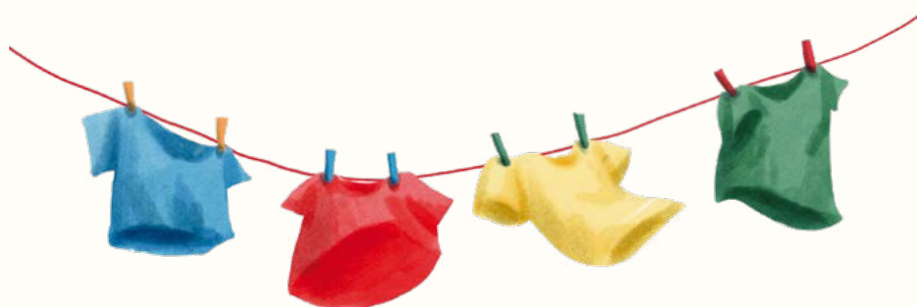
1

Πάρε ένα άσπρο χαρτί και τους μαρκαδόρους σου.

Κοίταξε πολύ καλά την εικόνα.

Μετά κάλυψέ τη.

Ζωγράφισε στο πλαίσιο την εικόνα όπως τη θυμάσαι.





Η διάσπαση προσοχής, που μπορεί να συνοδεύεται από υπερκινητικότητα, παρορμητισμό, απροσεξία, συναισθηματικές εξάρσεις, δυσχεραίνει τη διαδικασία σκέψης και μάθησης, ενώ δυσκολεύει το παιδί στην προσπάθειά του να ανταποκριθεί με επιτυχία στις καθημερινές του υποχρεώσεις. Η πρώτη παρέμβαση, στην προσχολική δηλαδή ηλικία, έχει διαπιστωθεί ότι μπορεί να λειτουργήσει διορθωτικά και να περιορίσει τις ανεπιθύμητες συμπεριφορές.

Με βάση αυτή την επιδίωξη, στο βιβλίο περιλαμβάνονται **στοχευμένες δραστηριότητες και παιχνίδια**, διαβαθμισμένης δυσκολίας, για να αναπτύξει το παιδί βασικές δεξιότητες που ενισχύουν τη συγκέντρωσή του, την αυτονομία του και το διευκολύνουν στην καθημερινότητά του.

**Συγκεκριμένα, ακολουθώντας
τον Πώς και Τι, τον βοηθό της προσοχής,
το παιδί μαθαίνει:**



- να κατανοεί και να ακολουθεί οδηγίες,
- να αναγνωρίζει και να διαχειρίζεται τα συναισθήματά του,
- να ελέγχει τις σωματικές του κινήσεις και τα αντανακλαστικά του,
- να συγκρατεί πληροφορίες και να ολοκληρώνει τις εργασίες του,
- να οργανώνει τον χώρο και τον χρόνο του και να γίνεται πιο υπεύθυνο.

Χρήσιμο εργαλείο
για γονείς, παιδαγωγούς
και επαγγελματίες
ειδικής αγωγής

ISBN: 978-618-03-3171-4



ΒΟΗΘ. ΚΩΔ. ΜΗΧ/ΣΗΣ 83171

metaixmio.gr