

ΤΕΡΕΖΑ ΜΠΑΟΥΜ / ΠΑΝΑΓΙΩΤΑ ΔΕΛΗΓΙΑΝΝΗ



ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΖΟΝΤΑΣ ΤΟ ΠΑΙΔΙ ΜΟΥ ΓΙΑ ΤΟ ΔΗΜΟΤΙΚΟ



**ΧΩΡΙΣ ΜΟΛΥΒΙ
ΚΑΙ ΧΑΡΤΙ**

ΜΕΤΑΙΧΜΙΘ



Πρώτη έκδοση Αύγουστος 2025

ΚΕΙΜΕΝΟ Τερέζα Μπάουμ, Παναγιώτα Δεληγιάννη
ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ ΕΚΔΟΣΗΣ Μαρία Γονιδάκη
ΔΙΟΡΘΩΣΗ ΤΥΠΟΓΡΑΦΙΚΩΝ ΔΟΚΙΜΙΩΝ Μαρία Παναγοπούλου
ΣΕΛΙΔΟΠΟΙΗΣΗ Ουρανία Λυμπεροπούλου
ΜΑΚΕΤΑ ΕΞΩΦΥΛΛΟΥ Γιώτα Αλεξάνδρου

© 2024, Εκδόσεις **ΜΕΤΑΙΧΜΙΟ**
και Τερέζα Μπάουμ, Παναγιώτα Δεληγιάννη

ISBN 978-618-03-4560-5
ΒΟΗΘ. ΚΩΔ. ΜΗΧ/ΣΗΣ 84560
Κ.Ε.Π. 6361, Κ.Π. 22271

Το παρόν έργο πνευματικής ιδιοκτησίας προστατεύεται κατά τις διατάξεις του Ελληνικού Νόμου (Ν. 2121/1993 όπως έχει τροποποιηθεί και ισχύει σήμερα) και τις διεθνείς συμβάσεις περί πνευματικής ιδιοκτησίας. Απαγορεύεται απολύτως η άνευ γραπτής άδειας του εκδότη κατά οποιοδήποτε μέσο ή τρόπο αντιγραφή, φωτοανατύπωση και εν γένει αναπαραγωγή, εκμίσθωση ή δανεισμός, μετάφραση, διασκευή, αναμετάδοση στο κοινό σε οποιαδήποτε μορφή (ηλεκτρονική, μηχανική ή άλλη) και η εν γένει εκμετάλλευση του συνόλου ή μέρους του έργου.

Εκδόσεις ΜΕΤΑΙΧΜΙΟ

Ιπποκράτους 118, 114 72 Αθήνα, τηλ.: 211 3003500
metaixmio.gr · metaixmio@metaixmio.gr

Κεντρική διάθεση
Ασκληπιού 18, 106 80 Αθήνα, τηλ.: 210 3647433

Βιβλιοπωλεία ΜΕΤΑΙΧΜΙΟ

- Ασκληπιού 18, 106 80 Αθήνα, τηλ.: 210 3647433
- Πολυχώρος, Ιπποκράτους 118, 114 72 Αθήνα
τηλ.: 211 3003580, fax: 211 3003581

ΤΕΡΕΖΑ ΜΠΑΟΥΜ / ΠΑΝΑΓΙΩΤΑ ΔΕΛΗΓΙΑΝΝΗ

**ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΖΟΝΤΑΣ
ΤΟ ΠΑΙΔΙ ΜΟΥ
ΓΙΑ ΤΟ
ΔΗΜΟΤΙΚΟ
χωρίς μολύβι
και χαρτί**

ΜΕΤΑΙΧΜΙΘ

Περιεχόμενα

Πρόλογος 7

Εισαγωγή 9

1. Η υπέροχη προσχολική ηλικία 9
2. Μα πόσο διαφορετικό είναι το Δημοτικό Σχολείο; 10
3. Γιατί είναι σημαντική η προετοιμασία ενός παιδιού για το Δημοτικό Σχολείο; 12
4. Γιατί πρέπει να το προετοιμάσουμε στο σπίτι; 13

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1

Ανάγκη καλλιέργειας δεξιοτήτων

1. Τι σημαίνει «δεξιότητα»; 15
2. Ποιες δεξιότητες μπορεί να αναπτύξει ένα παιδί προσχολικής ηλικίας; 16
3. Γιατί είναι σημαντική η καλλιέργεια των δεξιοτήτων; 18

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2

Χτίζοντας τη βάση

1. Αυτοεξυπηρέτηση 20
2. Αυτονομία 24
3. Υπευθυνότητα 29

4. Περιέργεια 32

5. Γενικές γνώσεις και εμπειρίες 35

6. Δημιουργικότητα 39

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3

Το παιδί μου και οι άλλοι 43

1. Υπομονή 43
2. Συνεργασία 47
3. Ευγένεια και καλοί τρόποι 51
4. Σεβασμός 54
5. Ενσυναίσθηση 58
6. Συμπερίληψη 61
7. Επίλυση προβλημάτων 63

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 4

Αγκαλιάζοντας τα συναισθήματα του παιδιού μου

1. Συναισθήματα: αναγνώριση και έκφραση 67
2. Οριοθέτηση 70
3. Ματαίωση 74
4. Επιμονή 77
5. Θυμός 80

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 5

Από νήπιο... μαθητής/-τρια

1. Προφορικός λόγος..... 84
2. Μη λεκτική επικοινωνία..... 89
3. Οπτική διάκριση..... 92
4. Ακουστική διάκριση..... 96
5. Λεπτή κινητικότητα..... 99
6. Αδρή κινητικότητα..... 103
7. Μαθηματικός νους..... 106
8. Παρατηρητικότητα..... 109
9. Συγκέντρωση..... 112
10. Ακουστική και οπτική μνήμη..... 117
11. Κριτική σκέψη..... 120

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 6

Ο ρόλος που έχω ως γονέας

1. Παρατηρώ το παιδί μου;..... 125
2. Συνδέομαι με το παιδί μου;..... 126
3. Επικοινωνώ πραγματικά;..... 128
4. Το εμπιστεύομαι;..... 129
5. Νιώθει το παιδί μου αποδοχή;..... 130
6. Βοηθώ πραγματικά;..... 131
7. Θέτω τα σωστά όρια;..... 132
8. Γίνομαι εγώ το πρότυπο;..... 133
9. Απολαμβάνω τον ρόλο μου;..... 136

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 7

Ζητάω βοήθεια

1. Πότε ανησυχώ;..... 138
2. Πού απευθύνομαι για βοήθεια;..... 139

ΚΕΦΑΛΑΙΟ Ι

Ανάγκη καλλιέργειας δεξιοτήτων

1 Τι σημαίνει «δεξιότητα»;

Αν και πολλές φορές χρησιμοποιούμε τη λέξη «ικανότητα» αντί της λέξης «δεξιότητα» και το αντίστροφο, η διαφορά είναι σημαντική. Η «ικανότητα» θα μπορούσε να πει κάποιος απλά ότι είναι το δυναμικό με το οποίο γεννιέται ένας άνθρωπος. Το παιδί μου γεννιέται ικανό να περπατήσει, να επικοινωνήσει, να μάθει να διαβάζει, να εξελιχθεί ως προσωπικότητα. Η «δεξιότητα» είναι η ικανότητα να εκτελεί κάποιος μια δραστηριότητα ή εργασία, την οποία απέκτησε μέσω της εξάσκησης ή της εμπειρίας. Αυτό σημαίνει ότι το παιδί μας έχει γεννηθεί με πολλές ικανότητες, τις οποίες, αν δεν καλλιεργήσουμε, δεν θα γίνουν δεξιότητες.

Η καλλιέργεια αυτών των ικανοτήτων ξεκινά από τη στιγμή της γέννησης και συνεχίζεται μέχρι το τέλος της ζωής του παιδιού, και αυτό επειδή διαρκώς θα καλείται να αναλαμβάνει νέους ρόλους και να αποκτά νέες δεξιότητες. Ο υπέροχος ανθρώπινος εγκέφαλος είναι έτσι φτιαγμένος που ποτέ δεν σταματά να δημιουργεί νέες συνάψεις, αρκεί το άτομο να προκαλεί τον εαυτό του προκειμένου να είναι σε εγρήγορση και να τα καταφέρνει στις νέες προκλήσεις.

2 Ποιες δεξιότητες μπορεί να αναπτύξει ένα παιδί προσχολικής ηλικίας;

Το παιδί μας κάθε χρόνο καταφέρνει να ξεπεράσει νέους σκοπέλους και να κάνει σταθερά βήματα. Εξελίσσεται με βάση την ηλικία του και τα ερεθίσματα από το περιβάλλον του. Υπάρχουν διάφορες δεξιότητες τις οποίες πρέπει να έχει αναπτύξει το παιδί μας πριν από την είσοδό του στο Δημοτικό Σχολείο.

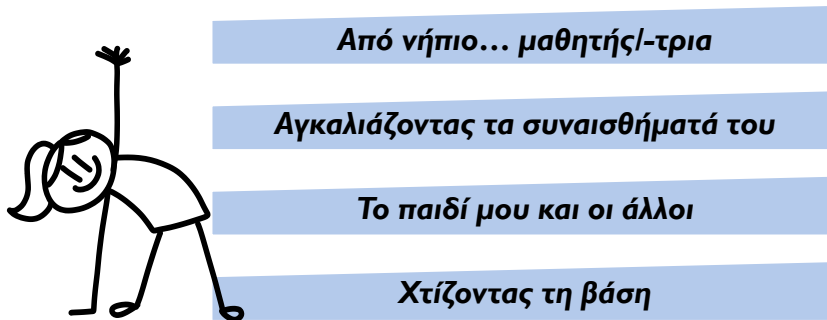
Η καλλιέργεια της βάσης της προσωπικής του εξέλιξης, και τελικά της ολοκλήρωσής του, είναι αναγκαία. Δεξιότητες που εντάσσονται σε αυτή την κατηγορία είναι το επίπεδο αυτοεξυπηρέτησης, αυτονομίας και υπευθυνότητας. Η ανάπτυξη της περιέργειας και της δημιουργικότητας αλλά και η απόκτηση νέων γνώσεων από τις εμπειρίες είναι, επίσης, καθοριστικές για την οικοδόμηση της προσωπικότητας του παιδιού μας.

Παράλληλα, το παιδί μας έχει ήδη αρχίσει να σχετίζεται με ενδιαφέρον με τους φίλους του. Το απασχολεί ιδιαίτερα το παιχνίδι και απολαμβάνει τις σχέσεις του, όταν αυτές μπορούν να δημιουργήσουν ένα ήρεμο και αποτελεσματικό περιβάλλον παιχνιδιού. Οι κοινωνικές δεξιότητες είναι από τις πιο σημαντικές και θα καθορίσουν σε μεγάλο βαθμό το πώς το παιδί μας θα συνάπτει σχέσεις. Οι κοινωνικές δεξιότητες που καλό είναι να έχει ένα παιδί προσχολικής ηλικίας είναι η υπομονή, η δυνατότητα συνεργασίας, οι καλοί τρόποι και η ευγένεια, ο σεβασμός, η ενσυναίσθηση, η συμπερίληψη και η ικανότητα επίλυσης προβλημάτων, άρα και συγκρούσεων.

Επιπρόσθετα, η προσχολική ηλικία χαρακτηρίζεται από την έκφραση ποικίλων συναισθημάτων. Το παιδί μας μπορεί να κατονομάσει τα περισσότερα συναισθήματα, να καταλάβει γιατί τα νιώθει και να κατανοήσει πως τα δυσκολότερα μπορεί να το οδηγήσουν σε εκρηκτικές αντιδράσεις. Οι συναισθηματικές δεξιότητες και αυτού του είδους η συναισθηματική αγωγή συμπληρώνονται από το σχολείο. Η αναγνώριση και έκφραση των συναισθημάτων του, η οριοθέτηση της συμπεριφοράς του, αλλά και η διαχείριση της ματαίωσης, της επιμονής, του θυμού και της παρόρμησης αποτελούν τη βεντάλια των συναισθηματικών δεξιοτήτων, στις οποίες καλό είναι να εγκύψουμε ως γονείς και να εκπαιδεύσουμε το παιδί μας συναισθηματικά.

Τέλος, ο νέος ρόλος του παιδιού μας αδιαμφισβήτητα είναι ο ρόλος του μαθητή. Δεν είμαστε ούτε πρέπει να γίνουμε οι δάσκαλοί του. Οι γνωστικές, όμως, δεξιότητες που μπορούμε να καλλιεργήσουμε στο σπίτι θα βοηθήσουν το παιδί μας να αποκτήσει την απαραίτητη ετοιμότητα, αλλά και ωριμότητα απέναντι στη νέα γνώση. Θα πρέπει να μας απασχολήσουν ο προφορικός λόγος και η μη λεκτική επικοινωνία του, η δυνατότητα οπτικής και ακουστικής διάκρισης, η μνήμη του, η λεπτή και αδρή κινητικότητα του, η ικανότητα αντίληψης βασικών μαθηματικών εννοιών, η παρατηρητικότητα, το επίπεδο συγκέντρωσής του και η κριτική σκέψη του. Παρατηρώντας και καλλιεργώντας καθέναν από τους παραπάνω τομείς, θα μπορούμε ευκολότερα να κατανοήσουμε σε τι τα καταφέρει και σε τι χρειάζεται ενίσχυση. Με κατάλληλους και εύκολους τρόπους μπορούμε να το βοηθήσουμε γνωστικά, προκειμένου να καταστεί έτοιμο να αφοουκραστεί τη νέα γνώση.

Οι τέσσερις αυτές κατηγορίες δεξιοτήτων μπορούν να αναπτυχθούν καθημερινά με παιχνιδιάρικους τρόπους. Χρειάζεται συχνή εξάσκηση μέχρι να κατακτηθούν από το παιδί μας. Κάθε φορά που θα βλέπουμε ότι τα καταφέρει με κάτι που καταπιάνεται, θα νιώθουμε ότι είμαστε οι πραγματικοί αρωγοί σε κάθε του προσπάθεια, ενώ θα βιώνουμε την ασφάλεια και τη σιγουριά ότι μπορούμε να σταθούμε δίπλα του και να το βοηθήσουμε σε ό,τι το δυσκολέψει.



3 Γιατί είναι σημαντική η καλλιέργεια των δεξιοτήτων;

Οι δεξιότητες αποτελούν μέρος της προσωπικότητάς μας. Είναι πολύ σημαντικό ένα παιδί να είναι εφοδιασμένο με δεξιότητες που θα το βοηθούν να εντάσσεται ομαλά στον περιβάλλοντα χώρο του και σε κάθε επόμενο απαιτητικό στάδιο.

Το παιδί μας προετοιμάζεται να γίνει πια μέλος μιας μεγαλύτερης σχολικής κοινότητας και σίγουρα θα μάθει πολλά ενδιαφέροντα πράγματα, ενώ ταυτόχρονα θα αναπτύξει πολλαπλές δεξιότητες. Δεν πρέπει, όμως, να ξεχνάμε πως τα βασικότερα ερεθίσματα τα λαμβάνει από το σπίτι του και τα άτομα που συναναστρέφεται. Είναι αρκετά μεγάλο ώστε να έχει δομήσει κάποια ενδιαφέροντα και να συμμετέχει ενεργά σε ποικίλες δραστηριότητες εντός και εκτός σπιτιού, κάτι που αναμφίβολα απολαμβάνουμε. Ο ρόλος μας είναι να είμαστε κοντά του ώστε να δημιουργήσουμε τις συνθήκες στις οποίες θα μπορέσει να αναπτυχθεί γνωστικά, συναισθηματικά και κοινωνικά, αλλά και να καλλιεργηθεί ως προσωπικότητα.

Κάθε δεξιότητα χρειάζεται χρόνο για να κατακτηθεί και πολλές από τις δεξιότητες που αναπτύσσουμε ως παιδιά θα τις καλλιεργούμε καθ' όλη τη διάρκεια της ζωής μας. Για παράδειγμα, η επιμονή στην προσπάθεια είναι μία σημαντική δεξιότητα. Φυσικά, το ποσοστό επιμονής ενός παιδιού της Α' τάξης απέχει από εκείνο ενός τελειόφοιτου φοιτητή. Είναι, όμως, η ίδια δεξιότητα. Σήμερα πλέον, πολλοί ειδικοί ονομάζουν πολλές από αυτές τις δεξιότητες *soft skills*, οι οποίες έρχονται σε αντιδιαστολή με τα *hard skills*, τα οποία είναι οι σπουδές.

Η κατάκτηση μιας δεξιότητας εκτός από χρόνο χρειάζεται και τη δική μας ουσιαστική εμπλοκή. Χρειάζεται να την αναγνωρίσουμε ως σημαντική και να στηρίξουμε το παιδί μας στην κατάκτησή της, πάντα, όμως, ανάλογα με την ηλικία του. Αν γνωρίζουμε τον τρόπο, μπορούμε να σχεδιάσουμε τα βήματά μας. Άλλοτε θα χρειαστεί να του δείξουμε εμείς τι πρέπει να κάνει και άλλοτε το παράδειγμά μας είναι αυτό που θα το ωθήσει να μας μιμηθεί. Θα

υπάρξουν φορές που θα χρειαστεί να κάνουμε μια δραστηριότητα μαζί και όσες φορές έχει ανάγκη το παιδί μας, και μετά να το αφήσουμε να δοκιμάσει κάποια βήματα μόνο του. Το να είμαστε κοντά του, να το παρατηρούμε, να το ενθαρρύνουμε και να νιώθει ότι εμπλεκόμαστε πραγματικά είναι το καλύτερο που μπορούμε να κάνουμε. Σιγά σιγά θα κατακτήσει την ικανότητα να το κάνει μόνο του. Οι δεξιότητες απαιτούν χρόνο και πολλή εξάσκηση, προκειμένου να γίνουν κτήμα των παιδιών.

Μαμά, μπαμπά...
Πάμε να δούμε τι μπορώ
να καταφέρω;

