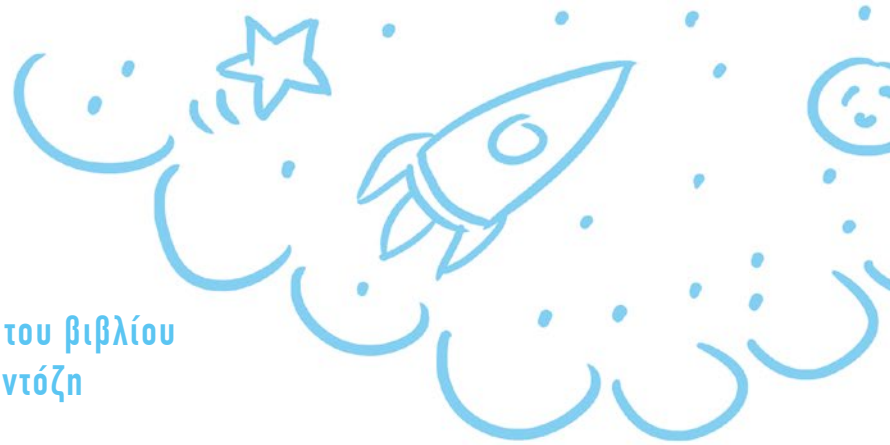
ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΥΛΙΚΟ ΓΙΑ ΓΟΝΕΙΣ ΚΑΙ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟΥΣ

Δεν το κλείνω!



Από τη συγγραφέα του βιβλίου
Μαριλίτα Χατζημποντόζη

ΨΥΧΟΓΙΟΣ

Ο χρόνος που περνούν τα παιδιά μπροστά από μία οθόνη μπορεί να επηρεάσει αρνητικά την ψυχική, σωματική και πνευματική τους ανάπτυξη. Οι σύγχρονες μελέτες μιλούν επιπλέον, για την επίκτητη διάσπαση προσοχής που εμφανίζουν τα παιδιά μετά από την πολύωρη παραμονή τους μπροστά από τις οθόνες.

1. Τα παιδιά από 2-5 ετών καλό είναι να μην εκτίθενται πάνω από μία ώρα την ημέρα.

2. Για παιδιά από 6 ετών και πάνω καλό είναι να υπάρχει οριοθέτηση ως προς τον χρόνο και ως προς τα προγράμματα που παρακολουθούν, ώστε να μην παραμελείται το παιχνίδι με τα συνομήλικα παιδιά, οι δραστηριότητες τους, η υγιεινή διατροφή και ο ύπνος τους.

3. Αποφασίστε από κοινού πως η οικογένεια χρειάζεται χρόνο μαζί. Εκείνη την ώρα μικροί και μεγάλοι πατούν το μαγικό κουμπί off.

- Παίξτε επιτραπέζια
- Ζωγραφίστε
- Μαγειρέψτε μαζί με τα παιδιά
- Περπατήστε στην γειτονιά. Παρατηρήστε και συζητήστε τι καταστήματα υπάρχουν; Τι επαγγέλματα κάνουν αυτοί οι άνθρωποι;
- Κάντε ποδήλατο, βόλτα στο πάρκο, παρατηρήστε τη φύση.
- Φτιάξτε παζλ.
- Μιλήστε στα παιδιά! Οι οθόνες περιγράφουν έναν ψεύτικο κόσμο. Αποφύγετε παιχνίδια βίας γιατί η βία υποσυνείδητα εγγράφεται και αναπαράγεται και μάλιστα αρχικά προς τους γονείς!
- Διαβάστε βιβλία μαζί με τα παιδιά. Αφήστε τα παιδιά να ξεφυλλίσουν το βιβλίο και συζητήστε μαζί τους για το θέμα, την εικονογράφηση, τους δημιουργούς.

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΜΕΣΑ ΣΤΗΝ ΤΑΞΗ

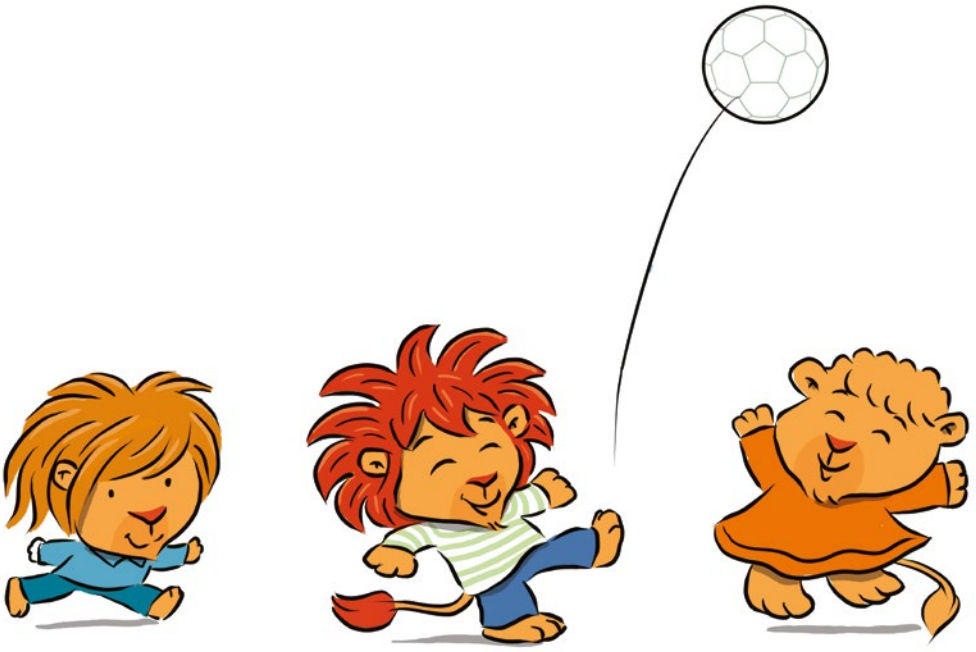
1. Ανάγνωση του βιβλίου

2. Ο/Η εκπαιδευτικός έχει πλαστικοποιήσει καρτέλες με τον Λέανδρο και την οθόνη του και με τον Λέανδρο χωρίς την οθόνη του. Ζητάμε από τα παιδιά να βρουν διαφορές. Πώς είναι το πρόσωπό του, η στάση του σώματος του;

3. Πώς είναι τα πρόσωπα του μπαμπά και της μαμάς; Πώς αισθάνονται όταν ο Λέανδρος δεν κλείνει όλη μέρα την οθόνη; Ζητάμε από τα παιδιά να εκφραστούν προφορικά.

4. Μοιράζουμε στα παιδιά μία κόλλα Α4 με τίτλο ΤΙ ΜΕ ΚΑΝΕΙ ΧΑΡΟΥΜΕΝΟ. Αφήνουμε τα παιδιά να ζωγραφίσουν με τη φαντασία τους ό,τι επιθυμούν.

5. Ζητάμε από τα παιδιά να μας πουν τι έγινε όταν ο Λέανδρος επιτέλους άρχισε να κλείνει πιο συχνά την οθόνη του. Τι ανακαλύψεις έκανε;



ΠΕΡΙΣΣΟΤΕΡΗ ΔΡΑΣΗ... ΕΞΩ ΑΠΟ ΤΗΝ ΤΑΞΗ

6. Οργανώστε λιονταροδρομίες (αντίστοιχες με τη σκυταλοδρομία) στην αυλή. Αφήστε τα παιδιά να τρέξουν, να εκτονώσουν την σωματική τους ενέργεια , να συνεργαστούν.

7. Παίξτε βρυχομελωδία, όπως ο Λέανδρος. Απλά τραγουδήστε! Βάλτε στα παιδιά μουσική με τραγούδι και μάθετέ τους στίχους και τη μελωδία:

Ενδεικτικές επιλογές:

Εδώ Λιλιπούπολη, Μάνος Χατζηδάκις, Το χρυσόψαρο, Μάνος Χατζηδάκις, Συννεφούλα, Διονύσης Σαββόπουλος, Μαργαρίτα Μαργαρώ, Μίκης Θεοδωράκης

8. Φτιάξτε ένα κολάζ με ιδέες των παιδιών: τι μπορώ να κάνω όταν κλείνει η οθόνη; (εδώ ακόμη και το «βαριέμαι» που μπορεί να πουν τα παιδιά, είναι θεμιτό! Δεν είναι ανάγκη όλη την ώρα να κάνουμε κάτι...)

Το βιβλίο **ΔΕΝ ΤΟ ΚΛΕΙΝΩ!** κυκλοφορεί από τις **Εκδόσεις ΨΥΧΟΓΙΟΣ**.
ΣΥΓΓΡΑΦΕΑΣ: Μαριλίτα Χατζημποντόζη
ΕΙΚΟΝΟΓΡΑΦΗΣΗ: Γιώργος Σγουρός
ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΩΝ: Μαριλίτα Χατζημποντόζη

ISBN: 978-618-01-5579-2