

# BI

## Stadt Bielefeld

Ideen für den Schulstart  
Griechisch

 [www.bielefeld.de](http://www.bielefeld.de)

Ιδέες για την  
έναρξη του σχολείου



**Στοιχεία έκδοσης**  
Δημοσιεύθηκε από:



**Υπεύθυνος για το περιεχόμενο:**

Nilgün Isfendiyar, Leiterin des Kommunalen Integrationszentrums  
Georg Epp, Leiter des Amtes für Jugend und Familie - Jugendamt -

**Σύνταξη:**

Karolina Dombek, Christoph Hein, Birgit May, Monika Schelp-Eckhardt

**Σχεδιασμός:**

Stadt Bielefeld, Zentrale Leistungen, Druckservice

**Χρηματοδοτείται από:**

Ministerium für Kinder, Familie,  
Flüchtlinge und Integration  
des Landes Nordrhein-Westfalen



Ministerium für  
Schule und Bildung  
des Landes Nordrhein-Westfalen



Diese Broschüre ist in einfacher Sprache verfasst.

Verfügbar auch in den Sprachen:

Albanisch, Arabisch, Bulgarisch, Englisch, Griechisch, Kurdisch (Kurmanci, in lateinischer Schrift), Polnisch, Russisch, Serbisch, Türkisch

Ψηφιακές εκδόσεις (pdf) στις ιστοσελίδες:

[www.ki-bielefeld.de](http://www.ki-bielefeld.de) und [www.bielefeld.de/de/biju/sp/](http://www.bielefeld.de/de/biju/sp/)

**Από:** 07/2019





## Περιεχόμενα

1. Πρόλογος	1
2. Κίνηση – Θεμέλιο για τη μάθηση	2
3. Εξάσκηση των χεριών	4
4. Ανεξαρτητοποίηση	6
5. Συναναστροφή με άλλα παιδιά	8
6. Υγιεινή διατροφή και κατανάλωση υγρών	10
7. Μεγαλόφωνη ανάγνωση, αφήγηση και γλωσσικά παιχνίδια	12
8. Πολυγλωσσία	14
9. Παίζοντας μουσική, παιχνίδια με ήχους	16
10. Ανακαλύπτοντας τα Μαθηματικά στην καθημερινή ζωή	18
11. Πειράματα και εκπλήξεις	20
12. Εξερεύνηση και προστασία της φύσης	22
13. Χειρισμός των μέσων επικοινωνίας	24

## 1. Πρόλογος

Αγαπητοί γονείς και κηδεμόνες,

το παιδί σας θα πάει σύντομα για πρώτη φορά στο σχολείο.

Ο παιδικός σταθμός προετοιμάζει ήδη από τώρα το παιδί σας για το σχολείο: το παιδί σας μαθαίνει πολλά τη στιγμή που βρίσκεται με άλλα παιδιά. Χειροτεχνεί και κατασκευάζει. Ανακαλύπτει τον εαυτό του και εξερευνά τον κόσμο. Κινείται πολύ και έτσι δυναμώνει το σώμα του. Κοιτάζει σε βιβλία και αφηγείται ό,τι βλέπει. Ακούει ιστορίες και απαντά σε ερωτήσεις. Όλα αυτά βοηθούν το παιδί σας αργότερα κατά την εκπαίδευσή του στο σχολείο.

Μπορείτε όμως κι εσείς να προετοιμάσετε το παιδί σας για τη σχολική του ζωή. Σε αυτό το φυλλάδιο θα βρείτε κάποιες προτάσεις, ιδέες σχετικά με αυτήν την προετοιμασία. Μπορείτε να εφαρμόσετε αυτές τις ιδέες χωρίς μεγάλο κόπο. Ποιες ιδέες θα θέλατε να δοκιμάσετε με το παιδί σας;

Εύχομαι στο παιδί σας μια συναρπαστική περίοδο μέχρι την εισαγωγή του στην Α' Δημοτικού. Και σε εσάς εύχομαι ένα ευχάριστο διάστημα ενώ θα βρίσκεστε στο πλάι του και θα το στηρίζετε.



Pit Clausen  
Δήμαρχος

## 2. Κίνηση – Θεμέλιο για τη μάθηση

Η κίνηση ενισχύει τη μάθηση. Αν το παιδί σας κινείται πολύ και με ευχαρίστηση, μπορεί να μάθει καλύτερα. Επίσης επιτυγχάνει καλύτερα και τις λεπτές κινήσεις καθώς γράφει. Στην καθημερινή ζωή υπάρχουν πολλές ευκαιρίες για κίνηση.

### Ιδέες:

- Βγείτε έξω με το παιδί σας: πηγαίστε σε ένα πάρκο, στο δάσος ή σε μια παιδική χαρά. Εκεί μπορεί να τρέξει, να σκαρφαλώσει, να παίξει μπάλα και πολλά άλλα.



- Στο σπίτι μπορεί το παιδί σας να παίξει με μαξιλάρια, με στρώματα και άλλα αντικείμενα. Είναι κατάλληλα για να τα χρησιμοποιούν τα παιδιά για γυμναστική και άλματα.
- Το παιδί σας πρέπει να παίζει με άλλα παιδιά όσο πιο συχνά γίνεται.
- Η ποδηλασία ή το πατινάρισμα με δίτροχο πατίνι σκούτερ προσφέρουν ευχαρίστηση. Κατά τη διάρκεια αυτών των δραστηριοτήτων το παιδί σας εξασκεί για παράδειγμα την ισορροπία του.



- Πηγαίνετε με το παιδί σας στο κολυμβητήριο. Είναι θετικό όταν το παιδί σας διασκεδάζει στο νερό. Το παιδί σας μπορεί να μάθει να κολυμπάει αν το δηλώσετε για να κάνει μαθήματα κολύμβησης.
- Αποτελείτε το πιο σημαντικό πρότυπο συμπεριφοράς για το παιδί σας. Γι' αυτό το λόγο: Να κινείστε προσωπικά όσο το δυνατόν περισσότερο!

**Εμπιστευτείτε τις ικανότητες του παιδιού σας. Μέσω της κίνησης το παιδί σας μαθαίνει τι μπορεί να κάνει και τι χρειάζεται ακόμα να εξασκήσει.**



### 3. Εξάσκηση των χεριών

Το παιδί σας χρειάζεται επιδέξια χέρια για να γράφει και να χειροτεχνεί στο σχολείο. Μπορείτε να καλλιεργήσετε την επιδεξιότητά του στην καθημερινή ζωή και μέσω του παιχνιδιού.

#### Ιδέες:

##### Στην κουζίνα

- Μαγειρέψτε μαζί με το παιδί σας. Το παιδί σας μπορεί να κόψει τα λαχανικά, να ζυμώσει τη ζύμη και να πλύνει τα πιάτα. Αυτό είναι διασκεδαστικό και βελτιώνει την επιδεξιότητά του.

##### Χειροτεχνίες

- Βρέστε με το παιδί σας ένα σταθερό χώρο στο σπίτι για να κάνετε χειροτεχνίες. Εκεί το παιδί σας μπορεί π.χ. να ζωγραφίζει, να παίζει με πλαστελίνη και να κόβει χαρτιά. Μπορεί επίσης να κάνει χειροτεχνίες με ξύλα και φύλλα από το δάσος.





## Παιχνίδια

- Πολλά παιχνίδια προωθούν την επιδεξιότητα των δαχτύλων.

Για παράδειγμα:

Παζλ, Μικάντο, ξύλινα τουβλάκια, χάντρες, πύργος με βόλους, Lego®



Προσέξτε το παιδί σας να κρατά σωστά το μολύβι όταν ζωγραφίζει.

## 4. Ανεξαρτητοποίηση

Μπορεί το παιδί σας ήδη να κάνει πράγματα μόνο του; Σε αυτή την περίπτωση το παιδί σας θα αισθάνεται πιο μεγάλη σιγουριά στο σχολείο. Τα ανεξάρτητα παιδιά μαθαίνουν με μεγαλύτερη ευχαρίστηση και έχουν περισσότερη αυτοπεποίθηση.

Γι' αυτό το λόγο αναρωτηθείτε επανειλημμένα: Τι μπορεί να καταφέρει το παιδί μου μόνο του; Σε ποιο σημείο πρέπει να το βοηθήσω;

### Ιδέες:

- Εξασκείστε με το παιδί σας τη διαδικασία του ντυσίματος και του γδυσίματος. Για παράδειγμα, των παπουτσιών, των μπουφάν και των αθλητικών ρούχων.
- Σκεφτείτε μαζί με το παιδί σας: Ποιο καθήκον θα ήθελε να αναλάβει το παιδί σας στο σπίτι; Μπορεί, για παράδειγμα, να στρώσει το τραπέζι. Εκπλήρωσε το παιδί σας το καθήκον του; Τότε επιβραβεύστε το.
- Το παιδί σας πρέπει να πηγαίνει μόνο του στην τουαλέτα. Πρέπει να πλένει τα χέρια του μόνο του.



- Στην αρχή ετοιμάστε τη σχολική τσάντα μαζί με το παιδί σας. Με την πάροδο του χρόνου το παιδί σας μπορεί να φτιάξει μόνο του την τσάντα του.
- Δείξτε στο παιδί σας έγκαιρα τη διαδρομή για το σχολείο του. Κοιτάξτε επίσης την γύρω περιοχή μαζί με το παιδί σας.



Η έναρξη της φοίτησης στην Α' τάξη του δημοτικού σχολείου σημαίνει μια μεγάλη αλλαγή για όλη την οικογένεια. Ίσως το παιδί σας τις πρώτες εβδομάδες να αισθάνεται ανασφάλεια. Σε αυτή την περίπτωση πρέπει να είστε υπομονετικοί.

Να του λέτε συνεχώς: „Θα τα καταφέρεις!“

## 5. Συναναστροφή με άλλα παιδιά

Για την έναρξη της σχολικής ζωής είναι θετικό το παιδί σας να βρίσκεται μαζί με άλλα παιδιά. Παίζουν, τρώνε και ζωγραφίζουν. Μαλώνουν και συμφιλιώνονται. Εκτονώνονται και ξεκουράζονται.

### Ιδέες:

- Φέρτε το παιδί σας τακτικά στον παιδικό σταθμό.
- Προσκαλέστε φίλους του παιδιού σας στο σπίτι σας για να παίξουν μαζί. Το παιδί σας θα πρέπει εξίσου να επισκέπτεται άλλα παιδιά.
- Δείξτε στα παιδιά να παίζουν επιτραπέζια παιχνίδια. Μέσω αυτών των παιχνιδιών το παιδί σας μαθαίνει να κερδίζει και να χάνει. Επίσης μαθαίνει να τηρεί τους κανόνες.



- Ο αθλητισμός, ο χορός και η μουσική όταν γίνονται ομαδικά προσφέρουν ιδιαίτερη ευχαρίστηση. Σύλλογοι και μουσικά σχολεία, ωδεία προσφέρουν πολλές δραστηριότητες για τα παιδιά.

[www.sportjugend-bielefeld.de](http://www.sportjugend-bielefeld.de)

[www.muku-bielefeld.de](http://www.muku-bielefeld.de)

- Συμμετέχετε σε εκδηλώσεις για οικογένειες.

[www.bielefeld.jetzt/termine/kinder](http://www.bielefeld.jetzt/termine/kinder)

[www.bielefeld.de/de/kf](http://www.bielefeld.de/de/kf)



## 6. Υγιεινή διατροφή και κατανάλωση υγρών

Η υγιεινή διατροφή και η υγιεινή κατανάλωση υγρών είναι σημαντικές. Με αυτόν τον τρόπο το παιδί σας μπορεί να μεγαλώσει και να εκπαιδευτεί σωστά.

Το παιδί σας πρέπει να τρώει ορισμένα τρόφιμα συχνά. Άλλες τροφές πρέπει να τις καταναλώνει σπάνια. Το Ομοσπονδιακό Κέντρο για Ενημέρωση σε Θέματα Υγείας συνιστά:

### **Τα παιδιά πρέπει να τρώνε και να πίνουν πολύ:**

- Φρούτα, λαχανικά, πατάτες, ζυμαρικά, ρύζι και ψωμί
- Νερό, τσάι χωρίς ζάχαρη

### **Τα παιδιά πρέπει να τρώνε με μέτρο:**

- Γάλα, τυρί, κρέας, λουκάνικα, αυγά, ψάρι

### **Τα παιδιά πρέπει να τρώνε λίγο:**

- Βούτυρο, λάδι, κρέμα γάλακτος, γλυκά, αλμυρά σνακ

### **Τα παιδιά πρέπει να τρώνε και να πίνουν σπάνια:**

- Φαστ φούντ (πατάτες τηγανιτές, μπεργκερ, πίτσα, . . .)
- Γλυκά ποτά (λεμονάδα, χυμοί φρούτων, . . .)



## Ιδέες:

- Αφιερώστε χρόνο για να φάτε μαζί με το παιδί σας. Αυτός ο κοινός χρόνος είναι σημαντικός για την οικογένεια. Το παιδί σας μαθαίνει πολλά πράγματα κατά τη διάρκεια του φαγητού: Πώς κρατώ το μαχαίρι και το πιρούνι μου σωστά; Πότε αρχίζω να τρώω; Πότε μπορώ να σηκωθώ από το τραπέζι;
- Σχεδιάστε μαζί τι θέλετε να φάτε. Μπορείτε για παράδειγμα να του προτείνετε δύο διαφορετικά φαγητά. Το παιδί σας μπορεί στη συνέχεια να επιλέξει ένα από αυτά.
- Προετοιμάστε το φαγητό μαζί με το παιδί σας. Κατά τη διάρκεια αυτής της διαδικασίας μαθαίνει πολλά για τα τρόφιμα. Εκτός αυτού, όταν το παιδί σας κόβει κάτι εξασκεί επίσης την επιδεξιότητα των χεριών του.
- Αφήστε το παιδί σας να αποφασίσει μόνο του πόσο θέλει να φάει. Τα παιδιά μπορούν να αξιολογήσουν με σωστό τρόπο αν έχουν χορτάσει. Εμπιστευθείτε το ένστικτο του παιδιού σας.
- Τα παιδιά σκέφτονται θετικά για τα τρόφιμα και τα ποτά. Τους αρέσει να δοκιμάζουν. Προσφέρετε στο παιδί σας ποικιλία στα φαγητά.
- Τα ειδικά προϊόντα τροφής για παιδιά είναι συχνά ανθυγιεινά. Διαβάστε με προσοχή τις πληροφορίες σχετικά με την περιεκτικότητα ζάχαρης και λίπους στη συσκευασία των τροφίμων.
- Να είστε ένα καλό πρότυπο συμπεριφοράς για το παιδί σας όταν ψωνίζετε και τρώτε.



## 7. Μεγαλόφωνη ανάγνωση, αφήγηση και γλωσσικά παιχνίδια

Η μεγαλόφωνη ανάγνωση είναι σημαντική! Το παιδί σας μαθαίνει νέες λέξεις και φράσεις. Αυτό το βοηθάει να μάθει ανάγνωση και γραφή. Μέσω των βιβλίων και των ιστοριών το παιδί σας μαθαίνει πολλά για τον κόσμο. Επομένως πρέπει η μεγαλόφωνη ανάγνωση και η αφήγηση ιστοριών να είναι μέρος της καθημερινής ζωής κάθε οικογένειας.

### Ιδέες:

- Κοιτάξτε με το παιδί σας βιβλία με εικόνες. Μιλήστε μαζί του για τις εικόνες. Ρωτήστε για παράδειγμα: Τι βλέπεις στην εικόνα;
- Βρείτε λέξεις που έχουν ομοιοκαταληξία. Για παράδειγμα, σπιτάκι – ποντικάκι.
- Ρωτήστε το παιδί σας ποιο βιβλίο θέλει να του διαβάσετε.
- Διαβάστε με συναρπαστικό τρόπο. Αλλάξτε τη φωνή σας: Η αρκούδα μπορεί να μιλήσει με μπάσα φωνή και να μουγκρίσει. Το ποντίκι μπορεί να ψιθυρίσει. Το φίδι να σφυρίζει.
- Διαβάστε πάντα μια συγκεκριμένη ώρα της ημέρας. Για παράδειγμα πριν τον ύπνο. Απολαύστε την εγγύτητα με το παιδί σας.







## Οι γονείς που διαβάζουν αποτελούν πρότυπο μίμησης για τα παιδιά τους!

- Επισκεφτείτε με το παιδί σας τη βιβλιοθήκη.
- Παίξτε γλωσσικά παιχνίδια όταν κάνετε μεγάλες διαδρομές με το αυτοκίνητο ή με το τρένο. Το παιδί σας, για παράδειγμα, μπορεί να συλλέξει λέξεις: Ποια ζώα ζουν στο νερό; Ποια ζώα στον αέρα;
- Περιγράψτε ένα ζώο και το παιδί σας πρέπει να το μαντέψει. Για παράδειγμα: Ξέρω ένα ζώο που έχει μια μεγάλη προβοσκίδα. Το παιδί σας μπορεί εξίσου να περιγράψει ζώα και να τα μαντέψετε εσείς.
- Διηγηθείτε την αρχή μιας ιστορίας. Αφήστε το παιδί σας να ανακαλύψει ποια είναι αυτή η ιστορία. Ή αφήστε το παιδί σας να αφηγηθεί τη συνέχεια της ιστορίας.
- Παίξτε με το παιδί σας: „Βλέπω κάτι που εσύ δεν βλέπεις και είναι μπλε. Τι είναι αυτό;“ Το παιδί σας ψάχνει το αντικείμενο.
- Όταν βρίσκεστε εκτός σπιτιού δείξτε στο παιδί σας γράμματα, γραφή και σύμβολα. Το παιδί σας μπορεί να ανακαλύψει πινακίδες αυτοκινήτων, ταμπέλες, λογότυπα ή ονόματα.

## 8. Πολυγλωσσία

Πολλά παιδιά στη Γερμανία μεγαλώνουν με πολλές γλώσσες. Αυτές οι διαφορετικές γλώσσες αποτελούν ένα μεγάλο πλεονέκτημα για την κοινωνία μας.

Μιλάτε στο σπίτι (συχνά) μια άλλη γλώσσα εκτός από τη γερμανική;

Τότε προωθήστε το παιδί σας στην κατάκτηση της οικογενειακής σας γλώσσας!

Διότι: το παιδί σας μπορεί να μάθει και την οικογενειακή σας γλώσσα και τη γερμανική γλώσσα.

Είναι σημαντικό το παιδί σας να μιλά καθημερινά και στις δύο γλώσσες.

### Ιδέες:

- Αποτελείτε το σημαντικότερο πρότυπο για το παιδί σας. Μεταξύ άλλων και στο θέμα της Γλώσσας. Να συζητάτε πολύ με το παιδί σας. Όσο περισσότερες λέξεις χρησιμοποιεί, τόσο καλύτερα μπορεί να καταλάβει τον κόσμο.
- Ενισχύστε το ενδιαφέρον του παιδιού σας για την οικογενειακή σας γλώσσα: Διηγηθείτε ιστορίες στο παιδί σας. Χρησιμοποιείτε όταν μιλάτε μαζί του ομοιοκαταληξίες, μιλήστε με στιχάκια. Τραγουδήστε μαζί του τραγούδια από τη δική σας παιδική ηλικία.
- Στη βιβλιοθήκη μπορείτε να δανειστείτε δωρεάν βιβλία για διάβασμα, καθώς και ακουστικά βιβλία στη γλώσσα σας.

Ρωτήστε κατά τη διαδικασία της εγγραφής στο σχολείο, εάν παρέχονται μαθήματα Γλώσσας στην οικογενειακή σας γλώσσα (Διδασκαλία στη γλώσσα καταγωγής σας).



## 9. Παίζοντας μουσική, παίζοντας με ήχους

Τα παιδιά αγαπούν τη μουσική. Χορεύουν μόλις ακούσουν μουσική. Δοκιμάζουν οτιδήποτε κάνει θόρυβο ή βγάζει ήχους.

Η μουσική βοηθά το παιδί σας στην ανάπτυξή του.  
Όποιος τραγουδάει, μαθαίνει πιο εύκολα να μιλάει.  
Όποιος χορεύει, μπορεί να κινείται καλύτερα.

Η μουσική όταν παίζεται μαζί με άλλα παιδιά προσφέρει μεγαλύτερη διασκέδαση.

### Ιδέες:

- Τραγουδήστε μαζί με το παιδί σας. Μάθετε μαζί του παιδικά στιχάκια.
- Γιορτάζετε τις εορταστικές ημέρες; Τραγουδήστε παραδοσιακά τραγούδια γι' αυτό το σκοπό.
- Οι γλάστρες, τα ποτήρια και οι τάβλες τραπεζιού κάνουν υπέροχους ήχους! Αφήστε το παιδί σας να δοκιμάσει διαφορετικούς ήχους. Ακόμη και αν αυτό μερικές φορές είναι κουραστικό για σας.



- Κατασκευάστε με το παιδί σας τα δικά σας όργανα μουσικής. Για παράδειγμα, γεμίστε παλιά δοχεία και κύπελλα με κουμπιά ή ρύζι.
- Μαζί με το παιδί σας δώστε προσοχή στους ήχους της καθημερινής ζωής. Τι ακούτε στη φύση; Τι στο δρόμο; Τι στο σπίτι;
- Ακούστε με το παιδί σας διαφορετικά είδη μουσικής. Για παράδειγμα, παιδικά τραγούδια, ποπ μουσική ή κλασική μουσική.
- Σχολές μουσικής, ωδεία και σχολές χορού προσφέρουν μαθήματα για παιδιά. Εκτός αυτών των ιδρυμάτων παραδίδονται και σε αθλητικούς συλλόγους μαθήματα χορού.



## 10. Ανακαλύπτοντας τα Μαθηματικά στην καθημερινή ζωή

Τα Μαθηματικά βρίσκονται παντού γύρω μας. Στην καθημερινή σας ζωή θα βρείτε αριθμούς, σχήματα και διαστάσεις. Μπορείτε με παιχνίδια να ενθουσιάσετε το παιδί σας για αυτά.

### Ιδέες:

- Μετρήστε μαζί με το παιδί σας. Για παράδειγμα: κομμάτια φρούτων στο πιάτο, βόλους στο ποτήρι ή μπουκάλια σε ένα κιβώτιο.
- Ψάξτε με το παιδί σας αριθμούς. Για παράδειγμα: αριθμούς σπιτιών, πινακίδες αυτοκινήτων ή ετικέτες τιμών.
- Παίξτε παιχνίδια με ντόμινο αριθμούς, και παιχνίδια με ζάρια.



- Εφιστήστε την προσοχή του παιδιού σας στην ώρα. Δείξτε του το μεγάλο και το μικρό δείκτη του ρολογιού καθώς και τους αριθμούς.
- Πέστε στο παιδί σας, τι ώρα είναι. Για παράδειγμα, όταν πηγαίνετε στον παιδικό σταθμό ή όταν το παιδί σας πάει για ύπνο.
- Συζητήστε με το παιδί σας για τις ημέρες της εβδομάδας. Αφηγηθείτε στο παιδί σας, τι σκοπεύετε να κάνετε μαζί και ποια ημέρα της εβδομάδας.

- Δώστε στο παιδί σας την ευκαιρία να συμμετέχει στην κουζίνα. Αφήστε το να μετράει με το κύπελλο μέτρησης το αλεύρι και τη ζάχαρη ή να τα ζυγίζει.



- Ζητήστε από το παιδί σας να συγκρίνει πράγματα μεταξύ τους.

Για παράδειγμα:

Βρες το μακρύτερο  
μπαστούνι.

Βρες το ψηλότερο σπίτι.

Βρες την μικρότερη  
ντομάτα.

- Αφήστε το παιδί σας να ψάχνει για αντικείμενα με βάση το μέγεθος, το χρώμα και το σχήμα.

Τι είναι στρογγυλό;

Τι έχει τρεις γωνίες;

Τι έχει τέσσερις γωνίες;



- Παίξτε με το παιδί σας στην αμμοδόχο με άμμο. Αφήστε το παιδί σας να προσθέσει άμμο ή νερό σε κάδους διαφόρων μεγεθών.

## 11. Πειράματα και εκπλήξεις

Τα παιδιά είναι περίεργα. Θέλουν να ανακαλύψουν και να κατανοήσουν τον κόσμο. Μπορείτε να ενισχύσετε το παιδί σας σε αυτή τη διαδικασία.

Και μέσα στο σπίτι αλλά και στον έξω κόσμο συναντάμε την φυσική επιστήμη.

### Ιδέες:

#### Στο σπίτι

- Ψήστε ένα κέικ μαζί. Πάρτε μια συνταγή με ζύμη μαγιάς. Δείξτε στο παιδί σας την μαγιά πριν το ψήσιμο. Παρακολουθήστε μαζί τι συμβαίνει με τη μαγιά όταν είναι μέσα στη ζύμη.
- Γεμίστε ένα μεγάλο γυάλινο δοχείο με νερό. Αφήστε το παιδί σας να τοποθετήσει διαφορετικά πράγματα στο νερό. Για παράδειγμα βάλτε μέσα, νομίσματα, πέτρες, βόλους, κομμάτια ξύλου ή παγάκια. Παρακολουθήστε με το παιδί σας: Τι επιπλέει στο νερό; Τι βυθίζεται;
- Κατασκευάστε έναν πύργο από ξύλινα τουβλάκια ή από κουτάκια. Αφήστε το παιδί σας να δοκιμάσει: Πώς μπορώ να φτιάξω έναν ψηλό πύργο χωρίς να πέσει;





- Εξασκήστε με το παιδί σας πώς να χρησιμοποιεί τις ηλεκτρικές συσκευές. Για παράδειγμα, την ηλεκτρική σκούπα ή το στερεοφωνικό συγκρότημα.
- Είναι χαλασμένη η ηλεκτρική σκούπα; Τότε αναζητήστε την αιτία μαζί με το παιδί σας. Είναι γεμάτη η σακκούλα με τα σκουπίδια; Είναι ο σωλήνας φραγμένος;

### Έξω από το σπίτι

- Κατασκευάστε με το παιδί σας έναν χαρταετό. Αφήστε τον μαζί να πετάξει στον ουρανό. Παρακολουθήστε: Πώς πρέπει να κινώ τον χαρταετό για να πετάξει; Τι ρόλο παίζει ο άνεμος;
- Υπάρχει κάποιο ρυάκι κοντά στη γειτονιά σας; Κατασκευάστε με το παιδί σας ένα φράγμα. Αφήστε το να παρακολουθήσει τι συμβαίνει. Πώς μπορεί να κατασκευαστεί καλά ένα φράγμα; Ρέει ακόμα νερό μέσα από το φράγμα; Για ποιο λόγο;

Στις βιβλιοθήκες θα βρείτε πολλά βιβλία, ραδιοφωνικά έργα και ταινίες με θέμα „Πειράματα στην καθημερινότητα“. Υπάρχουν επίσης κατάλληλες τηλεοπτικές εκπομπές. Για παράδειγμα: Die Sendung mit der Maus, Löwenzahn, Wissen macht Ah!, Checker Tobi.



Γιατί δεν μπορείς να κάνεις μόνος σου τραμπάλα;

## 12. Εξερεύνηση και προστασία της φύσης

Κάντε με το παιδί σας εκδρομές στο πάρκο ή στο δάσος. Έτσι μπορεί το παιδί σας να γνωρίσει τη φύση. Αυτές οι εκδρομές βοηθούν το παιδί σας να έχει φιλική συμπεριφορά απέναντι στα ζώα και το περιβάλλον. Το παιδί σας μαθαίνει με αυτόν τον τρόπο να σέβεται όλο και περισσότερο το περιβάλλον του.

### Ιδέες:

- Στη φύση μπορείτε να ανακαλύψετε πολλά. Κάντε μια βόλτα με το παιδί σας. Δείξτε του δέντρα, λουλούδια και ζώα.
- Συζητήστε με το παιδί σας για τις εποχές του χρόνου. Πώς αλλάζει η φύση την άνοιξη ή το φθινόπωρο;
- Ψάξτε με το παιδί σας ένα δέντρο. Παρατηρήστε το δέντρο σε τακτά χρονικά διαστήματα κάθε δύο εβδομάδες. Τι αλλάζει; Τι συμβαίνει με τα φύλλα; Κρέμονται φρούτα στο δέντρο; Πώς είναι ο φλοιός του στη αφή;
- Δώστε στο παιδί σας τη δυνατότητα να αναλάβει για κάτι ευθύνη. Θα μπορούσε π.χ. να φροντίζει ένα φυτό στο σπίτι σας.
- Ξεχωρίστε με το παιδί σας τα βρώσιμα (φαγώσιμα) από τα μη βρώσιμα (φαγώσιμα) φυτά. Φυτέψτε, για παράδειγμα, κάρδαμο. Παρακολουθήστε με το παιδί σας πώς μεγαλώνει το κάρδαμο. Αργότερα όταν ωριμάσει μπορείτε να το μαζέψετε. Είναι νόστιμο, για παράδειγμα, σε σουπες και πάνω σε ψωμί.
- Κατά τη διάρκεια μιας εκδρομής στο ζωολογικό κήπο το παιδί σας μπορεί να γνωρίσει, να ταΐσει και να χαϊδέψει διάφορα ζώα.

- Δείξτε στο παιδί σας από πού προέρχονται το γάλα και τα αυγά. Επισκεφθείτε μαζί ένα αγρόκτημα ή ένα βοσκότοπο.
- Δείξτε στο παιδί σας την προσεκτική μεταχείριση της φύσης. Δείξτε του πώς μπορεί να αποφύγει τα σκουπίδια. Για παράδειγμα, πάρτε μαζί σας μια τσάντα για ψώνια.
- Εξηγήστε του ότι δεν πετάμε τα σκουπίδια στη φύση. Τα σκουπίδια ανήκουν μέσα στον κάδο σκουπιδιών.
- Την προστασία του περιβάλλοντος μπορείτε να την εξασκήσετε επίσης και στο σπίτι. Για παράδειγμα: Συζητήστε με το παιδί σας: Ποια σκουπίδια ανήκουν και σε ποιο κάδο; Εξηγήστε του ότι δεν υπάρχει άπειρη ποσότητα νερού. Κλείστε το νερό ενώ βουρτσίζετε τα δόντια σας.



## 13. Χειρισμός μέσωσ επικοινωνίας

Σήμερα τα παιδιά μεγαλώνουν με πολλά μέσα επικοινωνίας. Για παράδειγμα, με ηλεκτρονικό υπολογιστή, Smartphone και Tablet. Τους αρέσει οτιδήποτε μπορούν να κάνουν με αυτά. Να είστε μαζί του και να επιβλέπετε το παιδί σας όταν χρησιμοποιεί αυτά τα μέσα. Η τηλεόραση και το Smartphone θα πρέπει να εναλλάσσονται με άλλα παιχνίδια και με κίνηση.

### Ιδέες:

- Στην προσχολική ηλικία τα παιδιά προτιμούν να παρακολουθούν ταινίες μικρού μήκους στην τηλεόραση. Επιλέξτε μια ταινία μικρού μήκους μαζί με το παιδί σας. Γι' αυτό το σκοπό μπορείτε, για παράδειγμα, να χρησιμοποιήσετε την ιστοσελίδα [www.flimmo.de](http://www.flimmo.de). Προσέξτε για ποια ηλικιακή ομάδα είναι αυτή η ταινία κατάλληλη. Αυτή η πληροφορία βρίσκεται συχνά πίσω από τη συντομογραφία „FSK“.
- Παρακολουθήστε την ταινία μαζί με το παιδί σας. Μιλήστε μαζί του για το περιεχόμενό της. Θέλει το παιδί σας να κάνει μια ζωγραφιά σχετικά με την ταινία; Με αυτόν τον τρόπο μπορεί να επεξεργαστεί το περιεχόμενο.
- Καθορίστε πόσο χρόνο επιτρέπεται το παιδί σας να χρησιμοποιεί τα μέσα επικοινωνίας. Μπορείτε να ρυθμίσετε το χρόνο χρησιμοποιώντας ένα χρονοδιακόπτη αυγών. Κατά τη διάρκεια μιας ημέρας, το παιδί σας δεν πρέπει να παρακολουθεί τηλεόραση για περισσότερο από 30 λεπτά.
- Το παιδί σας μπορεί να ακούσει ραδιοφωνικά έργα, ακουστικά βιβλία και παιδικά τραγούδια μόνο του. Αλλά εσείς θα πρέπει να βρίσκεστε κοντά του. Θα πρέπει να ξέρετε τι ακριβώς ακούει το παιδί σας. Μπορείτε να δανειστείτε ραδιοφωνικά έργα από τη βιβλιοθήκη.
- Έχει το παιδί σας κάποια ερώτηση; Τότε ψάξτε μαζί του να βρείτε μια απάντηση. Σε αυτό μπορεί να σας βοηθήσει και μια μηχανή αναζήτησης για παιδιά, για παράδειγμα [www.fragfinn.de](http://www.fragfinn.de).



- Το παιδί σας μπορεί να παίξει παιχνίδια σε κονσόλα ή σε Smartphone. Γι' αυτό απενεργοποιήστε στη συσκευή την διαδικτυακή πρόσβαση. Βεβαιωθείτε ότι το παιχνίδι έχει εγκριθεί για την ηλικιακή ομάδα του παιδιού σας. Μείνετε μαζί με το παιδί σας. Σταματήστε το παιχνίδι σε περίπτωση που το παιδί σας γίνει ανήσυχο.
- Αφήστε το παιδί σας να φωτογραφίζει και να φιλιάρει τον εαυτό του. Το παιδί σας μπορεί αργότερα για κάθε εικόνα να διηγηθεί τι έχει βιώσει. Έτσι οι μνήμες παραμένουν ζωντανές.

**Μπορείτε να διαβάσετε αυτές τις συμβουλές λεπτομερώς στο διαδίκτυο:**

[www.schau-hin.info](http://www.schau-hin.info)

### **Περισσότερες οδηγίες για παράδειγμα στο:**

[www.klick-tipps.net](http://www.klick-tipps.net)

[www.klicksafe.de](http://www.klicksafe.de)

### **Μηχανές αναζήτησης για παιδιά:**

[www.blinde-kuh.de](http://www.blinde-kuh.de)

[www.fragfinn.de](http://www.fragfinn.de)

### **Σχετικά με το θέμα τηλεόραση:**

[www.kinderfilmwelt.de](http://www.kinderfilmwelt.de)

[www.flimmo.de](http://www.flimmo.de)

[www.tivi.de](http://www.tivi.de)

[www.checkeins.de](http://www.checkeins.de)

[www.kika.de](http://www.kika.de)



## Σημειώσεις πνευματικών δικαιωμάτων

### Σελίδα τίτλου:

Εμπρός όψη φύλλου: © Zeichnung von Lisa Eckhardt, inspiriert (Figuren) durch Angela-Maria Meyer, MN-Consultants

Πίσω όψη φύλλου: © Lisa Eckhardt

### Περιεχόμενα :

Μεμονωμένη εικόνα: © Lisa Eckhardt

Σελίδα 2: © panthermedia.net / Monkeybusiness Images

Σελίδα 3: © panthermedia.net / anatols

Σελίδα 4: © Veit Mette

Σελίδα 5: © panthermedia.net/StockbrokerXtra by Monkeybusiness

© προσωπική

Σελίδα 6: © panthermedia.net / StephanieFrey

© panthermedia.net / JCB Prod

Σελίδα 7: © panthermedia.net / luninastock

Σελίδα 8: © unsplash.com/ charleingracia

Σελίδα 9: © panthermedia.net / Robert Byron

Σελίδα 10: © panthermedia.net / Monkeybusiness Images

Σελίδα 11: © panthermedia.net / creatista

Σελίδα 12: © panthermedia.net / didesign

Σελίδα 13: © panthermedia.net / londondeposit

Σελίδα 15: © Lisa Eckhardt

Σελίδα 16: © Veit Mette

Σελίδα 17: © panthermedia.net / Craig Robinson

Σελίδα 18: © panthermedia.net / Katy Spichal

Σελίδα 19: © panthermedia.net / Wolfgang Steiner

© panthermedia.net / choreograph

Σελίδα 20: © panthermedia.net / natochka

© panthermedia.net / pathastings

Σελίδα 21: © panthermedia.net / BestPhotoStudio

Σελίδα 23: © panthermedia.net / Xalanx

Σελίδα 25: © panthermedia.net / Wong Sze Fei

Σελίδα 26: © panthermedia.net / Mitar gavric

## Σημειώσεις

