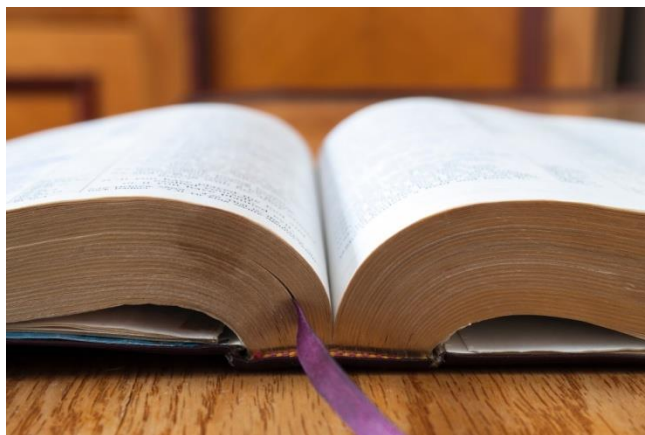


**ΟΔΗΓΙΕΣ ΓΙΑ ΤΗ ΜΕΛΕΤΗ ΤΩΝ
ΠΑΙΔΙΩΝ ΣΤΟ ΣΠΙΤΙ**



Επιμέλεια – Σύνταξη κειμένου:

Σύψα Π. Βασιλική

Εκπαιδευτικός Β/θμιας Εκπαίδευσης

Πάτρα, Απρίλιος 2022

Αγαπητοί γονείς,

η σωστή και αποτελεσματική αφομοίωση των μαθημάτων του σχολείου χρειάζεται κάποια οργανωμένη προσπάθεια μελέτης και στο σπίτι. Η προσπάθεια αυτή πολλές φορές γίνεται επίπονη και άκαρπη διαδικασία, όπως και αιτία συγκρούσεων και δυσαρέσκειας. Γι' αυτό ευθύνεται συχνά ότι τόσο οι γονείς όσο και οι μαθητές δεν γνωρίζουν κατάλληλες στρατηγικές, για να οργανώσουν τη μελέτη τους και να διαχειριστούν το συναισθηματικό φορτίο που αυτή η διαδικασία φέρει. Με γνώμονα την ανάγκη υποστήριξης όλων των μαθητών/τριών, αλλά και ειδικότερα των μαθητών/τριών με ειδικές εκπαιδευτικές ανάγκες, παρακάτω σας προτείνουμε κάποιες συμβουλές που πιστεύουμε πως θα βοηθήσουν τόσο εσάς όσο και το παιδί σας στο να οργανώσετε και να διαχειριστείτε αποτελεσματικά και ευχάριστα μαζί του τη μελέτη του στο σπίτι.

A. ΓΕΝΙΚΕΣ ΑΡΧΕΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΗ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΤΗΣ ΜΕΛΕΤΗΣ ΣΤΟ ΣΠΙΤΙ ΠΡΟΣ ΤΟΥΣ ΓΟΝΕΙΣ

Αρχικά πρέπει να γίνει κατανοητό ότι η μάθηση είναι μια διαδικασία στην οποία εμπλέκονται γνωστικοί και συναισθηματικοί παράγοντες. Έτσι λοιπόν η σωστή συναισθηματική υποστήριξη της μελέτης είναι βασικής σημασίας.

Πρέπει να θυμάστε ότι απώτερος στόχος της υποστήριξης της μελέτης του παιδιού είναι **η ανεξαρτησία και η ανάληψη πρωτοβουλίας στο διάβασμα από το ίδιο**. Δηλαδή:

- ✓ Να πάρει σταδιακά τον έλεγχο, την ευθύνη το ίδιο το παιδί.
- ✓ Να έχει προσωπικό, εσωτερικό κίνητρο.
- ✓ Να καθορίσει το ίδιο τη στρατηγική του.
- ✓ Να οραματιστεί το μέλλον του.

➤ **Πώς θα γίνει αυτό;**

- 1) Με την **αποδοχή και τη συμφιλίωση με τα όρια και τις ιδιαιτερότητές του**, που μπορεί να το κουράζουν ή να το κάνουν να απωθείται από τη μελέτη και να την αναβάλλει.
- 2) Με την αναγνώριση, το σεβασμό και την κατανόηση **στα σημάδια κούρασης** από τη μεριά του παιδιού. Συντελούν σε αυτό η οργάνωση της μελέτης με διαλείμματα, οι τεχνικές χαλάρωσης και συγκέντρωσης, η παροχή κινήτρων.
- 3) Με την **ενίσχυση της αυτοεκτίμησης του παιδιού** δίνοντας έμφαση στην αισιοδοξία αλλά και στις ρεαλιστικές προσδοκίες από αυτό. Βοηθά ακόμα το να τονίζετε τα δυνατά του σημεία, να δίνετε θετική ανατροφοδότηση στο λάθος και να μην είστε επικριτικοί ή πιεστικοί, όταν κουράζεται, αλλά να το υποστηρίζετε, όταν εκφράζει ελεύθερα τα αρνητικά του συναισθήματα. Επίσης να το ενθαρρύνετε στην έκφραση και την διεκδίκηση της επιθυμίας, των επιλογών και των στόχων του ίδιου, αφήνοντας χώρο και χρόνο για τα εξωσχολικά του ενδιαφέροντα.

- 4) Με τη δημιουργία **κλίματος ενθουσιασμού** για το διάβασμα θέτοντας στόχους, παρέχοντας κίνητρα, παρουσιάζοντας την ύλη με παιχνιδιάρικο τρόπο.
- 5) Με την ανάπτυξη της **κρίσης, της πρόβλεψης και της φαντασίας** έτσι ώστε να οργανώσει τη μελέτη του το ίδιο το παιδί και να αντιμετωπίσει την αναβλητικότητα, την άρνηση ή το στρες.

Με λίγα λόγια: αφήνουμε το παιδί να εκφραστεί ελεύθερα για το διάβασμά του, το μαθαίνουμε να αναγνωρίζει τα συναισθήματά του και να τα αποδέχεται χωρίς να αυτολογοκρίνεται, το διδάσκουμε να βρίσκει λύσεις για να μπορεί να ολοκληρώσει τις υποχρεώσεις του μόνο του.

ΠΡΑΚΤΙΚΕΣ ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ ΠΡΟΣ ΤΟΥΣ ΜΑΘΗΤΕΣ/ΤΡΙΕΣ

ΓΙΑ ΤΗ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΤΟΥ ΑΓΧΟΥΣ ΣΤΗ ΜΕΛΕΤΗ



Αγαπητέ μαθητή / Αγαπητή μαθήτρια,

οι παρακάτω συμβουλές ελπίζουμε ότι θα σε βοηθήσουν να πραγματοποιήσεις τους στόχους και τα όνειρά σου. Για να γίνει αυτό βέβαια πρέπει πρώτα να αναρωτηθείς, να ψάξεις και να ξεκαθαρίσεις ποιοι είναι οι στόχοι σου καθώς επίσης και να αποδεχτείς ότι η προσπάθεια και η προσωπική δουλειά είναι το βασικό μονοπάτι για να τους κάνεις πραγματικότητα. Αν αυτά τα έχεις βρει, τότε παρακάτω θα βρεις χρήσιμες τακτικές που θα κάνουν τη δουλειά σου πιο ευχάριστη και πιο αποτελεσματική. Σίγουρα κάποιες από αυτές θα σου ταιριάζουν και θα σε βοηθήσουν. Δεν έχεις παρά να τις δοκιμάσεις στην πράξη!

- **Διάβαζε συστηματικά και καλά** για να μειώνεται η αγωνία και η κούραση πριν από τις εξετάσεις. Μην αναβάλλεις για αύριο ό, τι έχεις να κάνεις σήμερα! Μην χάνεις τη συγκέντρωσή σου με το να ασχολείσαι με άλλες «προτεραιότητες»!
- **Μην επαναλαμβάνεις τα ίδια λάθη** στη μελέτη, γιατί θα βιώσεις την ίδια αρνητική εμπειρία! Πες: «Εγώ δε θα την ξαναπατήσω!» και προσπάθησε γι' αυτό! Θα σε βοηθήσει το να σκέφτεσαι από πριν τις συνέπειες μιας αργοπορημένης μελέτης (ότι δηλαδή καταβάλλεις διπλό κόπο, χάνεις διακοπές και στιγμές που οι άλλοι χαλαρώνουν, έχεις παρατεταμένο άγχος, δεν αποδίδεις τόσο όσο μπορείς και θες, αποτυγχάνεις σε κάτι που θέλεις).
- Αξιοποίησε τους καθηγητές, το σχολείο, τα βιβλία, τα βοηθήματα **σαν εργαλεία βοήθειας** και όχι σαν εργαλεία «βασανιστηρίου».
- **Δίνε κουράγιο στον εαυτό σου** με το να σκέφτεσαι όσα έχεις προσπαθήσει και έχεις πετύχει και όχι όλα τα αρνητικά σενάρια.
- Μην περιμένεις να τα κάνεις όλα στην εντέλεια, **δέξου ότι θα κάνεις και λάθη** ή ότι σε κάποια μαθήματα ή κάποιες μέρες θα έχεις και αποτυχίες.
- **Μην κατακρίνεις τον εαυτό σου** βάζοντας εύκολες ταμπέλες, αλλά στήριξέ τον!

- Δέξου ότι υπάρχουν και **μαθήματα που δε σου αρέσουν, αλλά είναι καλό για σένα να τα προσπαθήσεις**. Μην ξεχνάς αυτό που λέγανε οι παλιοί «Τρώγοντας έρχεται η όρεξη!».
- **Μην πιστεύεις τους φόβους** σου ότι θα αποτύχεις γιατί τότε πιθανόν να αποτύχεις! Βάλε φρένο στις αρνητικές σκέψεις και την υπερβολικά αυστηρή αυτοκριτική. Μη χρησιμοποιείς λέξεις όπως «ποτέ», «πάντα». **Να επικεντρώνεσαι στο «τώρα»**. Να διακρίνεις, αν αυτό που σκέφτεσαι είναι κάτι που σου λέει η λογική σου ή το συναίσθημά σου. Θα σε βοηθήσουν σε αυτό οι ερωτήσεις: «Γιατί σκέφτομαι έτσι; Πώς μπορώ να πετύχω αυτό που θέλω; Κάτω από ποιες προϋποθέσεις;».
- Μην στηρίζεσαι στην ύπαρξη ή μη του ταλέντου για κάτι, **πιο σημαντική για την επιτυχία μας είναι η δουλειά που καταβάλλουμε** για κάτι που μας αρέσει και το θέλουμε πολύ.
- Μην ξεχνάς **ποιος είναι ο βασικός σου στόχος!** Χώρισέ τον σε **μικρότερα κομμάτια** (μέσα στην επόμενη ώρα, στη μέρα, στη βδομάδα, στο μήνα κτλ.) έτσι ώστε να γίνει λιγότερο μακρινός και να μπορείς να τον προσεγγίσεις βήμα – βήμα. Αν θες, κόψε μια φωτογραφία ή γράψε ένα σύνθημα που να σου τον θυμίζει και κόλλησέ τα πάνω από το γραφείο σου. Έτσι, βλέποντάς τα, θα ξεπερνάς τις δυσκολίες και θα θυμάσαι γιατί προσπαθείς!
- Βρες **το προσωπικό σου στυλ μελέτης και μη συγκρίνεις τον εαυτό σου** με τους άλλους (Πολλές φορές υπερβάλλουν για τις ικανότητές τους, επειδή θέλουν απλά να κάνουν επίδειξη! Μη μαςάς!)
- Βάλε στη βδομάδα **χώρο για δραστηριότητες που σου αρέσουν**, έτσι ώστε να μη τις λαχταράς τόσο την ώρα του διαβάσματος.
- **Να σέβεσαι τον προσωπικό σου ρυθμό και τρόπο μάθησης.**

ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ ΠΡΟΣ ΤΟΥΣ ΜΑΘΗΤΕΣ/ΤΡΙΕΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΤΗΣ ΜΕΛΕΤΗΣ

❖ ΠΡΙΝ ΤΗ ΜΕΛΕΤΗ

- Πριν ξεκινήσεις τη μελέτη σου πάρε την απόφαση **να συγκεντρωθείς** σ' αυτό που έχεις να κάνεις **εδώ και τώρα**.
- **Μην ξεκινάς τη μελέτη μετά από παιχνίδι**, γιατί θα είναι δύσκολο να συγκεντρωθείς.
- **Διώξε όποιες άσχετες σκέψεις** σε απασχολούν, κατάγραψέ τις και ασχολήσου με αυτές αργότερα. Αν θες, μπορείς να φτιάξεις λίστες με τις εργασίες που έχεις να κάνεις και να τις ιεραρχήσεις με βάση τη δυσκολία ή την αναγκαιότητά τους. Κάθε φορά που θα ολοκληρώνεις μια εργασία, θα τη σβήνεις από τη λίστα. Έτσι θα αποφορτίζεσαι από το άγχος.
- Εξασφάλισε **ότι έχεις σημειώσει σωστά** τις εργασίες και τη μελέτη που έχεις για το σπίτι.
- Οργάνωσε καλά **το χώρο σου** περιορίζοντας και ταξινομώντας πάνω στο γραφείο σου μόνο τα βιβλία, τα τετράδια και τα άλλα υλικά της μελέτης σου. Επίλεξε τον κατάλληλο φωτισμό (όχι χαμηλό, χωρίς αντανάκλασεις και σκιές) στον χώρο σου για να μην κουράζεις τα μάτια σου.

- Βάλε **χρονικό πλαίσιο / προγραμματισμό** στη μελέτη σου και στα διαλείμματά σου.
- Περιορίσε **ό, τι σου αποσπά την προσοχή** (θόρυβο, ακαταστασία, υψηλές ή χαμηλές θερμοκρασίες, υπολογιστή, τηλεόραση, τηλέφωνο, τάμπλετ κ.α.)
- Φρόντισε να ξεκινάς τη μελέτη **χαλαρά και ξεκούραστα**.
- Στο παραπάνω θα βοηθηθείς αν έχεις μια καλή **ποιότητα ύπνου, σωματικής άσκησης και διατροφής**.
- Είναι καλύτερο να ξεκινάς τη μελέτη **το πρωί** που το μυαλό είναι ξεκούραστο.
- Άφηνε **τις επαναλήψεις για το απόγευμα** ή το βράδυ.
- Όρισε **συγκεκριμένη ώρα** της ημέρας για να ασχοληθείς με **την ψυχαγωγία σου** ελεύθερα, χωρίς εκκρεμότητες.
- Βαλε **χρονόμετρο στη μελέτη** του κάθε μαθήματος, ειδικά σε αυτά που είναι βαρετά για σένα.
- Αν δεν έχεις ιδιαίτερο ενδιαφέρον για ένα μάθημα, μια καλή λύση **είναι να μελετάς παρέα με κάποιον που συνεννοείσαι καλά** και μπορεί να βοηθήσει σοβαρά ο ένας τον άλλο.
- **Σπάσε τη μονοτονία** διαβάζοντας εναλλάξ μαθήματα που σου αρέσουν και δε σου αρέσουν.

❖ ΚΑΤΑ ΤΗ ΜΕΛΕΤΗ

- **Ξεκίνα από τα δύσκολα μαθήματα** που θα χρειαστείς περισσότερο χρόνο.
- Χώρισε **την ύλη σε τμήματα** και επεξεργάσου την σταδιακά.
- Όταν ξεκινάς τη μελέτη ενός μαθήματος, **πάρε πρώτα τη γενική ιδέα** από τα βοηθητικά στοιχεία (περίληψη, εικόνες, σχεδιαγράμματα, σχόλια κ.α). Έτσι θα μπεις σιγά - σιγά στο κλίμα και θα σου δημιουργηθούν απορίες ή προσδοκίες για το μάθημα.
- **Κράτα σημειώσεις** πάνω στο κείμενο ή σε ένα τετράδιο (υπογραμμίσεις, ερωτήσεις, σχόλια, πλαγιότιτλοι, σχεδιαγράμματα, χαρτάκια, σελιδοδείκτες).
- Σημείωνε **τις λέξεις – κλειδιά** που εμπερικλείουν τις κεντρικές ιδέες του μαθήματος.
- Φτιάχνε **πίνακες συνοπτικούς** για τα βασικά χαρακτηριστικά μιας έννοιας – πληροφορίας.
- Γράψε την **περίληψη** του μαθήματος σε κάρτες.
- **Δίνε έμφαση στην ουσία**, στο νόημα αυτού που μελετάς. Μην στοχεύεις στην παπαγαλία.
- **Να οδηγείς τα μάτια σου** με τη βοήθεια ενός μολυβιού.
- **Μην προχωράς παρακάτω τη μελέτη σου, αν δεν έχεις καταλάβει αυτά που διάβασες προηγουμένως!**
- **Ξαναδιάβασε** κάτι που σου φάνηκε δύσκολο.
- Όταν ολοκληρώσεις την επεξεργασία του κειμένου και των ερωτήσεων – ασκήσεων που έχεις να υλοποιήσεις, ξαναγύρνα στο κείμενο, **προσπάθησε να θυμηθείς τα κυριότερα σημεία**. Θα σου φανούν πολύ χρήσιμες οι σημειώσεις που έχεις κρατήσει. **Έλεγγε** κατά πόσο θυμάσαι σωστά τις πληροφορίες.
- Φρόντισε **να συμμετέχεις ενεργά στη μελέτη σου**, δηλαδή **κρίνοντας** ό, τι διαβάζεις, **με το να το αναλύεις** και να το επεξεργάζεσαι σε σχέση με ό, τι ήδη ξέρεις,

με το να κρατάς σημειώσεις, να καταγράφεις τις απορίες σου για τον καθηγητή / τρια, με το να προβληματίζεσαι και να ψάχνεις σε δεύτερο χρόνο επιπλέον στοιχεία για ό,τι διάβασες, με το να συζητάς με άλλους σχετικά με αυτό, με το να μαθαίνεις τις πρακτικές εφαρμογές όσων μελετάς.

➤ Βάλε **φαντασία** στη μελέτη σου. Προσπάθησε να αναπαραστήσεις στο μυαλό σου αυτά που διαβάζεις με το δικό σου τρόπο. Θα δεις ότι θα τα θυμάσαι πολύ πιο εύκολα έτσι!

➤ Αν προτιμάς να ακούς το μάθημα, τότε **μπορεί να σου φανεί βοηθητικό να ηχογραφείς τον εαυτό σου** την ώρα που διαβάζεις το κείμενο και έπειτα να το ακούς στην επανάληψη. Μην ξεχνάς να ανακαλείς τις βασικές πληροφορίες φωναχτά και να βεβαιώνεσαι ότι τις θυμάσαι σωστά ή ότι τις έχεις κατανοήσει. Μπορείς επίσης να εξηγήσεις σε κάποιον ό,τι έμαθες. Έτσι θα το εμπεδώσεις κι εσύ καλύτερα.

➤ Κάνε το αντικείμενο της μελέτης σου **παιχνίδι** (π.χ. με κάρτες).

➤ Για να **συγκρατήσεις** δύσκολα ονόματα σκέψου με τι μοιάζουν και κάνε **αναπαράσταση - συνειρμό** στο μυαλό σου. Αλλιώς κάνε ομοιοκαταληξίες, ποιηματάκια με τις λέξεις αυτές.

➤ Φτιάξε **ακροστιχίδες** με τα ονόματα – λέξεις που πρέπει να θυμάσαι.

Π.χ. Αισχύλος
Σοφοκλής-
Ευριπίδης } **ΑΣΕ**

➤ **Απόφυγε να συσσωρεύεις αδιάβαστη ύλη.**

➤ Μείνε **συνεπής στο πρόγραμμά σου**, έτσι θα νιώθεις σιγουριά ότι τα καταφέρνεις και δε θα μαζεύεις κενά και άγχος.

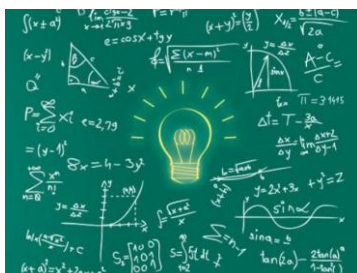
➤ **Κάνε μικρά, πεντάλεπτα διαλείμματα** ανά 45 λεπτά περίπου. Στο διάλειμμα μπορείς να ακούς μουσική ή να κάνεις κάτι με τα χέρια σου, **απόφυγε να δεις τηλεόραση ή να χαζέψεις στον υπολογιστή**. Αυτή η συνήθεια σε κουράζει πνευματικά χωρίς να το καταλαβαίνεις.

❖ **ΜΕΤΑ ΤΗ ΜΕΛΕΤΗ**

➤ Όπου συναντάς δυσκολία, **ζήτα βοήθεια** από τον/την εκπαιδευτικό, τον γονέα, ένα/μια συμμαθητή/τρια.

➤ Φρόντιζε να **επανερχεσαι με διάφορους τρόπους** (με επαναλήψεις, με μελέτη ποικίλων πηγών, με τη συζήτηση, με εμβάθυνση) σε ό,τι έχεις ήδη μελετήσει, για να το διατηρείς έτσι ενεργό στη μνήμη σου.

➤ **Φτιάξε ιστορίες** με όσα έχεις μάθει! Το μάθημα της ιστορίας είναι κατάλληλο για σενάρια! Πρόσεξε μόνο μην μπερδέψεις την πραγματική ιστορία με τη φανταστική, γιατί τότε ... θα αντιμετωπίσεις τη δυσπιστία του καθηγητή σου στο σχολείο!



Η μελέτη των μαθημάτων όπως τα Μαθηματικά, η Χημεία, η Βιολογία, η Φυσική είναι διαφορετική από εκείνη των φιλολογικών μαθημάτων. Στα πρώτα δεν μπορείς απλά να παπαγαλίσεις τις πληροφορίες, αλλά πρέπει να τις αναλύσεις και να τις κατανοήσεις για να τις συγκρατήσεις. Κυρίως πρέπει να καταλάβεις τη λειτουργία και τη χρησιμότητά τους. Έτσι λοιπόν πρέπει να επιστρατεύσεις το κριτικό σου πνεύμα στη μελέτη τους ακόμα περισσότερο από ό, τι στα θεωρητικά- φιλολογικά μαθήματα (που και εκεί χρειάζεται ωστόσο). Δώσε λοιπόν προσοχή στις παρακάτω συμβουλές:

- Διάβαζε **αργά και προσεκτικά**.
- **Μην προχωράς στο επόμενο** αν δεν έχεις καταλάβει το προηγούμενο.
- Διάβαζε **κομμάτι – κομμάτι** έτσι ώστε να συνδέεις τις πληροφορίες και να βγαίνει νόημα.
- Αν δυσκολεύεσαι να κατανοήσεις αυτό που διαβάζεις, κάνε ένα μικρό διάλειμμα και **ξαναπροσπάθησε με καθαρό μυαλό**.
- Κράτα **σημειώσεις** σε ένα τετράδιο για ό,τι παράξενο συναντάς και θέλεις διευκρινίσεις ή πρέπει να το θυμηθείς.
- Προσπάθησε **να συνδέεις τις νέες πληροφορίες με εικόνες ή λέξεις ή πληροφορίες που ήδη ξέρεις** έτσι ώστε να τις συγκρατήσεις πιο εύκολα.
- Αξιοποίησε τις **εικόνες, τα διαγράμματα, τους πίνακες** του βιβλίου σου ή φτιάξε τους δικούς σου για να σχηματοποιήσεις τη νέα γνώση.
- Κωδικοποίησε τις πληροφορίες με **σύμβολα**, είναι πιο εύκολη η απομνημόνευση έτσι.
- Αξιοποίησε **εποπτικό υλικό από βίντεο, παιχνίδια, πειράματα** κ.α. για να κατανοήσεις καλύτερα τα δύσκολα μαθήματα.
- Μην ξεχνάς να έχεις **υπομονή και να διαβάζεις με συνέπεια και συστηματικό ρυθμό**. Με αυτόν τον τρόπο θα δεις ότι σιγά- σιγά θα εξοικειωθείς με τις βασικές έννοιες των μαθημάτων και θα τα βρίσκεις όλο και πιο εύκολα.

ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ ΓΙΑ ΤΗ ΜΕΛΕΤΗ ΤΩΝ ΜΑΘΗΤΩΝ / ΤΡΙΩΝ

ΜΕ ΕΙΔΙΚΕΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΕΣ ΑΝΑΓΚΕΣ

Έχοντας επίγνωση των ιδιαιτεροτήτων κάποιων μαθητών/τριών, οι γονείς, οι φροντιστές ή οι εκπαιδευτικοί των παιδιών αυτών, εφόσον το επίπεδο της μαθησιακής τους ετοιμότητας το επιτρέπει, μπορούν να τους/τις υποστηρίξουν στη μελέτη τους ακολουθώντας τις παρακάτω γενικές συμβουλές:

- Διαμορφώστε ένα **κατάλληλο και ξεχωριστό περιβάλλον** για τη μελέτη (ησυχία, φωτισμός, όχι διασπαστικά ερεθίσματα κτλ.).
- Τηρήστε με **συνέπεια ένα ημερήσιο πρόγραμμα μελέτης**. Μην επιτρέπετε να ξεκινάει το παιδί το διάβασμα αργά το απόγευμα.
- **Οργανώστε καλά τα υλικά** της μελέτης για κάθε μάθημα.
- Βεβαιωθείτε ότι **η τσάντα του περιέχει τα τετράδια και τα βιβλία** που πρέπει σύμφωνα με το ημερήσιο πρόγραμμά του.
- Να χρησιμοποιείτε ένα **τετράδιο επικοινωνίας με το σχολείο**. Καλό είναι να γράφονται οι ασκήσεις και οι οδηγίες από τον/την καθηγητή/τρια.
- Να οριοθετείτε τις εργασίες και τη μελέτη με **τη χρήση χρονόμετρου**. Φροντίστε να παρέχετε ωστόσο **αρκετό χρόνο** για την ολοκλήρωση των εργασιών.
- Βοηθήστε το παιδί σας **να χωρίζει τις εργασίες του σε μικρότερα τμήματα**, έτσι ώστε η μελέτη να είναι πιο εύκολη και λιγότερο κουραστική.
- Φτιάξτε ένα **μακροπρόθεσμο συμβόλαιο με το παιδί**, πχ. μέχρι το τέλος της εβδομάδας, δίνοντάς του κατάλληλο κίνητρο έτσι ώστε να επιμείνει στην ολοκλήρωση του διαβάσματός του.
- Δίνετε ευκαιρίες για **τακτικά διαλείμματα για ξεκούραση και εκτόνωση**.
- Χρησιμοποιείτε **οπτικό υλικό**, διαγράμματα, εικόνες κ.α για τη σχηματοποίηση της γνώσης.
- Επικεντρωθείτε **στα σημεία- κλειδιά του κάθε μαθήματος**. Δώστε για μελέτη τις **περιλήψεις** των μαθημάτων.
- **Μειώστε τον όγκο** της μελέτης του παιδιού στο σπίτι.
- Προσφέρετε **ευκαιρίες για επιβράβευση και κίνητρα**.
- **Ενισχύστε και επαινέστε το παιδί σας** όταν προσπαθεί και ολοκληρώνει τις εργασίες του.
- **Βοηθήστε το παιδί στην αρχή της μελέτης**, με το να διαβάζετε μαζί τις οδηγίες και κάνοντας μαζί τα πρώτα βήματα. Στη συνέχεια **παρατηρήστε** το παιδί καθώς προχωρά στην επόμενη άσκηση και **διακριτικά αποστασιοποιηθείτε** ή απομακρυνθείτε. Παρακολουθήστε το παιδί και **δώστε ανατροφοδότηση**, χωρίς να κάνετε όλη τη δουλειά μαζί. **Ο στόχος είναι να αυτονομηθεί σταδιακά**.
- Να παρέχετε βοήθεια στο να επισημαίνετε και να διορθώνετε τα λάθη με υποστηρικτικό και **όχι επικριτικό τρόπο**.
- **Προσαρμόστε τις απαιτήσεις σας στις δυνατότητες του παιδιού**.
- Βοηθήστε το παιδί **στην προετοιμασία των τεστ**. Μελετήστε μαζί. Εξετάστε το με διάφορους τρόπους (κλειστές- ανοιχτές ερωτήσεις / αναδιήγηση κ.α.)

- **Δεν χρειάζεται να παραδίδουν τέλειες τις εργασίες τους**, μην μπαίνετε στη διαδικασία να τις διορθώνετε. Θυμηθείτε ότι έτσι δυσκολεύονται να αυτονομηθούν και να εμπλακούν ενεργά, δημιουργικά και με αυτοπεποίθηση στη μάθηση.
- Δουλέψτε για συγκεκριμένο χρονικό διάστημα και μετά σταματήστε. **Μην αναγκάζετε το παιδί να αφιερώνει υπερβολικό χρόνο στη σχολική μελέτη**. Αν δείτε ότι διάβασε αρκετά κι έχει κουραστεί, ακόμα και αν δεν έχει ολοκληρώσει, σταματήστε. **Γράψτε ένα σημείωμα στο δάσκαλο / καθηγητή.**
- **Ενημερώστε** τον δάσκαλο / καθηγητή για τις δυσκολίες και τις προσπάθειες που καταβάλλει το παιδί καθώς και για το χρόνο που χρειάζεται για να υλοποιήσει τις εργασίες του.
- Βοηθήστε στη μείωση και **στη διαχείριση του άγχους** και της χαμηλής **αυτοαντίληψης** των παιδιών.
- Αξιοποιήστε την **πληκτρολόγηση των εργασιών** του σε περίπτωση που έχει δυσγραφία. **Ο αυτόματος διορθωτής** κειμένου μπορεί να απαλλάξει το παιδί από το άγχος των ορθογραφικών λαθών.
- Επικοινωνήστε με **σαφήνεια** με το παιδί. Προσπαθήστε να είστε **συνεπείς**. Προσπαθήστε να είστε **υπομονετικοί**.
- Δώστε του την ευκαιρία να ασχοληθεί με τις **αγαπημένες του δραστηριότητες**.
- **Προστατέψτε** το παιδί από την αρνητική επίδραση τρίτων που πιθανόν να ενοχλούνται από τη συμπεριφορά του.
- **Αποδεχτείτε τα όρια του παιδιού σας**. Κάθε παιδί **χρειάζεται την αγάπη και την αποδοχή των σημαντικών προσώπων του περιβάλλοντός του**.

ΕΙΔΙΚΟΤΕΡΕΣ ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ ΓΙΑ ΤΗ ΜΕΛΕΤΗ ΜΑΘΗΤΩΝ/ΤΡΙΩΝ ΜΕ ΑΥΤΙΣΜΟ

- Προειδοποιήστε το παιδί για **τυχόν αλλαγές** στην καθημερινή ρουτίνα.
- Παρέχετε βοήθεια στην **γενίκευση της γνώσης**.
- Βοηθήστε το παιδί να μαθαίνει από τα λάθη του.
- Αξιοποιήστε τη φαντασία και τα **ιδιαιτέρως ενδιαφέροντα** του παιδιού στην συγκράτηση και την κατανόηση της νέας ύλης.
- **Εμπλουτίστε τα ενδιαφέροντα του παιδιού** έτσι ώστε να μην προσκολλάται στα ίδια συνεχώς.
- Δώστε ευκαιρίες για ομαδική **εργασία σε δυάδες** με κάποιο άλλο παιδί, για να ενισχυθεί η κοινωνική του αλληλεπίδραση.
- Αξιοποιήστε **κοινωνικές ιστορίες ή κάρτες με εικόνες** για την εκμάθηση **κανόνων συμπεριφοράς** ή για την κατανόηση **συναισθημάτων**.
- Δώστε **ευκαιρίες για προφορική έκφραση, διάλογο** και ενισχύστε την ολοκληρωμένη έκφραση από την πλευρά του παιδιού.
- Προσφέρετε **πρότυπα μίμησης** για την εκτέλεση των εργασιών του ή για την εκπαίδευση σε μια επιθυμητή συμπεριφορά.
- Αξιοποιήστε την αποκτηθείσα γνώση ως **ευκαιρία για κοινωνική συναλλαγή**.
- Δώστε έμφαση στο να εξελίξει το παιδί κυρίως τις γνώσεις και τις δεξιότητές του στο **πραγματολογικό επίπεδο της γλώσσας, στην ενσυναίσθηση, στις κοινωνικές δεξιότητες και στα συναισθήματα**.
- Αξιοποιήστε **το χιούμορ** των παιδιών.

- Ενισχύστε **την ευελιξία** στην επίλυση προβλημάτων. Δώστε **εναλλακτικούς τρόπους** σκέψης και δράσης.
- Υποστηρίξτε το παιδί στο να διαχειρίζεται **την κριτική και το λάθος**. Αποτρέψτε το από την τελειομανία.
- Βοηθήστε το παιδί στο να διαχειρίζεται το άγχος του με **τεχνικές χαλάρωσης**.
- Παίξτε μαζί του **παιχνίδια ρόλων** (Role – Playing) για την ενίσχυση επιθυμητών τρόπων συμπεριφοράς και της ενσυναίσθησης.
- **Παρατηρήστε τι είναι αυτό που ευχαριστεί ή δυσαρεστεί** το παιδί και ενισχύστε ή απομονώστε το, ανάλογα.
- Παρατηρήστε **ποιες ανάγκες του παιδιού προκαλούν, ενισχύουν ή διατηρούν** μια συμπεριφορά, επιθυμητή ή ανεπιθύμητη.
- Αξιοποιήστε **λίγα και οικεία ερεθίσματα** για την ενίσχυση του παιδιού, **αρχικά**.
- Προσπαθήστε **να σταματήσετε τις ανεπιθύμητες συμπεριφορές / στερεοτυπίες στην αρχή** της εκδήλωσής τους με **το να στρέψετε με ψυχραιμία την προσοχή του παιδιού αλλού**, σε δραστηριότητες που αντικαθιστούν τις όποιες αρνητικές συμπεριφορές.
- **Εμπλουτίστε σταδιακά τα κίνητρα** και τις επιθυμητές συμπεριφορές από το παιδί.
- Δώστε **έμφαση στις επιθυμητές** και λιγότερο στις ανεπιθύμητες συμπεριφορές.
- Διατηρήστε μια **σταθερότητα στο μάθημα** του παιδιού στο σπίτι, **ως προς τη συχνότητα, τη μεθοδολογία, τη διάρκεια και τα πρόσωπα που εμπλέκονται**.
- Ενισχύστε το παιδί **να διακρίνει το θέμα από τις λεπτομέρειες** σε ένα μάθημα/ κείμενο, **να αποκτά σφαιρική αντίληψη** και να εξαγάγει **συμπεράσματα**.
- **Συντονιστείτε από κοινού σε όμοιες τακτικές και σε συνεννόηση** διαρκή με τους **θεραπευτές και τους εκπαιδευτικούς του παιδιού**.

ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΝΙΣΧΥΣΗ ΤΗΣ ΑΝΑΓΝΩΣΗΣ

- **Δώστε έμφαση στην αναγνωστική ευχέρεια του παιδιού με τους παρακάτω τρόπους:**
 - Δίνοντάς του **λίστες με πολυσύλλαβες λέξεις ή λέξεις με συμφωνικά συμπλέγματα**. Αξιοποιήστε τις καρτέλες – αστραπή (flash –cards) για την απομνημόνευση των δύσκολων λέξεων.
 - Εκπαιδεύοντάς το **να διαβάζει αργά και σωστά** την κάθε πρόταση δίνοντας χρόνο στον εαυτό του για να την κατανοήσει πριν προχωρήσει στο υπόλοιπο κείμενο.
 - **Εμπλουτίζοντας το λεξιλόγιό του** με την εκμάθηση **συνώνυμων –αντώνυμων** και **ομόηχων** λέξεων, με την εξοικείωση στη **χρήση λεξικού**, με τη δημιουργία **προσωπικού λεξικού** και με την δημιουργία **οικογενειών λέξεων** .
 - Ενισχύστε το να **διαβάζει παραπάνω από μια φορά το ίδιο κείμενο** με υπομονή.
 - Μπορείτε να διαβάζετε **από κοινού** κάποιο μεγάλο σε έκταση ή κάποιο σύνθετο σε νόημα κείμενο, για να αποφεύγεται η κούραση και να διατηρείται η προσοχή.

- Δώστε έμφαση στον σωστό χρωματισμό των προτάσεων και των λέξεων για να ολοκληρώνεται το νόημα. Βοηθά η αλληλεπιδραστική φωναχτή, «θεατρική» ανάγνωση διαλογικών κειμένων / αποσπασμάτων.
- **Δώστε έμφαση στην ανάγνωση με σκοπό την κατανόηση με τους παρακάτω τρόπους:**
- Μπορείτε να διαβάζετε τις ερωτήσεις που συνοδεύουν το κείμενο πριν την ανάγνωση, έτσι ώστε να επεξεργαστεί το νόημά του πιο στοχευμένα και αποτελεσματικά.
 - Αν δεν υπάρχουν ερωτήσεις για το κείμενο, μπορείτε να θέσετε μαζί του υποθέσεις ξεκινώντας από τον τίτλο του και να τις ελέγξετε μετά την ανάγνωση.
 - **Ενεργοποιήστε το ενδιαφέρον του για το θέμα του** κειμένου συζητώντας μαζί του για ό, τι γνωρίζει σχετικά.
 - Ενισχύστε το παιδί να είναι ενεργητικό στη μελέτη του, **σημειώνοντας λέξεις-κλειδιά, κρατώντας πλαγιότιτλους ή φτιάχνοντας δικά του σχεδιαγράμματα με τις βασικές ιδέες.**
 - Μετά την ανάγνωση **διατυπώστε κάποιες βασικές ερωτήσεις** που εμπεριέχουν τις κεντρικές ιδέες του κειμένου που πρέπει να συγκρατήσει.
 - Δώστε έμφαση στις **στρατηγικές κατανόησης άγνωστων λέξεων** με την **ανάλυσή τους στα συνθετικά τους μέρη, με την κατανόηση των συμφραζομένων.**
 - Τονίστε την χρησιμότητα του να διαβάζει και να κατανοεί προσεκτικά τις **οδηγίες των ασκήσεων.**
 - Μάθετε το παιδί να αξιοποιεί **τα δομικά μέρη του κειμένου** (πρόλογο-κυρίως θέμα – επίλογο) και της παραγράφου (θεματική πρόταση – λεπτομέρειες – κατακλείδα), όπως και τις **συνδεδεμένες λέξεις** που βοηθούν στην αποκωδικοποίηση του νοήματος.
- **Καλλιεργήστε τη χαρά στην ανάγνωση με τους παρακάτω τρόπους:**
- Με **ειδικές ασκήσεις- παιχνίδια** που μπορείτε να βρείτε σε έντυπη ή ηλεκτρονική μορφή.
 - Με την **αλληλεπιδραστική μελέτη λογοτεχνικών κειμένων** ανάλογων των ενδιαφερόντων του παιδιού.
 - Με την **χρησιμοποίηση ηχογραφημένων εξωσχολικών βιβλίων** για την καλλιέργεια λεξιλογίου αλλά και προσδοκιών για την ολοκλήρωση ενός κειμένου.
 - Με την **ανάγνωση σύντομων αστείων ιστοριών, ανέκδοτων ή γρίφων.**
 - Με το να δίνετε το **καλό παράδειγμα** εσείς πρώτοι.
 - Με το να δείχνετε **χιούμορ και ανεκτικότητα στα λάθη** τόσο στου παιδιού όσο στα δικά σας.

- Ενισχύστε τις δεξιότητες γραφής με τους παρακάτω τρόπους:
- Δώστε έμφαση **πρώτα στο περιεχόμενο** και έπειτα στην έκφραση και την ορθογραφία.
 - Κατευθύνετε το παιδί έτσι ώστε **πρώτα να περιγράψει / αφηγείται / εξηγεί προφορικά** το περιεχόμενο των σκέψεών του και έπειτα να τις περνάει στο χαρτί.
 - Ενισχύστε τις **ευκαιρίες για γραπτή έκφραση**, χωρίς να επισημαίνετε τα λάθη. Παροτρύνετέ το **να κρατά σημειώματα**, να κρατά **ημερολόγιο**, να γράφει ποιήματα, ιστορίες κ.α. Έτσι **θα ξεπεράσει σταδιακά την άρνηση** που πιθανόν έχει απέναντι στο γράψιμο.
 - Βοηθήστε το παιδί **σταδιακά να μάθει να οργανώνει τις σκέψεις του, κρατώντας σημειώσεις / σχεδιάγραμμα πριν τη συγγραφή**, παρακολουθώντας τη διαδικασία με προσοχή, **χωρίζοντας σε παραγράφους** το κείμενό του, τηρώντας **σωστή δομή (αρχή – μέση και τέλος)** τόσο στην κάθε παράγραφο ξεχωριστά όσο και σε ολόκληρο το κείμενο και χρησιμοποιώντας **κατάλληλες συνδετικές λέξεις ανάμεσα στις προτάσεις και τις παραγράφους**.
 - Καθοδηγήστε το παιδί **στην αυτό - διόρθωση στο τέλος της συγγραφής**. Βασικοί άξονες -ερωτήσεις είναι : « τι ήθελα να γράψω – σε ποιον απευθύνομαι - με ποια σειρά – με ποιες εκφράσεις – πέτυχα το σκοπό μου – τι πρέπει να διορθώσω, να σβήσω, να προσθέσω; - μου αρέσει αυτό που έγραψα;».
 - Τελευταίο στάδιο της αυτό - διόρθωσης αφήστε τα ορθογραφικά λάθη, τη στίξη ή όποια άλλα λάθη στην εικόνα του γραπτού παρουσιάζει, έτσι **ώστε να είναι κατανοητό και ευανάγνωστο**.
 - Βοηθήστε το παιδί να καταλάβει ότι είναι χρήσιμο μετά τη διόρθωση του καθηγητή / τριας **να ξαναγράψει το κείμενο μια δεύτερη φορά** προσπαθώντας να κάνει όσο λιγότερα λάθη γίνεται.
 - Εμπλουτίστε τις **ιδέες και τα επιχειρήματα** του παιδιού με τη μελέτη σχεδιαγραμμάτων, άρθρων, δοκιμιακών κειμένων. Βοηθήστε το να καταλάβει ότι πρέπει να αναπτύσσει ολοκληρωμένα τις ιδέες του για να είναι κατανοητές και πειστικές.
 - Δείξτε **του παραδείγματα γραπτών εκθέσεων** από βοηθήματα.
 - Ξεκινήστε να **γράφετε από κοινού** ένα κείμενο και αφήνετέ του το χώρο **να ολοκληρώνει μια πρόταση αρχικά και έπειτα μια παράγραφο**, να επιλέγει τις κατάλληλες λέξεις, συνδέσμους κ.α. **Σταδιακά θα μάθει να λειτουργεί μόνο του**.
 - Αφήστε το παιδί να εκφράζει **ελεύθερα αλλά κόσμια την άποψή του, πάντα σε σχέση με το θέμα και το επικοινωνιακό πλαίσιο που του ζητείται** και τονίστε τη σημασία της **ορθής και ολοκληρωμένης τεκμηρίωσης**.
 - **Κρατείστε ένα φάκελο με τη δουλειά του παιδιού** για να ανατρέχει σε αυτόν, να βλέπει την πρόοδό του και **να νιώθει περήφανο** για την προσπάθειά του.

ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΝΙΣΧΥΣΗ ΤΗΣ ΟΡΘΟΓΡΑΦΙΑΣ

- Φτιάξτε μαζί με το παιδί ένα **προσωπικό λεξικό**, όπου θα σημειώνετε κάθε φορά και μια καινούρια, παράγωγη ή σύνθετη, λέξη **στην κατάλληλη οικογένεια**. Έτσι θα εξοικειωθεί σιγά - σιγά με τη θεματική ορθογραφία και θα απομνημονεύει ολοένα και περισσότερες λέξεις.
- Δίνετε την ευκαιρία στο παιδί **να χρησιμοποιεί τις νέες λέξεις που μαθαίνει** σε προτάσεις, μηνύματα, σημειώματα, κ.α.
- Βοηθήστε το παιδί στις μικρές ηλικίες να συγκρατήσει **την ορθογραφία βασικών λέξεων ή καταλήξεων με πολυ - αισθητηριακούς τρόπους**, με παιχνίδια, με κάρτες, με πλαστικά γράμματα, με πίνακες στον τοίχο του δωματίου.
- Παίξτε με το παιδί παιχνίδια που βοηθούν την ορθογραφία, όπως **κρεμάλα, σταυρόλεξα κ.α.**
- Βοηθήστε το παιδί **να συνδέσει οπτικά την θεματική ορθογραφία μιας νέας λέξης δημιουργώντας συνειρμούς**, ζωγραφίζοντας το θέμα, φτιάχνοντας μικρές ιστορίες.
- Αξιοποιήστε **χρώματα, μαρκαδόρους, πλαστελίνες, ψαλίδια** και άλλα υλικά για να κάνετε την ορθογραφία παιχνίδι.
- Βοηθήστε το παιδί στο να τηρεί τους **κανόνες της καταληκτικής ορθογραφίας** με την υπενθύμιση των γραμματικών κανόνων και την εξάσκηση.
- Αξιοποιήστε το υλικό που υπάρχει σε προγράμματα και **παιχνίδια ορθογραφίας στο διαδίκτυο**.
- Αξιοποιήστε **την ετυμολογία των λέξεων** για να συνδέει την εικόνα της λέξης με το νόημά της.
- Φτιάξτε **λίστες με ομόηχες λέξεις** για να τις ξεχωρίζει όταν τις συναντά στο γραπτό λόγο.
- Μάθετε το παιδί **να χωρίζει τις λέξεις στα συνθετικά τους μέρη και να διακρίνει τις καταλήξεις ή τα προθήματα**.
- Φτιάξτε **λίστες με τις πιο συχνά χρησιμοποιούμενες προθέσεις, επιρρήματα, συνδέσμους** και επιμείνετε διακριτικά στην επανάληψη και την εκμάθησή τους.
- Ενισχύστε το παιδί να γράφει μια λέξη **ψιθυρίζοντάς την γράμμα- γράμμα ή συλλαβή – συλλαβή**, έτσι ώστε να την αποδίδει ολοκληρωμένη φωνολογικά.
- Διδάξτε το παιδί **να ελέγχει στο τέλος το γραπτό του για τυχόν ορθογραφικά λάθη**, για λάθη τονισμού ή στίξης.
- **Επιμείνετε στην αξία που έχει ένα άρτιο πρώτα απ' όλα περιεχόμενο και έκφραση και στο τέλος στην ορθογραφία**.
- Όταν πρέπει το παιδί να γράψει πολλές και δύσκολες εργασίες , για να μην αισθάνεται άβολα με τα ορθογραφικά λάθη, μπορείτε να το προτρέψετε να χρησιμοποιήσει τον **ορθογραφικό έλεγχο του ηλεκτρονικού κειμενογράφου**. Αυτή πρέπει να είναι όμως **μια προσωρινή λύση**, γιατί αλλιώς μπορεί να λειτουργήσει ως εμπόδιο στην προσπάθειά του να γράφει ορθογραφήμενα.
- **Μην κουράζετε το παιδί με πολλούς κανόνες**, σεβαστείτε το **όριό του** όπως και τις **προτεραιότητες σε όσα έχει να μάθει** και να συγκρατήσει στη μνήμη του. Άλλη είναι η ιεράρχηση των προτεραιοτήτων στο Δημοτικό, άλλη στο Γυμνάσιο και στο Λύκειο, όπου ο φόρτος εργασίας μεγαλώνει.

- Εξασφαλίστε την **ενεργητική συμμετοχή** του παιδιού σας στη μελέτη **προκαλώντας το ενδιαφέρον του**, με το να εξηγείτε **πρακτικές ανάγκες της καθημερινής ζωής** που σχετίζονται κάθε φορά με την ύλη των μαθηματικών.
- Για τις μικρές ηλικίες (π.χ. του Δημοτικού) παρουσιάστε τις μαθηματικές έννοιες **πρώτα πρακτικά, έπειτα με εικόνες και στο τέλος με σύμβολα**.
- Χρησιμοποιείτε **ποικιλία υλικών και αισθήσεων** για την πλήρη κατανόηση των νέων γνώσεων.
- Δίνετε **παραδείγματα** στις ασκήσεις για επανάληψη ή μίμηση από το παιδί.
- Βοηθήστε το παιδί **να αυτοματοποιήσει τις πράξεις με πολλή εξάσκηση**. Αξιοποιήστε **παιχνίδια και τη θετική ενίσχυση** του παιδιού για να μην νιώθει ανία σε αυτή του την προσπάθεια.
- **Να συνδέετε κάθε νέα γνώση με τις προηγούμενες**.
- Να οδηγείτε το παιδί σταδιακά **από το πιο εύκολο κομμάτι** της ύλης **στο πιο δύσκολο**, από τους μικρότερους αριθμούς στους μεγαλύτερους κ.τ.λ.
- Προσπαθήστε να εξοικειώσετε το παιδί **με τη γλώσσα και τα σύμβολα** των μαθηματικών. Δώστε **πολλαπλά παραδείγματα του μαθηματικού λεξιλογίου** (π.χ. αφαιρώ, βγάζω, μειώνω, κόβω κ.τ.λ.)
- **Διδάξτε στρατηγικές απομνημόνευσης** . Για παράδειγμα: την λεκτική επανάληψη και την αυτό - καθοδήγηση, την κατηγοριοποίηση των δεδομένων και των ζητούμενων στην επίλυση ενός προβλήματος, την σημείωση του κρατούμενου ή του αποτελέσματος μιας πράξης, την αναπαράσταση του προβλήματος με εικόνες / πίνακες / σχεδιάγραμμα).
- **Διδάξτε στρατηγικές επίλυσης προβλημάτων**. Για παράδειγμα με τη χρήση χειροπιαστών υλικών για την αναπαράσταση του προβλήματος, με την παράφραση της διατύπωσης του προβλήματος, την αναγνώριση, την κατηγοριοποίηση και την σειροθέτηση των πληροφοριών του προβλήματος, τη σημείωση σημαντικών πληροφοριών, τη γραφική του αναπαράσταση, το σχεδιασμό της λύσης, τον εντοπισμό των πράξεων που απαιτούνται για την επίλυσή του, τον έλεγχο της λογικότητας της απάντησης , τον έλεγχο του αποτελέσματος των πράξεων με τη βοήθεια μιας αριθμομηχανής.
- Υποστηρίξτε τη **γενίκευση της μάθησης** με το να παρουσιάζετε μια ποικιλία περιστάσεων από την καθημερινή ζωή όπου το παιδί θα χρειαστεί να αξιοποιήσει τις γνώσεις του ή να επιλύσει προβλήματα μαθηματικών.
- Προωθήστε τη **θετική στάση του παιδιού** προς τα μαθηματικά με το να αποφεύγετε τις περιπτώσεις αποτυχίας, με το να επαινείτε τις επιτυχίες αλλά και τις προσπάθειές του, με το να έχετε κι εσείς θετική στάση απέναντι στα μαθηματικά, με το να δείχνετε ειλικρινή πίστη στις δυνατότητες του παιδιού.
- **Παρακολουθείτε τακτικά την πρόοδο** του παιδιού σας στα μαθηματικά και προσπαθήστε **να καλύπτονται τα όποια κενά** παρουσιάζονται.

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

- Atwood T. (2012), *Σύνδρομο Asperger: Ένας πλήρης οδηγός*, Αθήνα: Πεδίο
- Αγαλιώτης Ι. (2009), *Μαθησιακές δυσκολίες στα μαθηματικά: Αιτιολογία, Αξιολόγηση, Αντιμετώπιση*, Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα
- Αδαλόγλου Κ. (2007), *Η γραπτή έκφραση των μαθητών: Προτάσεις για την αξιολόγηση και τη βελτίωσή της*, Εκδόσεις Κέδρος
- Αναστασίου Δ. (1998), *Δυσλεξία: Θεωρία και έρευνα, όψεις πρακτικής*, Αθήνα: Ατραπός
- Γενά Α. (2002), *Αυτισμός και διάχυτες αναπτυξιακές διαταραχές*, Αθήνα: Συγγραφέας
- Δελημούδη Ι. (2011), «*Δεξιότητες μελέτης και στρατηγικές μάθησης: η οπτική εφήβων με δυσλεξία για τη διαδικασία της μελέτης*», (Μεταπτυχιακή εργασία), Ανακτήθηκε από: <http://ikee.lib.auth.gr/record/128493/files/GRI-2012-8015.pdf>
- Καλαντζή - Αζίζι Α. (1999), *Εφαρμοσμένη κλινική ψυχολογία στο χώρο του σχολείου*, Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα
- Κάκουρος Ε. – Μανιαδάκη Κ. (2016) *Η διαχείριση της ΔΕΠ-Υ: Από τη θεωρία στην πράξη*, Gutenberg
- Κωσταρίδου- Ευκλείδη Α. (2005): *Μεταγνωστικές διεργασίες και Αυτορρύθμιση*, Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα
- Μαυρομμάτη Δ. (2004), *Η διδασκαλία της ορθογραφίας με εικονογραφήματα σε παιδιά με δυσλεξία*, Έκδοση της συγγραφέως
- Παντελιάδου Σ. (2000): *Μαθησιακές δυσκολίες και εκπαιδευτική πράξη: Τι και γιατί*, Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα
- Παντελιάδου Σ. – Πατσιοδήμου Α. – Μπότσας Γ. (2004), *Οι μαθησιακές δυσκολίες στη Δευτεροβάθμια Εκπαίδευση*, Ανακτήθηκε από: http://edugate.minedu.gov.gr/amea/prakseis_ereaeek/MD_ereaeek.pdf
- Παντελιάδου Σ. - Μπότσας Γ. (2007), *Μαθησιακές δυσκολίες: Βασικές έννοιες και χαρακτηριστικά*, Θεσσαλονίκη: Γράφημα.
- Παντελιάδου Σ. – Αντωνίου Φ. (2008), *Διδακτικές προσεγγίσεις και πρακτικές για μαθητές με μαθησιακές δυσκολίες*, Θεσσαλονίκη: Γράφημα.
- Παρασκευόπουλου Ι. Ν. (1980), *Νοητική Καθυστέρηση*, Αθήνα: Ιδιωτική έκδοση
- Μαγκούτη Ζωή, Μπαλκίζας Νικόλαος, Μπελεγράτη Χρυσάνθη, Παπαστάθη Χρυσούλα - Χρυσοβαλάντου, Υφαντή Ελένη, Dr Παπαπέτρου Σάββας (2012), *Διδακτικές Τεχνικές Στήριξης Μαθητών με Μαθησιακές Δυσκολίες στην Ανάγνωση*, Περιοδικό: Παιδαγωγικό

ιδεοδρόμιο, Ανακτήθηκε από:

<https://users.sch.gr/nikbalki/files/Publications/Ideodromio3.pdf>

Πόρποδας Κ.Δ. (1997), *Δυσλεξία: η ειδική διαταραχή στη μάθηση του γραπτού λόγου (Ψυχολογική θεώρηση)*, Αθήνα: Συγγραφέας

Πόρποδας Κ.Δ. (2002), *Η ανάγνωση*, Πάτρα: Συγγραφέας

Πόρποδας Κ. (επιμ.) (2003), *Διαγνωστική αξιολόγηση και αντιμετώπιση των μαθησιακών δυσκολιών στο δημοτικό σχολείο (Ανάγνωση, Ορθογραφία, Δυσλεξία, Μαθηματικά)*, Ανακτήθηκε από:

http://edugate.minedu.gov.gr/amea/prakseis_epeaek/diagnostikh_aksiologish_math_dyskolion.pdf

Πόρποδας, Κ. (επιμ.) (2005), *Εκπαιδευτικές προσεγγίσεις και υλικό για την αξιολόγηση και την αντιμετώπιση των μαθησιακών δυσκολιών των μαθητών του Δημοτικού Σχολείου*, Ανακτήθηκε από:

http://edugate.minedu.gov.gr/amea/prakseis_epeaek/yliko_gia_aksiologish_math_dyskolion.pdf

Ρασιδάκη Χ. – Παντελή Σ. (1999), *Επιτυχία σε πρώτο πλάνο: Πώς να κερδίσεις το παιχνίδι στο σχολείο*, Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.

Σαλβαράς Γ.Κ. (2019), *Διδασκαλία παιδιών με ειδικές ανάγκες στο συνηθισμένο σχολείο*, Αθήνα: Γρηγόρη

Τζουριάδου Μ. (επιμ.) (2008), *Προσαρμογές αναλυτικών προγραμμάτων για μαθητές με μαθησιακές δυσκολίες*, Ανακτήθηκε από:

<http://repository.edulll.gr/edulll/retrieve/3268/957.pdf>

ΥΠ.Ε.Π.Θ. – Παιδαγωγικό Ινστιτούτο – Τμήμα Ειδικής Αγωγής (2004), *Αναλυτικά προγράμματα σπουδών για μαθητές με ελαφριά και μέτρια νοητική υστέρηση*, Ανακτήθηκε από:

http://www.pischools.gr/special_education_new/html/gr/8emata/analytika/analytika.htm

ΔΙΚΤΥΟΓΡΑΦΙΑ

<https://teachnews.gr/pyxologia-symvouleftikh/item/514-symvoules-gia-thn-organwsh-meleths-toy-paidiou>

<https://www.paidiatros.com/paidi/mathisi-sxoleio/meleti-paidi>

<https://adhdhellas.org/ekpaidefsi/ekpaideftikoi/item/523-to-kalytero-systima-meletis-sto-spiti-gia-mathites-me-depy>

<http://prosvasimo.iep.edu.gr/>

<http://prosvasimo.iep.edu.gr/EDEAY/%CE%9F%CE%B4%CE%B7%CE%B3%CF%8C%CF%82%20%CE%B5%CE%BE%CE%B1%CF%84%CE%BF%CE%BC%CE%B9%CE%BA%CE%B5%CF%85%CE%BC%CE%AD%CE%BD%CE%BF%CF%85%20%CF%80%CF%81%CE%BF%CE%B3%CF%81%CE%>

[AC%CE%BC%CE%BC%CE%B1%CF%84%CE%BF%CF%82%20%CE%B3%CE%B9%CE%B1%20%CF%80%CE%B1%CE%B9%CE%B4%CE%B9%CE%AC%20%CE%BC%CE%B5%20%CE%91%CF%85%CF%84%CE%B9%CF%83%CE%BC%CF%8C%20 FINAL.pdf](#)