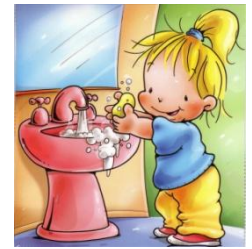
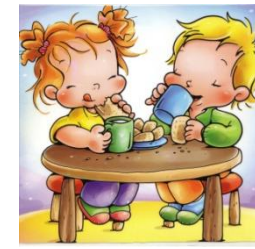


# Jak pomóc dziecku w opanowaniu umiejętności niezbędnych do funkcjonowania w przedszkolu



## Korzystanie z toalety

Zanim maluch pójdzie do przedszkola, powinien w domu uczyć się samodzielnego wycierania pupy, spuszczenia wody oraz mycia rąk przed wyjściem z toalety.

- ✓ Nie ubieraj dziecka w rzeczy trudne do założenia lub zdjęcia, ponieważ to spowoduje, że będzie niechętnie chodziło do toalety samo, mając świadomość, że i tak będzie musiało poprosić Panią o pomoc w ubieraniu się. Czasami przedszkolak tak jest zajęty zabawą, że do toalety "biegnie" w ostatniej chwili i nie zdąży zdjąć ubranka, które ma "trudne" zapięcie.
- ✓ Dodatkowo przygotuj zestaw ubrań na przebranie, które najczęściej zostawia się w szatni, ale zawsze mówi się o tym maluchowi. Będzie wiedział, że w razie „wypadku” nie musi chodzić w przemoczonym ubraniu.

## Zjadanie posiłków

Zanim pošlesz dziecko do przedszkola powinieneś mu pozwolić jeść samodzielnie w domu, mimo świadomości że ubrudzi siebie i wszystko dookoła. Ćwiczenie tej prostej, codziennej czynności pozwoli dobrze ją opanować, a co za tym idzie, zjadać posiłki z przyjemnością.

- ✓ Pokaż dziecku, jak uniknąć niepotrzebnych kłopotów w czasie jedzenia: naucz, gdzie postawić kubek, by go nie strącić, pokaż, jak usiąść przy stoliku, by było jak najmniej okazji do tego, że jedzenie spadnie na ubranie lub podłogę. Oczywiście w razie wyraźnych kłopotów poproś nauczyciela, by pomógł dziecku w tej czynności .

## Samodzielne ubieranie

Ucz dziecko samodzielności w czasie ubierania, będzie pewniejsze siebie gdy samodzielnie odniesie sukces (budujemy poczucie sprawstwa) i nie będzie czekało, aż ktoś je obsłuży.

- ✓ Pokaż, jak zakłada się poszczególne części garderoby, ale nie wyręczaj go w tym ani nie ponaglaj, gdy idzie mu to zbyt wolno.
- ✓ Ubieraj dziecko w mało „problematyczne” ubrania, bez sznurowadeł, małych guziczków, zamków działających w obie strony.
- ✓ Zakładanie każdej części garderoby pokaż dziecku oddzielnie i nie ucz wszystkiego naraz. Zaczynij od bielizny i skarpetek przechodząc do wierzchnich warstw - naucz się, w jakiej kolejności zakładać poszczególne części ubrań.
- ✓ Naucz również dziecko tego, że ubierasz je w kilka warstw ubrania i w razie potrzeby może np. zdjąć bluzę i zostać w koszulce z krótkim rękawkiem czy odwrotnie.

## Sygnalizowanie potrzeb

Dziecko 3-letnie powinno wiedzieć, że nauczyciel w przedszkolu ma pod swoją opieką prawie trzydzieścioro dzieci i jeśli maluch czegoś potrzebuje, powinien podejść do pani i jej o tym powiedzieć.

- ✓ Naucz malucha, że nie każdy jest w stanie rozpoznać jego potrzeby tak dobrze jak rodzic. Nie odgaduj, czego dziecko potrzebuje, zanim samo o tym pomyśli.
- ✓ Możesz przećwiczyć z dzieckiem w domu kilka przykładowych sytuacji, w których może ono potrzebować pomocy i nauczyc je, w jaki sposób o tym mówić.

Jeśli dziecko jest wyjątkowo nieśmiałe, w początkowym okresie pobytu w przedszkolu, możesz powiedzieć nauczycielowi o specyficznych potrzebach i zachowaniach dziecka, np. o tym że trzeba mu przypominać, by poszło do toalety. Może się to wydać zachowaniem zbyt nadopiekuńczym, ale dziecko w czasie zabawy często czeka do ostatniej chwili, a potem okazuje się, że poszło do łazienki za późno.

## Postępowanie się słownictwem w zakresie odpowiednim do wieku

Z reguły 3-latki są bardzo rozmowne- o wiele spraw pytają, o wielu opowiadają, komentują to co widzą w danej chwili.

- ✓ Pozwól dziecku mówić o emocjach, spostrzeżeniach, nawet jeśli słowa, których używa, są mało wyszukane. Pozwól dziecku się „rozgadać” na każdy temat, który samo zapoczątkuje. Nie kończ za niego zdań, daj chwilę, jeśli masz wrażenie, że maluchowi brakuje słowa.
- ✓ Nie poprawiaj dziecka, ale podpowiadaj mu nowe słowa i tłumacz, że np. deszcz może nazwać opadami deszczu, lub traktor ciągnikiem.

W wieku 3 lat dziecko powinno już prawidłowo wymawiać takie dźwięki, jak: a, o, e, i, y, ą, ę, p, m; zmiękczenia (pi, mi, ni) oraz trudniejsze dźwięki: f, t, d, n, ń, l (li), ś, ć, dź, k, g(ki, gi), ch, j. Nie należy się niepokoić, jeśli dziecko w wieku 3 lat nieprawidłowo stosuje niektóre dźwięki lub głoski, ma do tego prawo.

W wyrazach wielosylabowych, wyjątkowo dla dziecka trudnych, mogą się pojawić zabawne przestawienia głosek, np. sok "winogrowony" zamiast winogronowy, na miejscu serpentyny pojawi się "sempertyna". Tym także nie należy się niepokoić w przypadku 3-, a nawet 4-latka.

- ✓ Ponieważ dzieci uczą się przez naśladowanie, nie kopiuj w swoich wypowiedziach błędów, jakie popełnia dziecko, staraj się nie stosować zdrobnień. Jeśli dziecko ma swoje określenia na różne przedmioty czy czynności i tych określeń używa, ty jako dorosły, mówiąc do dziecka, określaj je w sposób właściwy. Maluch osłucha się z wymową i prawidłowym nazewnictwem.

Jeśli macie jakiegokolwiek wątpliwości, co do prawidłowości rozwoju mowy dziecka, skontaktujcie się z logopedą lub zasygnalizujcie problem nauczycielowi w przedszkolu. Uważna obserwacja dziecka pozwoli na fachową interwencję specjalisty w odpowiednim czasie, zanim nieprawidłowa mowa utrwali się lub problem pogłębi na tyle, że będzie trudny do rozwiązania.

## Skoncentrowanie się i skupienie uwagi na jednej czynności

Każdy rodzic wie, czy jego dziecko potrafi skupić się na określonej czynności lub zadaniu przez dłuższą chwilę. Jeśli tak nie jest, należy się najpierw zastanowić nad przyczyną- być może dana czynność jest nudna i przerasta możliwości dziecka albo ciągle ktoś lub coś dziecku przerywa, zbyt głośno gra telewizor lub muzyka i dziecko nie jest nauczone koncentracji wyłącznie na jednym. Trzeba pamiętać, że zdecydowana większość dzieci 3-letnich potrafi się skupić tylko kilkanaście minut. Jeśli mimo ciszy i spokoju dziecko nadal jest rozkojarzone, warto postarać się by w formie zabawy przedłużać dziecku czas koncentracji.

- ✓ Zanim zaczniemy czytać bajkę, podpowiedzmy maluchowi, żeby słuchał uważnie, bo potem będziecie rysowali portret głównego bohatera lub jedną z jego przygód.
- ✓ Zawsze, gdy dziecko wypełni zadanie, chwalmy je za wytrwałość. Nie ma znaczenia, czy dziecko układało puzzle, czy sprzątało. To, że znalazło w sobie dość siły, by dokończyć rozpoczętą czynność, jest wielkim osiągnięciem i wysiłkiem z jego strony.
- ✓ Doskonałym sposobem na ćwiczenie koncentracji jest oglądanie krótkich bajek lub czytanie książeczek. Jeśli wyjaśnimy dziecku, nie można robić przerw, „bo zapomni się, co było wcześniej”, maluch poczuje się zmotywowany i dołoży starań, by osiągnąć cel. Jeśli przedłużamy czas skupienia dziecka, można mu np. pokazać zegarek i powiedzieć: *Spójrz, czytamy dłużej niż wczoraj, a ty uważnie słuchałeś -jestem z ciebie dumna! Jeśli tak samo będziesz słuchał pani w przedszkolu to no pewno cię pochwali!*

## Posiada sprawność fizyczną stosowną do wieku

Poziom sprawności fizycznej dziecka zależy oczywiście od aktywności i bardzo różnie się kształtuje. Niektóre dzieci poruszają się z przesadną ostrożnością, która w większości wypadków wynika z ciągłych napomnień rodziców: *Uważaj, bo się pobrudzisz, Nie idź tam, bo nie dasz rady.*

- ✓ Pozwól dziecku na swobodę ruchową w każdej sytuacji w domu, na placu zabaw, w czasie spaceru - oczywiście pilnuj dziecka i asekuruj je w razie potrzeby, ale nie ograniczaj go. Wspieraj swoje dziecko i uświadom mu jego mocne strony, by uwierzyło w swoje możliwości.
- ✓ Spacerów nie wystarczy, by wszechstronnie rozwijać dziecko fizycznie - musi skakać, wspinać się, chodzić po równoważni, wchodzić na linę, biegać.

- ✓ Jeśli jakiś rodzaj aktywności fizycznej sprawia dziecku wielką trudność lub nie jest przez nie zbyt lubiany, poszukaj innego. Może dziecko, które nie lubi placu zabaw, chętniej pójdzie na zajęcia dla młodych piłkarzy, pływaków, karateków lub tancerzy.

W zakresie umiejętności manualnych- ucz dziecko prawidłowego trzymania sztućców, kredki, ołówka, chwytania kubka czy nożyczek.

- ✓ Staraj się wypracować precyzję ruchową rąk i dłoni poprzez nawlekanie koralików na żyłkę lub sznurek, ugniatanie i lepienie z plasteliny (modeliny), formowanie w paluszkach kulek z bibuły i przyklejanie ich na kartkę, rysowanie po śladzie konkretnych kształtów lub prostych szlaczków (atrakcyjne jest np. rysowanie kształtów w rozsypanej na stole mące lub układanie określonego kształtu z ziarenek fasoli).
- ✓ Pilnuj, by w czasie rysowania dziecko siedziało przy stole prosto i nie dopasowywało postawy ciała do kierunku rysowania. Kartkę papieru również powinno trzymać cały czas w jednej pozycji, bez „przekręcania”.

### Potrafi zostać samo, bez rodziców

Wybierz się z dzieckiem do przedszkola w czasie dnia otwartego, ale nie trzymaj go za rękę w momencie, gdy nauczyciel zaprosi maluchy do zabawy ze starszymi przedszkolakami.

- ✓ Przed pierwszym dniem w przedszkolu staraj się jak najczęściej zostawiać malucha pod opieką innych osób, które zna – dziadków, ciotki, mamy kolegi czy koleżanki. Wtedy dasz dziecku szansę, by przyzwyczyło się do twojej nieobecności, ale też nabrało pewności, że zawsze po nie wrócisz.
- ✓ Nie zostawiaj dziecka w obcym miejscu. Najpierw niech zostanie pod opieką innej osoby w swoim domu, potem w domu kolegi czy dziadków, a dopiero później w przedszkolu - nie należy pozbawiać dziecka wszystkich znanych czynników jednocześnie, bo zachwieje to jego poczuciem bezpieczeństwa.

**Jednak kiedy dziecko zacznie już chodzić do przedszkola, nie powinno się z nim tam zostawiać, maluch od pierwszego dnia powinien być samodzielny.**

## Zasady postępowania

- ✓ **Cierpliwość** - pośpiech, ponaglanie i ciągłe kontrolowanie czasu najbardziej utrudniają dzieciom naukę samodzielności.
- ✓ **Pozwolenie dziecku na pomyłki i popełnianie błędów** - pokażmy maluchowi kilka razy co i jak powinien robić, ale wymagajmy, by próbował sam. Nierzadko obserwujemy sytuacje gdy przedszkolak siedzi na ławce a dziadek na kolanach ubiera dziecko.
- ✓ **Wyrobienie w dziecku nawyków** sprzątania po sobie, dzielenia się zabawkami z rówieśnikami, udzielania pomocy czy sumiennego i starannego wykonywania poleceń ułatwi maluszkowi codzienne funkcjonowanie w przedszkolu. Angażuj dziecko w sprzątanie w domu (niech pomaga w wycieraniu kurzu), pilnuj, by rozpoczęte zajęcie doprowadziło do końca i sprawdzaj dokładność wykonania.
- ✓ **Zachęcaj dziecko do odkrywania świata na własną rękę**- tylko je ukierunkowuj. Jest to ważna zasada szczególnie wobec dzieci nieśmiałych, zamkniętych w sobie lub nieprzyzwyczajonych do rozstań z rodzicami.

