




# „CZYM SKORUPKA ZA MŁODU NASIAKNIĘ, TYM NA STAROŚĆ TRĄCI”

czyli

## opanowanie podstawowych nawyków przez dziecko w wieku przedszkolnym.

Podstawową i popularną formą aktywności dziecka w tym wieku jest zabawa. Spontaniczna zabawa wzbogacona o obecność nauczyciela przedłuża ją i dziecko gromadzi więcej doświadczeń, a więc intensyfikuje uczenie się. W przypadku, gdy dziecko w zabawie pokazuje swoje trudności, nauczyciel może mądrze porozmawiać z dzieckiem i pocieszyć je.

Zabawy dzielimy na:

-  - spontaniczne
-  - dydaktyczne
-  - edukacyjne.

Zabawy spontaniczne dziecka wypływają z jego motywacji wewnętrznej w celu zgromadzenia wielu doświadczeń potrzebnych dziecku do budowania schematów poznawczych, albo z potrzeby osvajania się z trudnymi sytuacjami życiowymi i dla doskonalenia umiejętności koniecznych do radzenia sobie, gdy zajdzie taka potrzeba. Ilość powtórzeń sekwencji zależy od indywidualnego tempa uczenia. Zabawy te są sposobem osvajania się z trudnymi sytuacjami i kształtowaniem się ważnych umiejętności (tematyczne o chorobach, w szkole, podróże, których nie mogą uniknąć). Dzieci starają się stać ekspertami zanim te sytuacje wystąpią w życiu.

Zabawy realizowane na wzór i podobieństwo życia realnego pomagają w poczuciu bezpieczeństwa oswoić się z lękiem i umiejętnie postąpić. W zabawie jest możliwość zgromadzenia masy doświadczeń przetwarzających się w schematy poznawcze.

Gry są dobrą okazją do kształtowania się odporności psychicznej na porażki i koncentrowania wysiłku na tym co źle zrobiłem, co należy poprawić, a nie na tym, że zwykle mi nie wychodzi.

Dużo zabaw powinno być opartych na dotyku, kontakcie fizycznym, ruchu i wyobraźni zwłaszcza w domu:

- doświadczanie swojego ciała i lepsza orientacja w schemacie swojego ciała;
- zapewnienie treningu bliskości z drugim człowiekiem (nazywanie części ciała, prowadzenie rozmowy, ćwiczenia mimiczne i gesty).

Stawianie wymagań w sytuacji bezpiecznej i nacechowanej serdecznością, dobrym nastrojem:

- docieranie do przeżyć dziecka i dawanie mu uwagi oraz uczenie słuchania innych i bycia wysłuchanym,
- nazywanie przeżywanych przez dziecko uczuć i rozwijanie kompetencji językowych,
- ćwiczenie motoryki i koordynacji wzrokowo-ruchowej,
- rozwijanie procesów poznawczych, tj. pamięć, myślenie, uwaga.

**Wskazane jest ograniczanie zabaw z wykorzystaniem komputera, telewizora i telefonu itp.**

### **Czynniki wpływające na kształtowanie umiejętności samoobsługowych dziecka:**

- Zadowolenie z każdego przejawu samodzielności dziecka. Dorosły nie może ciągle strofować, poprawiać i pokazywać miną, że jest nie tak. Gdy dziecko zaczyna się uczyć ma prawo być niezdarne i nieuważne zaś nadmierne korygowanie dziecięcych czynności spowoduje, że dziecko skojarzy tę czynność z niezadowoleniem dorosłego i przykrymi doznaniem, wówczas zamiast ćwiczyć będzie unikało wykonywania zadania broniąc się płaczem lub krzykiem.
- Cierpliwość i wyrozumiałość (wsparcie) są bardziej wskazane- nie udaje się raz, to nic trzeba pochwalić dziecko za wysiłek i tak długo ćwiczyć- podpowiadać, zachęcać i podtrzymywać w dążeniu do celu, aż się dziecku uda oraz okazać radość z sukcesu i zachęcać do samodzielnego powtarzania.
- Systematyczność i konsekwencja, wielokrotność powtórzeń - bez tego nie da się przekształcić czynności samoobsługowych w nawyki.

Maluchy począwszy od 3-latków mają już poziom rozwoju samokontroli, dlatego można kształtować poczucie odpowiedzialności za to, co czynią. Można zadbać, by dzieci respektowały zasady dobrego zachowania się w domu, przedszkolu, na ulicy, w sklepie itd.

Wskazane i skuteczne jest też rozwijanie u dzieci skłonności doprowadzenia do końca wykonywanych czynności. Dziecko winno czerpać radość z faktu, że udało mu się coś zrealizować do końca.



Osiągnięcie tego nawyku wymaga od dorosłego:

- ✚ bycia przy dziecku i podtrzymywania jego motywacji w osiągnięciu celu: ma zachęcać, przypominać i podpowiadać, co ono ma po kolei zrobić,
- ✚ okazywania radości, gdy cel zostaje osiągnięty wówczas dziecko uczy się odczuwać przyjemność z wykonania zadania,
- ✚ bycia cierpliwymi systematycznym w wykonywaniu wiele razy czynności przez dziecko aż ją opanuje i wyćwiczy – nabędzie wprawy.

Odruchowe zachowanie rodzica lub innego dorosłego pozwoli dziecku być spostrzeganym jako sympatyczne, mądre, ułożone w efekcie będzie częściej nagradzane, aniżeli karane. Unika wielu sytuacji konfliktowych i niepotrzebnych napięć.

Dorośli jednak sami mają niedobry: zwyczaj przerywania dziecięcych zabaw, gdy chcą skłonić dziecko do zjedzenia obiadu, kolacji itp. Robi się nieprzyjemnie, a dziecko chce dobrze - dąży do zakończenia czynności. Przecież tego uczył właśnie dorosły.

**Na kształtowanie czynności samoobsługowych trzeba spojrzeć szerzej ucząc jednego, nie można niszczyć innego.**

Jeżeli dziecko sprawnie wykonuje czynności codzienne, jest chwalone i odczuwa komfort wygody, to te wspaniałe odczucia przenosi na inne sytuacje zadaniowe, także w dziedzinie aktywności intelektualnych.

### Okazuje się, że:

dzieci, które marudzą i ociągają się przy bodaj każdej czynności samoobsługowej, przenoszą ten styl zachowania na sytuacje typu dydaktycznego: zbyt wolno układają przedmioty, zwlekają z wykonaniem polecenia, a na dodatek pokazują jak wielką łaskę robią nauczycielowi;

dzieci, które dopraszają się pomocy przy ubieraniu podobnie funkcjonują w sytuacji zadaniowej poszukują wzrokiem nauczyciela, a gdy on spojrzy to wykazują swoją bezradność, zaś gdy ten mu pomoże to dziecko uczy się, że bezradność popłaca.

dzieci, które robią bałagan (depczą po swoich ubraniach i rozrzucają swoje rzeczy) podobnie funkcjonują, gdy mają wykonać zadanie intelektualne: ciągle coś przestawiają, szukają i tracą sens zadania;

**Sytuacje, w których ofiarowuje się i dostaje niepodzielną uwagę,  
stanowią dla wszystkich źródło siły.**

**Uwzględniając poziom rozwoju dziecko w poszczególnych  
latach należy stawiać przed nim realne cele:**

## **3-latk**

- ✓ poczucie bezpieczeństwa w grupie daje prawidłową relację z matką,
- ✓ język pozwala na rozumienie większości kierowanych do dziecka poleceń związanych z życiem codziennym i sygnalizacją swoich potrzeb;
- ✓ nowe uczucia: wstydu, poczucia winy, zakłopotania i zazdrości,
- ✓ prawidłowe relacje z bliskimi i zaspokojenie potrzeb emocjonalnych sprzyja tworzeniu się u dziecka pozytywnego obrazu własnej osoby.
- ✓ **W grupie przedszkolnej można zaobserwować:**
  - Jednostki dominujące, które ustalają zasady
  - jednostki wycofujące się, które przyjmują zasady.

**Kontrola ekspresji jest trudna. Dziecko nie potrafi rozpoznać i zwerbalizować  
powodów, dla których zachowało się tak czy inaczej.**

Zadawanie dziecku pytania: **Dlaczego to zrobiłeś?** Sprawia, że odpowiedź jest niemożliwa – samemu należy nazwać sytuację i towarzyszące jej uczucia. Poznanie nazw emocji ułatwia panowanie nad nimi i zwiększa kompetencje radzenia sobie.

### **Początki dobra i zła.**

Dobre to to, co jest dla niego dobre, gdyż trzylatka cechuje egocentryzm i dziecko nie umie przyjmować cudzego punktu widzenia.

### **Konsekwentne egzekwowanie ustalonych zasad jest podstawą rozumienia moralnych reguł postępowania:**

- a) sprzątanie zabawek,
- b) przebywanie w łóżeczku o określonej porze,
- c) pożegnanie się z gośćmi.

# **4-latki**

- ✓ kontrolują już wybuchy złości i gniewu (oczekuje tego od dziecka grupa)
- ✓ rozumieją zasady właściwego zachowania w określonych miejscach,
- ✓ naśladują rodziców i powtarzają zachowanie i słowa w danej sytuacji swoich rodziców,
- ✓ prezentują dokładniejsze rozumienie instrukcji słownych,
- ✓ rozwój poczucia winy i sumienia (rozumienie norm moralnych) prowadzi do wzrostu wrażliwości na akceptację w grupie i dowody oceny dziecka przez grupę, co wywołuje gniew lub zadowolenie,
- ✓ grupa nabiera coraz ważniejszego znaczenia,
- ✓ dzieci ze słabszym rozwojem językowych umiejętności nie rozumieją wszystkiego,
- ✓ wzrasta chęć uczestniczenia w pracach domowych, np. można uczyć rozkładania sztućców, odkurzania małego chodnika, ścierania kurzy z wyznaczonej półki. W dzieciach wyrabia się poczucie obowiązku i uczą się szanowania zasad oraz uczestniczenia w zadaniach na współdziałanie, mówienie i opisywanie spostrzeganych sytuacji.

# 5 i 6 - latki

- ✓ zdolność częściowej samokontroli,
- ✓ wzrasta rola autorytetów zewnętrznych
- ✓ grupa i opinie rówieśnicze na temat zachowań i wyglądu nabierają znaczenia,
- ✓ im słabsze więzi rodzinne, tym bardziej dziecko poszukuje autorytetu na zewnątrz,
- ✓ etap pytań,
- ✓ potrzeba poczucia bezpieczeństwa i oparcia się na ważnym **dorośłym** powoduje, że odpowiedzi rodzica „nie wiem” są trudne do zaakceptowania i zrozumienia przez dziecko,
- ✓ następuje identyfikacja z rolą wyznaczoną przez płeć.

# LISTA NAJWAŻNIEJSZYCH ZACHOWAŃ NAWYKOWYCH DZIECI W WIEKU PRZEDSZKOLNYM:

---

---

## 1. POMAGANIE INNYM

Dziecko ma być usłużne i chętne do pomocy zatem dorośli winni okazywać radość nawet przesadną, gdy dziecko stara się im pomagać. W obecności dziecka głośno opowiadać o tym, co dobrego zrobiło i jakie jest to ważne i potrzebne; dzięki temu dziecko zaczyna rozumieć, że pomaganie innym jest oczekiwaną powinnością, i że może być dumne, jeżeli tak postąpi.

## 2. NAWYK DBAŁOŚCI O TO, ABY RZECZY BYŁY NA SWOIM MIEJSCU

4-latek umie dostrzec ład i cieszyć się z tego, zaś bałagan kojarzy z niewygodą i kłopotami; niedopuszczalne jest więc wyręczanie dzieci;

Dla dobra dziecka należy zorganizować wspólne sprzątanie:

- pokazać dziecku, co i jak należy zrobić;
- podpowiadać kolejne czynności;
- okazywać radość, gdy uda mu się coś sensownie wykonać;
- nie karcić i wstrzymywać się od ciągłego poprawiania;
- wykorzystać swoją kreatywność i wprowadzić wątek zabawy nawet zdrowej rywalizacji np. jesteśmy odkurzaczymi, które zbierają klocki, zabawki do pudełka, wygrywa ten kto szybciej wykona zadanie itp.
- obejrzeć posprzątane miejsce i podkreślić, jak miło w nim przebywać i podkreślić zasługi małego pomocnika.

### **3. NAWYK SZANOWANIA CZYJEGOŚ WYSIŁKU I TEGO CO DOBREGO ZROBIŁ INNY CZŁOWIEK:**

Dziecko musi wiedzieć, że:

- trzeba wytrzeć buty przed wejściem do domu, bo się ubrudzi podłoga i mama będzie musiała ją umyć, a to wymaga wysiłku;
- należy zamykać drzwi, bo otwarte przeszkadzają innym;
- nie można rozrzucać przedmiotów, bo robi się bałagan i trzeba będzie sprzątać, a to jest kłopotliwe itp.

### **4. NAWYK WŁAŚCIWEGO ZACHOWANIA SIĘ PRZY STOLE I KSZTAŁTOWANIA DOBRYCH MANIER PRZY JEDZENIU**

Dotyczy to:

- nakrywania do stołu i sprzątanania po posiłku,
- siadania przy stole: proste siedzenie na krześle, a nie pokładanie się na stole lub trzymanie nóg wysoko,
- przy spożywaniu posiłków dziecko ma się zajmować tym, co powinno; złe nawyki są wtedy gdy jedzenie jest mylone z zabawą takie udziwnienia są niepotrzebne i fatalne w skutkach.

Dobrych manier przy stole można nauczyć skutecznie, gdy dorosły sam przestrzega ceremoniału jedzenia łącznie ze zwrotami grzecznościowymi i nie skąpi pochwał dziecku, gdy dobrze się zachowuje. Może być nagroda w formie deseru.



## **5. NAWYK BEZKONFLIKTOWEGO UKŁADANIA SIĘ DO SNU**

Warto zadbać o ceremoniał (wykonywanie tych samych czynności w stałej kolejności) i w nagrodę po powiedzeniu „dobranoc” wszystkim ma kilka minut osobistego kontaktu z ukochanym dorosłym, np. cicha rozmowa, czytanie lub opowiadanie bajki itp.

## **6. NAWYK RADOSNEGO BUDZENIA SIĘ**

Dziecko ma uśmiechnąć się i wstać zaś niedopuszczalne jest kapryśnienie i pokazywanie swego humoru.

Radosne wstawanie trzeba wymodelować. Dorosły pochyla się nad dzieckiem i zaraża je promiennym uśmiechem, a potem razem cieszą się, że zaczyna się nowy dzień (tak zachowują się matki nad niemowlętami, a potem mniej zwracają na to uwagę, a szkoda).

## **7. NAWYK WŁAŚCIWEGO ZACHOWANIA SIĘ W UBIKACJI**

Dzieci uczą się kontroli oddawania moczu i stolca na drodze kombinacji naśladownictwa dorosłych, pod wpływem uwag z ich strony i stosownych wzmoceń pozytywnych;

## **8. NAWYK SAMODZIELNEGO UBIERANIA I ROZBIERANIA SIĘ**

Od stopnia opanowania tych czynności zależy samodzielność dziecka wyręczenie go ma negatywne skutki w przyszłości.

Drogi rodzicu wychowywanie dziecka to długotrwały proces, który rozpoczyna się od najwcześniejszych lat, a nawet miesięcy życia owocuje wieloma zaskakującymi i niezwykle przyjemnymi sytuacjami wspólnie spędzanych chwil z dzieckiem. Czasem wymaga od nas więcej wysiłku, cierpliwości, konsekwencji, zrozumienia, a czasem zwykłej zabawy i obudzeniem w sobie dziecięcej inwencji i radości w przyjemnym spędzeniu czasu ze swoim ukochanym dzieckiem. Uczestnicząc w tym procesie uczymy nasze dziecko radzenia sobie z różnymi sytuacjami, którym ma niebawem sprostać. Dzieci szybko rosną i przedszkolak staje się uczniem z nałożonymi na niego wieloma obowiązkami. Miłość i akceptacja rodzicielska połączona z nauką i wdrażaniem do nawyków, obowiązków dziecka daje mu poczucie bezpieczeństwa i sprzyja przejmowaniu odpowiedzialności za swoje zachowanie.

Słowa Janusza Korczaka trafnie i dobitnie wyrażają powyższe treści:

*„Dziecko chce być dobre. Jeśli nie umie- naucz.  
Jeśli nie wie- wytłumacz. Jeśli nie może- pomóż.”*