

NR 75/2021

„TEOFILEK”

TYM NUMERZE:

- ⇒ Z życia przedszkola
- ⇒ Co słyszeć w grupach?
- ⇒ Jesienne zagadki dla grup
- ⇒ Warto wiedzieć
- ⇒ Zdrowy styl życia
- ⇒ Kącik anglomaniaka
- ⇒ Poznaj swoje dziecko: **Sposoby ułatwiające rozwijanie samodzielności u dzieci w wieku przedszkolnym**

WYDAWCA:

Przedszkole Miejskie nr 120
ul. Aleksandrowska 20 a
91-201 Łódź

ZESPÓŁ REDAKCYJNY:

mgr Izabela Miszczak
mgr Beata Zawadzka
mgr Aneta Frąchowicz
mgr Paulina Ryszkiewicz
mgr Katarzyna Hawrot
mgr Agnieszka Stolarska
mgr Sylwia Grabowska
mgr Magdalena Kowalczyk
mgr Justyna Przytułska
mgr Aleksandra Filipczyk
mgr Ewelina Kaniecka
mgr Anna Witkowska

OPRACOWANIE

mgr Beata Zawadzka
mgr Aneta Frąchowicz
mgr Paulina Ryszkiewicz
mgr Anna Witkowska

Z ŻYCIA PRZEDSZKOLA

Drodzy rodzice!!!

Witamy wszystkich naszych Czytelników po raz pierwszy w nowym roku szkolnym po wakacyjnej przerwie, a szczególnie nowych Przedszkolaków oraz ich Rodziców!

W nowym roku szkolnym życzymy dzieciom samych pogodnych dni, wspaniałej zabawy, nowych przyjaźni oraz radości w zdobywaniu wiedzy.

Mamy nadzieję, lektura naszej gazetki przyczyni się do mile spędzonego czasu rodziców z dziećmi niezależnie od pogody.

Zachęcamy Państwa do dzielenia się z nami spostrzeżeniami i pomysłami na temat jakości naszej gazetki.

Życzymy przyjemnej lektury – Dyrekcja i personel przedszkola.

W TYM ROKU SZKOLNYM W NASZYM PRZEDSZKOLU ODBYŁY SIĘ NASTĘPUJĄCE WYDARZENIA:

15.09.2021r. – DZIEŃ KROPKI

W tym dniu zarówno dzieci, jak i nauczycielki miały na sobie ubrania w kropki. Przedszkolaki poznały historię, która stała się inspiracją do zorganizowania Międzynarodowego Dnia Kropki oraz piosenkę „Kropka”. Dzieci z wszystkich grup z tej okazji wykonywały grupową pracę plastyczną, która zaprezentowana została na tablicy w szatni.

Październik 2021r. – AKCJA: „ZBIERAMY KASZTANY”

WSZYSTKIM RODZICOM I DZIECIOM SERDECZNIE DZIĘKUJEMY ZA AKTYWNA ZBIÓRKĘ!

20.09. 2021r. - DZIEŃ PRZEDSZKOLAKA

Z okazji święta przedszkolaków nauczycielki przygotowały dla wszystkich dzieci emblematy oraz zorganizowały zabawy integracyjne, muzyczno-ruchowe oraz zadania sprawnościowe w poszczególnych salach grup. Dzieci z wszystkich grup wspólnie zaśpiewały „Hymn przedszkolaka”, a następnie pokonywały tory przeszkód.

15.10.2021r. – ZABAWY Z PANIĄ JESIENIĄ

Dzieci z naszego przedszkola powitały Pierwszy Dzień Jesieni. Tego dnia „królowały kolory”: brązowy, pomarańczowy, żółty i czerwony. Organizowane były zabawy o tematyce jesiennej, poprzez które dzieci przyswoiły sobie wiadomości o obecnej porze roku.

04.10. 2021r. – ŚWIATOWY DZIEŃ ZWIERZĄT

Tego dnia zajęcia w naszym przedszkolu dotyczyły roli zwierząt w życiu każdego człowieka. Przedszkolaki wykonywały różne prace plastyczne o tematyce zwierząt, które zaprezentowane zostały na tablicy w szatni.

10.10.2021- DZIEŃ DRZEWA

Co roku 10 października obchodzimy w Polsce Dzień Drzewa, który jest elementem edukacji ekologicznej. W naszym przedszkolu tego dnia odbyły się zajęcia związane z tematyką drzew, dzieci poznały budowę drzewa, jego znaczenie dla człowieka, zwierząt i przyrody. Poznały także etapy wzrastania drzewa.

11.10.2021- DZIEŃ KANAPKI

Tego dnia nasze przedszkolaki podjęły wielkie wyzwanie – same miały przygotować dla siebie drugie śniadanie- pyszne i zdrowe kanapki kolorowe. Podczas robienia kanapek kształciły odpowiednie nawyki żywieniowe, rozwijały kreatywność, wyobraźnię oraz dbałość o higienę.

Okazało się, że dzieci jednak lubią warzywa, a najlepiej smakują im kanapki zrobione własnoręcznie, które wyglądały pięknie, kolorowo i zawierały mnóstwo witamin. Nawet największe niejadki zjadły swoją porcję z apetytem.

04.10-24.10.2021r. – CODE WEEK

W naszym przedszkolu w ramach Tygodnia Kodowania, w każdej grupie wiekowej organizowałyśmy szereg aktywności związanych z kodowaniem i programowaniem, wykorzystując dostępne pomoce dydaktyczne. Ponadto w ramach Programu Uczymy Dzieci Programować przedszkole wzięło udział w wyzwaniu CODE WEEK, podczas którego nauczycielki przeprowadzały w grupach różnorodne zajęcia z wykorzystaniem maty do kodowania, robotów, drewnianych puzzli do ozoboty oraz puzzli AR, a także piktogramów itp.

„TWORZYMY ZESPÓŁ” - zabawy z kodowaniem dzieci 5-6 - letnich z grupy „Motylki”
„UCZYMY SIĘ WSPÓŁPRACY” - zabawy z kodowaniem dzieci 3 i 4- letnich z grupy „Żabki”
„KRYTYCZNIE MYŚLIMY” - dzieci 4-5-6 – letnich z grupy „Biedronki”
„SPRAWDZAMY INFORMACJE” - zabawy dzieci 5-6 - letnich z grupy „Motylki” z wykorzystaniem nowoczesnych technologii
„NASZE POMYSŁY” - zabawy z wykorzystaniem Ozobotów – 4-5-6 letnich z grupy „Biedronki”
„JESTEŚMY KREATYWNİ” - zabawy na macie edukacyjnej dla dzieci 5 letnich z gr „Pszczołki”
„MÓWIĘ I SŁUCHAM... KOMUNIKACJA” - zabawy dzieci 3 i 4- letnich z grupy „Żabki” z wykorzystaniem maty edukacyjnej
„BUDUJEMY RELACJE” - zabawy z kodowaniem dzieci 3-4- letnich z gr „Żuczki”
„SZUKAMY I DOŚWIADCZAMY” - zabawy z wykorzystaniem kubeczków w grupie dzieci 4 – letnich „Mrówki”
„BŁĘDY SĄ OK” - zabawy z wykorzystaniem maty edukacyjnej dzieci 5 letnie z gr „Pszczołki”

14.10.2021r. – DZIEŃ EDUKACJI NARODOWEJ

Dzień Edukacji Narodowej to wyjątkowe święto dla pracowników oświaty. Nasze przedszkolaki podziękowały swoim ukochanym Paniom i Pracownikom Przedszkola za trud włożony w ich nauczanie i wychowanie.

CO SŁYCHAĆ W GRUPACH

Grupa I - „ŻUCZKI”

Do przedszkola przyszedł żuk'
stuka w drzwi puk-puk.
Choć z grymasem wszedł do sali,
wyszedł do rodziców rady.
Grupa mu się spodobała
i przychodził będzie nadal.



Tekst ulubionej piosenki: „Kiedy pada deszcz” –muz. i sł. Klaudia Ligorowska

Kiedy pada deszcz,
kiedy pada deszcz.
Skacze po kałuży,
i dobrze bawię się./x2

Kiedy pada deszcz,
kiedy pada deszcz
Biegam z parasolem
i dobrze bawię się./x2

Kiedy pada deszcz,
kiedy pada deszcz.
Łapię w ręce krople
i dobrze bawię się./x2

Kiedy pada deszcz,
Kiedy pada deszcz.
Tupię w...



Grupa II - „ŻABKI”

My jesteście żabki małe,
Stroje mamy doskonałe.
Małe łapki, małe nóżki,
My jesteście łakomczuszki.
Do przedszkola przychodzimy
Wszyscy grzecznie się bawimy.
Umów naszych przestrzegamy
Zawsze sobie pomagamy.
Ciocie zawsze uśmiechnięte
Do zabawy chętne
Potańcują, zaśpiewają,
Bo humory dobre mają.
Nasza paczka fajna jest.
Grupa druga jest the best!



Nasza ulubiona zabawa muzyczno - ruchowa ze śpiewem do piosenki „Wiewióreczka mała

Ref.: Wiewióreczka mała,
po lesie biegła,
hopsa sasa, hopsa sasa, po lesie biegła. (bis)

1.Spotkała jeżyka,
tańczyli walczyka,
tańczyli walczyka, raz, dwa, trzy, raz. (bis)
Ref. Wiewióreczka mała....

2.Spotkała owieczkę,
tańczyli poleczkę,
raz i dwa i raz i dwa i tańczyli poleczkę. (bis)
Ref. Wiewióreczka mała....

3.Spotkała Ślimaka,
tańczą kujawiaka,
raz i dwa, raz i dwa, trzy, tańczą kujawiaka. (bis)
Ref. Wiewióreczka mała....

4.Spotkała szaraka,
tańczą kujawiaka,
dookoła polany, tańczą kujawiaka. (bis)



Grupa III - „MRÓWKI”

Chodzą mrówki
koło Pani Madzi główki.
Bardzo się starają,
czasu nie marnują.
Piękne koło tworzą szybko,
by w zabawie czuć się gibko.



Słowa ulubionej piosenki „Idzie jesień”:

Idzie jesień, plony niesie,
jesień kolorowa.
Jabłka, gruszki, winogrona,
wszystko w koszu chowa.

Ref. Jesień – deszcz i słońce –jesień,
złote liście – jesień,
dużo grzybów oczywiście.
Jesień - jarzębina - jesień,
głóg, kalina – jesień,
co nam przyniesie?

Idzie jesień, plony niesie,
jesień kolorowa.
Marchew, buraki ,ziemniaki
wszystko w koszu chowa.

Ref. Jesień – stos orzechów - jesień
to żołędzie – jesień,
kasztanów pełno wszędzie.
Jesień - odlot ptaków - jesień.
Dookoła - jesień, jesień nas woła.



Grupa IV - „PSZCZÓŁKI”

Pracowitość w sobie mamy, bo się pszczołki nazywamy.

W naszej sali tak jak w ulu, praca już od rana wre,
każda pszczołka nowy wierszyk lub piosenkę poznać chce.

My lubimy swe przedszkole, tańczyć, śpiewać no i grać,
My po prostu zawsze chcemy, jak najwięcej z siebie dać!!!



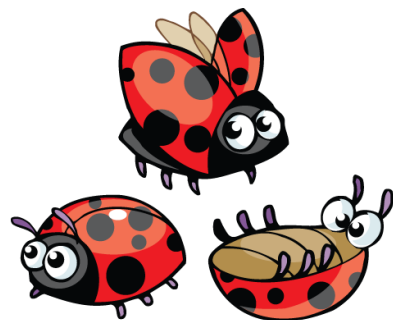
Słowa ulubionej piosenki „Jesień i wiatr”:

Kiedy szumią drzewa,
to jesień z wiatrem śpiewa.
Żołędzie z drzew zlatują
i radośnie podskakują.
Hopsa SA, hopsa SA, hopsa SA/ 2x
Kiedy szumią drzewa,
to jesień z wiatrem śpiewa.
Kasztany z drzew spadają
i wesoło się turlają.
Ojoj, ojoj, ojoj !/2x
Kiedy szumią drzewa,
to jesień z wiatrem śpiewa.
Listeczki z drzew wirują
i do snu już się szykują.
Cicho sza, cicho sza, cicho sza !/2x



Grupa V - „BIEDRONKI”

My jesteśmy biedroneczki hop sa sa
Na skrzydełkach są kropeczki hop sa sa
Do przedszkola już chodzimy hop sa sa
Wszyscy zgodnie się bawimy hop sa sa



A oto jesienny wiersz, którego się uczymy „Przybywa jesień” B. Forma.

Spadają liście, szeleszczą wkoło,
wiatr je unosi gwizdząc wesoło.

Lecą kasztany, cieszą się dzieci.
Słabiej niż latem słońeczko świeci.

Nagle żołędzie z drzewa spadają,
Chętnie je zaraz dzieci zbierają.

Piękne korale ma jarzębina,
to znak, że jesień już się zaczyna!



Grupa VI - „MOTYLKI”

My jesteŝmy motylki wesołe,
Uwielbiamy nasze przedszkole.
Juŝ od rana śmiech słychać wkoło,
Bo bawimy się tutaj wesoło.



Jedna z naszych ulubionych piosenek to „Kolorowe listki”, oto jej słowa:

1. Kolorowe listki z drzewa spaść nie chciały,
kolorowe listki na wietrze szumiały.

Ref. Szu , szu, szu, szumiały wesoło,
szu, szu , szu, wirowały wkoło.

2. Kolorowe listki bardzo się zmęczyły,
kolorowe listki z drzewa zeskoczyły.

Ref. Hop, hop, hop, tak sobie skakały,
hop, hop, hop, wkoło wirowały.

3. Kolorowe listki spadły juŝ na trawę,
kolorowe listki skończyły zabawę.

Ref. Cicho, sza, listki zasypiają,
cicho, sza, oczka zamykają.



JESIENNE ZAGADKI DLA GRUP

Oto jak nasze przedszkolaki narysowały odpowiedź na przedstawione im zagadki

Grupa I „ŻUCZKI”

Na jakim drzewie jesienią koraliki się czerwienią ?



Liliana



Marcel



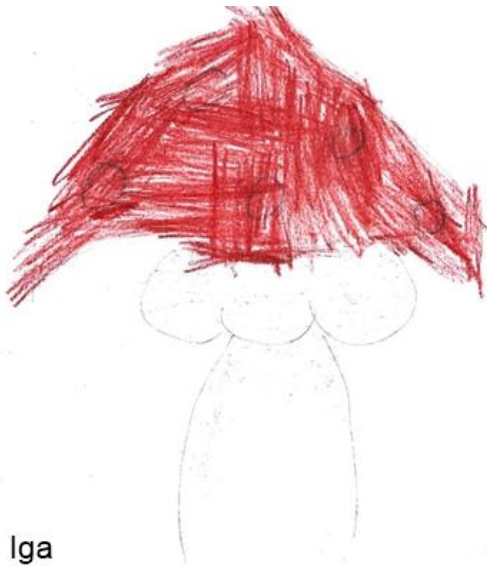
Zosia



Zuzia

Grupa III „MRÓWKI”

W lesie go spotkasz i dziwisz się srodze:
bo on ma kapelusz, ale gdzie ? Na nodze !



Iga



Lena S.



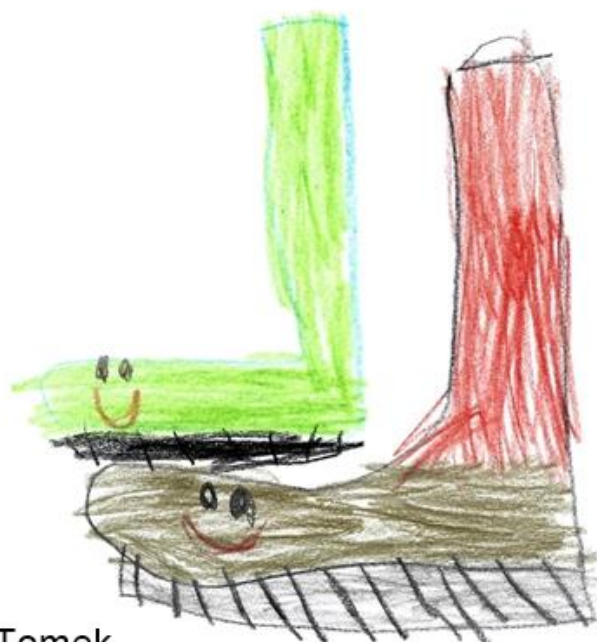
Maja



Martyna

Grupa IV „Pszczołki”

Jakie obuwie, do tego służy,
żeby nóg nie moczył nawet w kałuży.



Grupa V „Biedronki”

Gdy świeci słońce, stawiasz go w kącie.
Kiedy deszcz rosi, nad głową go nosisz.

Kacper K-O



Maja K.



Michał



Tosia C.

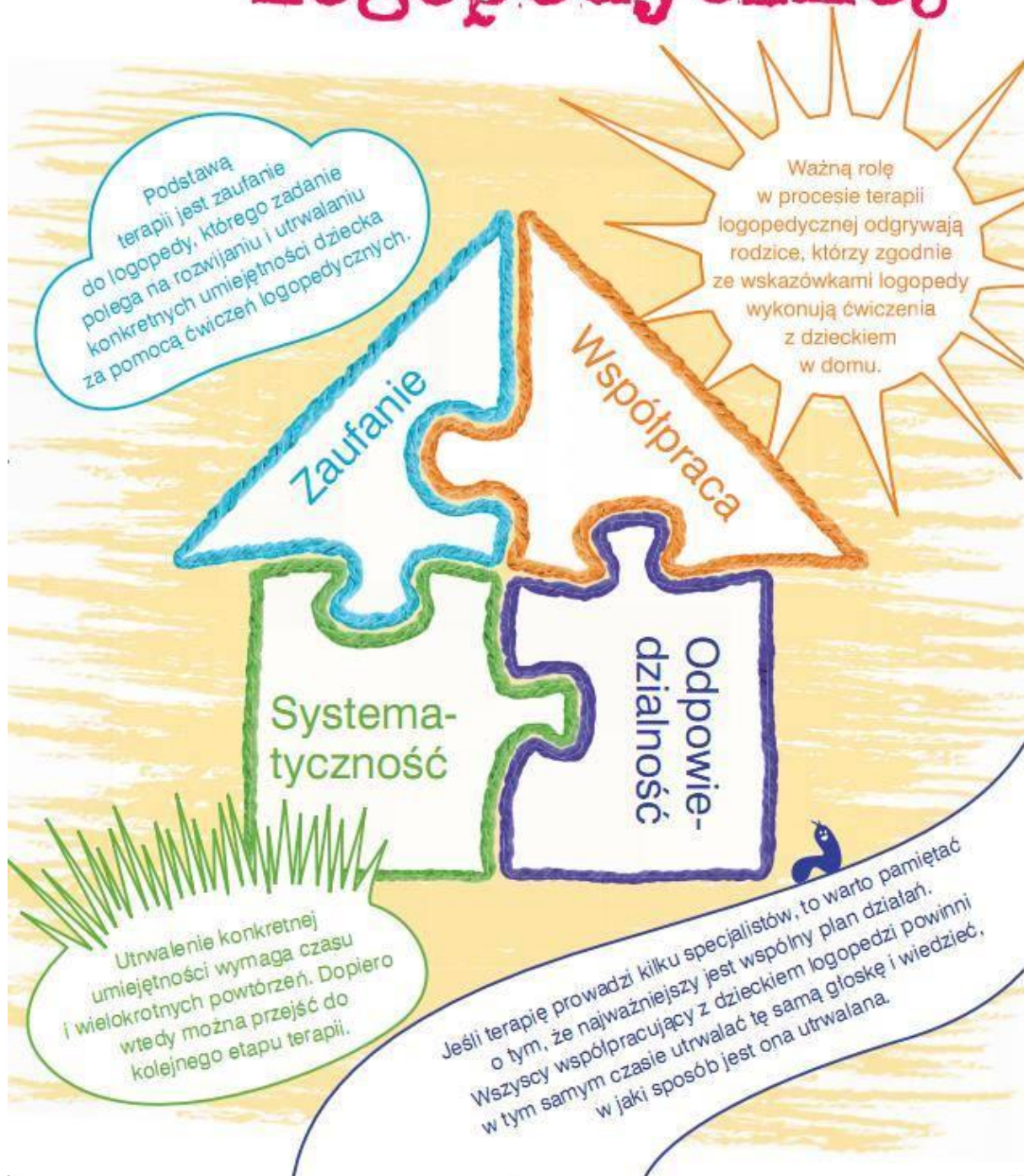
Grupa VI „Motylki”

Liście opadają i zimniej na dworze, którą porę roku oznaczać to może?



WARTO WIEDZIEĆ

Filary terapii logopedycznej



ZDROWY STYL ŻYCIA

Najzdrowsze jesienne owoce i warzywa - naturalna moc witamin.

Jesień to czas zbiorów. Właśnie teraz sięgamy po dojrzałe jabłka, gruszki, śliwki oraz uprawiane przez całe lato warzywa.

Zbierane jesienią warzywa i owoce są nie tylko smaczne, ale i zdrowe. Ich kolory zachwycają, a smak przywodzi na myśl ciepłe dni lata. Warto przyrządzać z nich obiady, oferować dziecku jako przekąskę lub na ich bazie przygotować kompot. Jesienne skarby natury to też prawdziwa bomba witamin, które pozytywnie wpłyną na układ odpornościowy dziecka, wzmacniając go przed sezonem jesienno-zimowych infekcji, wzmożonego zachorowania na grypę i przeziębienie.

W tym okresie na szczególną uwagę zasługuje:

dynia – jesienne warzywo, z którego można wyczarować mnóstwo dobrych posiłków. Zupa dyniowa, dynia nadziewana, dynia pieczona, ciastka dyniowe, prażone pestki z dyni – to tylko kilka z propozycji jej podania. Warzywo to bogate jest w witaminy: A, B1, B2, C, PP oraz minerały: fosfor, żelazo, wapń, potas i magnez. To obowiązkowy numer 1 jesiennej diety,

cukinia – podobnie jak dynia, może być podstawą lub dodatkiem do wielu dań: zup, placków, zapiekanek, sałatek itp. Jest bogata w witaminy i minerały, a ponieważ ma niewyrzasty smak jest lubiana przez dzieci. Cukinię można niemal niewyczuwalnie przemycić w wielu potrawach, jest to więc dobry sposób na dzieci, które kręcą nosem na warzywa,

brokuły – dostępne są od września i powinny jak najczęściej znajdować się na talerzu. Mają prawdziwe bogactwo witamin i minerałów, w tym: witaminę C i B6, wapń, żelazo, magnez, fosfor, potas, sód, cynk,

buraki – pod różnymi postaciami jako sałatka, ćwikła, barszcz. Buraki dobre są w każdej formie. Mają przede wszystkim bardzo dużo żelaza oraz witaminy C, które wspierają odporność i chronią przed przeziębieniem,

papryka – zielona, czerwona, żółta, słodka i ostra. Każda jest dobra i każda zawiera bogactwo makro- i mikrośladników. Można ją jeść na surowo lub w formie przetworzonej. Jest idealna jako samodzielna sałatka, albo uzupełnienie dania mięsnego,

warzywa kapuściane – jesień to czas zbiorów warzyw takich jak: rzepa, kapusta biała, kapusta włoska, jarmuż, brukiew, kalafior i brukselka. Również one powinny znaleźć się w jadłospisie,

jabłka i gruszki – jesienią na targu można kupić soczyste jabłka oraz gruszki, idealne do jedzenia na surowo lub do przetworów. Warto poświęcić trochę czasu i poprzerać je, by zrobić trochę zapasu na zimę. Nie zapominajmy także, że takie jabłko lub gruszka to doskonała przegryzka w trakcie dnia, która z powodzeniem zastąpi słodycze.

Dieta bogata w owoce i warzywa sezonowe to naturalny i najzdrowszy sposób na wzmacnianie organizmu – to dzięki nim można zapewnić dziecku odporność, siłę i kondycję w ten chorobowy czas.

Opracowała: Aleksandra Filipczyk



Rozkoduj z nami jesienne zwierzęta

1
2
3
4
5

				2	4	4	4	4					
		4	4	4	4	4	2	4	4	4			
	4	4	4	4	2	4	4	4	4	2	4		
4	4	2	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	
4	4	4	4	2	4	4	4	1	1	1	4	2	
2	4	4	4	4	4	4	2	1	1	3	1	1	
4	4	4	2	4	4	4	4	4	1	3	1	1	3
	1	4	4	4	2	4	1	1	1	1	1	1	1
		1	1	1	1	1	1	1	1	1	5		
				1	1			1	1				

KĄCIK ANGLOMANIKA

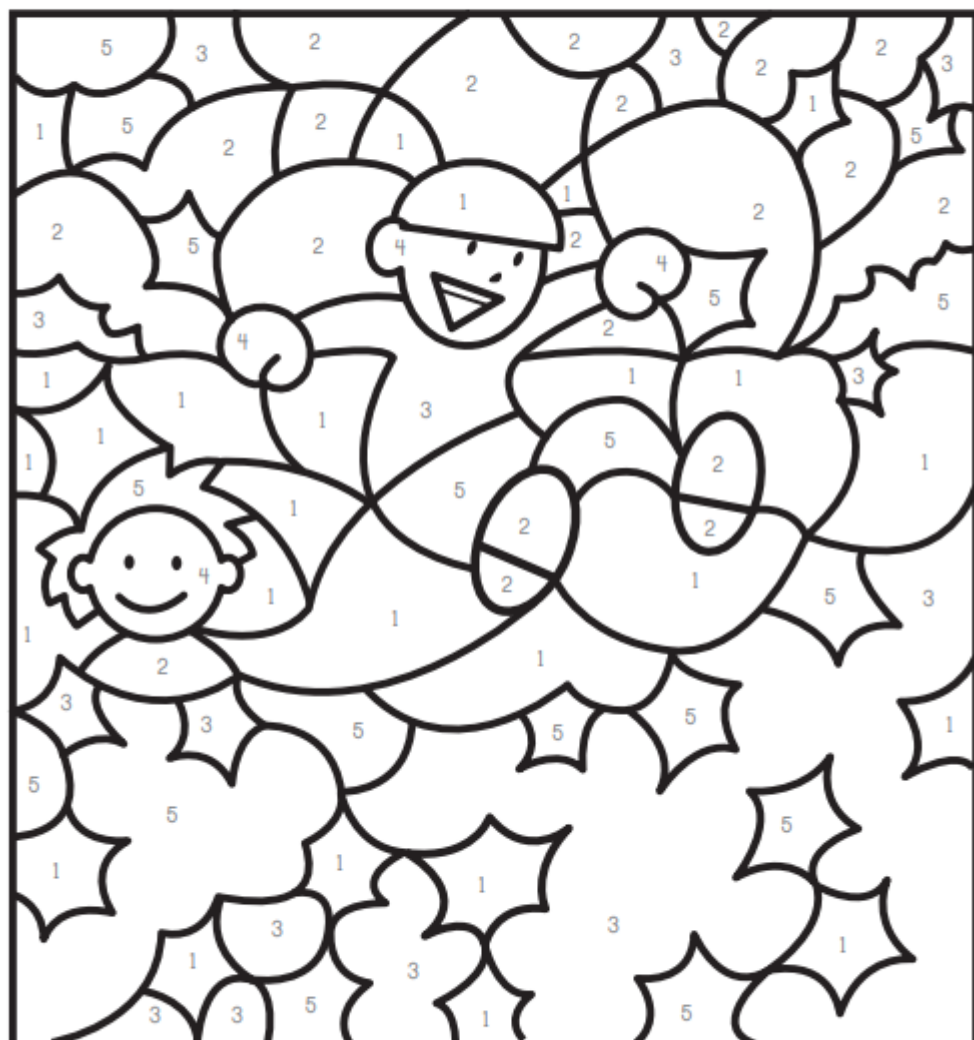


W naszej gazetce pojawia się nowa rubryka związana z nauką przez zabawę w języku angielskim. Są to zabawy utrwalające poznany dotąd na zajęciach materiał.

Name _____

Jump into Fall

1-Yellow 2-Light Blue 3-Red 4-Tan 5-Orange



POZNAJ SWOJE DZIECKO

Sposoby ułatwiające rozwijanie samodzielności u dzieci w wieku przedszkolnym

Opracowała: Justyna Przytułska

„Do życia przygotowuje się przez życie” (Célestin Freinet, Gawędy Mateusza) – to zdanie najlepiej obrazuje istotę rozwijania u dzieci samodzielności. Czym jest samodzielność? Jaki wpływ na jej rozwój mają rodzice i nauczyciele? W jakich obszarach powinny ją wykazywać dzieci na różnych etapach swojego przedszkolnego życia? Poniżej można odnaleźć odpowiedzi na te pytania.

Rozwój samodzielności u dzieci zawarty jest w podstawie programowej wychowania przedszkolnego, gdzie wskazane jest głównie kształtowanie umiejętności samoobsługowych i higienicznych, ważne jest jednak wdrażanie ich do samodzielnego radzenia sobie w sytuacjach życiowych i przewidywania skutków swoich zachowań. Osiągnięcie samodzielności jest ważnym czynnikiem sukcesu życiowego każdego człowieka. Wspieranie rozwoju dziecka ku samodzielności to kształtowanie jego odporności psychicznej, uczenie pokonywania trudności – działania te powinny doprowadzić do samodzielności i niezależności w życiu dorosłym. Samodzielność w codziennym życiu jest niezwykle istotną dyspozycją dziecka do podejmowania wyzwań związanych z aktywnością w środowisku domowym oraz społecznym, a także do działania zgodnie z własną wolą i na miarę swoich możliwości.

Bardzo ważnym elementem życia przedszkolaka, podstawą jego całego przyszłego życia jest zabawa, poprzez którą dziecko odkrywa świat. Jest ona najważniejszą aktywnością na tym etapie życia, dzięki niej uczy się i rozwija, dlatego bardzo ważne jest zapewnienie mu w ciągu dnia dużej ilości czasu na swobodną zabawę. Oczywiście zabawy organizowane przez rodzica czy nauczyciela są równie ważne, ale to zabawa dowolnie organizowana przez przedszkolaka daje mu możliwość eksperymentowania i badania otoczenia. Dziecko, mając czas wolny, musi wykazać się kreatywnością i samodzielnością podczas organizowania sobie zabawy. To nie rodzic czy nauczyciel wymyśla, w co dziecko będzie się bawić, ale ono samo. Bardzo ważny jest tutaj wybór odpowiednich zabawek – muszą to być przedmioty kształtujące rozwijające, a nie przypadkowe i niesłużące jego rozwojowi. Zabawki powinny pobudzać kreatywność i aktywność, dlatego wszelkiego rodzaju klocki, farby, plastelina sprawdzają się dużo lepiej niż gry na telefonie lub tablecie czy bajki w TV. Dziecko w wieku przedszkolnym w sposób naturalny wykazuje zainteresowanie samodzielnym wykonywaniem czynności. Czasami jednak wątpię w swoje możliwości, nie chcą pokonywać nawet najmniejszych przeszkód, zbyt łatwo odpuszczają. Dlaczego tak się dzieje? Najczęściej przyczyną są dorośli, którzy nie pozwalają dzieciom na samodzielność, kierując do nich komunikaty, które mogą blokować podejmowanie aktywności, np.:

- „Jesteś jeszcze za mały, żeby sobie poradzić”;
- „To trudne, chodź, pomogę ci”;
- „Pomogę ci, bardzo się śpieszymy”;
- „Jak będziesz starszy, to ci się uda”;
- „Ale marudzisz, nie mam czasu czekać” itp.

Często dzieci nie mają też możliwości pomagać w kuchni lub przy sprzątanii, bo słyszą: Zostaw, ubrudzisz się! Uważaj, bo zepsujesz. Nie chodzi tutaj tylko o czynności ściśle samoobsługowe. Niejednokrotnie dziecko znajduje się w centrum zainteresowania rodziców, którzy chcą mu przychylić nieba. Nadopiekuńcza postawa rodziców blokuje samodzielność dziecka.

Skutki wyręczania dziecka mogą być następujące:

- nadmierne uzależnienie od dorosłych;
- gorsze funkcjonowanie wśród rówieśników,
- trudności w nawiązywaniu prawidłowych relacji społecznych;
- słaba adaptacja do nowych warunków;
- niskie poczucie własnej wartości;
- trudności w samodzielnym podejmowaniu działań, decydowaniu;
- mniejsza odwaga, zaradność, ciekawość i dociekliwość;
- postawa wyuczonej bierności, stałe szukanie oparcia i pomocy wśród innych.

Spełniając zachcianki dziecka, wyręczając je we wszystkim, rodzice nie chcą, by napotykało jakiegokolwiek przeszkody czy trudności. Zabierają mu tym samym możliwość bycia samodzielnym i aktywnym. Zdarza się, że dopiero w przedszkolu dziecko spotyka się z sytuacją, gdy wymaga się od niego radzenia sobie w różnych sytuacjach (nie tylko samoobsługowych), np. podczas wymyślania swobodnej zabawy, kłótni z rówieśnikiem, wykonywania różnych zadań czy podczas zajęć dydaktycznych. Kompetencje społeczne i samoobsługowe rozwijają się u dzieci od samego początku ich życia, natomiast rozkwit tych umiejętności następuje między 3. a 6. r.ż. Dziecko zaczyna w tym czasie realizować własne cele i pomysły, stara się być niezależne od innych przynajmniej w sferze praktycznych działań. Ogromny wpływ na nabywanie kompetencji związanych z szeroko pojętą samodzielnością mają przede wszystkim:

- otoczenie wychowawcze (wzory proponowane przez najbliższych, ich stosunek do dziecka, relacje panujące w rodzinie, modele wychowawcze itp.);
- kompetencje motoryczne (szeroko rozumiana sprawność na poziomie motoryki małej i dużej);
- kompetencje poznawczo-emocjonalne (czyli poziom inteligencji, percepcja, integracja sensoryczna, odporność emocjonalna, umiejętność radzenia sobie z trudnościami);
- liczba zgromadzonych doświadczeń w każdej sferze związanej z samodzielnością.

Dzieci uczą się samodzielności, podpatrując dorosłych, podejmują próby w taki sposób, jaki zaobserwowały u najbliższych. Już M. Montessori pisała: *Zadaniem dorosłych „nie „czego dziecko nie jest w stanie samo zrobić, musimy mu to dokładnie pokazać. Nie możemy dawać zbytecznej pomocy, ale też nie zaniechajmy tej koniecznej”.* jest usuwanie wszystkich przeszkód pojawiających się na drodze małego człowieka, ale raczej pozwolenie, aby dziecko, pod czujnym okiem dorosłego, samodzielnie mogło zmagać się z przeszkodą, by mogło czerpać satysfakcję z własnej samodzielności i doświadczać poczucia sprawstwa”.

Dziecko powinno obserwować przykłady samodzielnego działania i „zarażać się” samodzielnością w swoim środowisku (zwłaszcza od osób znaczących).

Edukacja ku samodzielności to wspieranie działań dziecka, to stopniowe wycofywanie się z pomocy dorosłego, to zachęcanie do własnych, śmiałych poczynań. Nie oznacza to pozostawiania dziecka bez opieki i wsparcia. Wręcz przeciwnie — dziecko musi mieć świadomość, że zawsze i w każdej sytuacji może liczyć na pomoc dorosłego.

Aby wspomóc proces rozwijania się samodzielności u dziecka rodzic może podjąć konkretne działania, wśród których znajdują się:

1. Pomoc tylko wtedy, kiedy to konieczne (dziecko wyręczane szybko uczy się tego, że ktoś zrobi coś lepiej i szybciej, dlatego przestaje wykazywać inicjatywę).

2. Zapewnienie dziecku czasu (każde potrzebuje innego), cierpliwości (dziecko potrzebuje wielu prób), tolerancji przejściowego bałaganu.
3. Pozwolenie na popełnianie błędów, pozwolenie dziecku na poznanie swoich możliwości i ograniczeń. Wspieranie w razie porażki, namawianie do kolejnych prób, nie odbieranie nadziei, przypominanie dziecku jego sukcesów i emocji z nimi związanych.
4. Zauważanie i docenianie wysiłków dziecka, chwalenie każdego przejawu jego samodzielności i inicjatywy. Unikanie ogólnikowych ocen i pouczania, udzielanie konkretnych informacji, proponowanie dziecku wyboru i zaakceptowanie go.
5. Dodatkowe zachęcanie dzieci nieśmiałych, z zahamowaniami do kolejnych prób, czasem wykonanie zadania wspólnie z dzieckiem.
6. Rozumienie, że dziecko ma prawo do niezdarności, błędów, pomyłek (tak jak dorośli).
7. Współpraca z nauczycielami przedszkola. To ważne, gdyż osiągnięcia wypracowane przez nauczycieli powinny być kontynuowane w domu – można wtedy liczyć na szybsze efekty.
8. Wprowadzenie jasnych zasad bezpieczeństwa. Wielu dorosłych obawia się dziecięcej samodzielności, upatrując w tego typu zachowaniach sytuacji niebezpiecznych. Obawiają się, że dziecko np. połknie pastę podczas mycia zębów, zamydli sobie oczy szamponem, zapłącze w elementy odzieży, wrzuci do toalety wartościowy przedmiot itp. Z tego powodu wyręczają coraz starsze dzieci, wręcz straszą wypadkiem, starają się tworzyć aurę przeszkody nie do pokonania. Tak naprawdę wystarczy nadzorować poczynania dziecka, być przy nim lub instruować słownie. Oczywiście musi ono wiedzieć, że są czynności, których pod żadnym pozorem wykonywać mu nie wolno, lecz w rzeczywistości jest ich stosunkowo niewiele.
9. Świadomość tego, że samodzielność dla dziecka musi stać się nawykiem. Najistotniejsze zatem staje się wdrukowanie jej w umysł dziecka, jako sytuacji nawykowej, czyli automatycznie powtarzanej często kilka razy codziennie w ściśle określonych sytuacjach.

W jakich sytuacjach zatem dziecko powinno wykazywać samodzielność? W jakim wieku można wymagać od dzieci poszczególnych umiejętności? Poniższe zestawienie może służyć pomocą:

Kompetencje samoobsługowe dwulatka:

- potrafi samodzielnie jeść niektóre potrawy, np. pokrojone kanapki lub owoce;
- potrafi jeść łyżką, choć zalewa się;
- potrafi nabić potrawę na widelec i unieść do ust;
- potrafi samodzielnie pić z kubka trzymając oburącz lub za uchwyt (czasem rozlewa, chcąc napić się szybko);
- potrafi myć zęby choć nie zna odpowiednich technik (wykonuje tę czynność niestarannie, ale wie, jakie przybory są potrzebne i że tę czynność wykonuje się w łazience);
- potrafi namydlić ręce (choć dokładne spłukanie sprawia kłopot);
- potrafi wytrzeć ręce ręcznikiem (niedbale);
- próbuje namydlić ciało, będąc w wannie (nieporadnie, ale wie o co chodzi);
- pozwala na obcięcie paznokci (zwłaszcza wtedy, gdy dorośli czynią to regularnie, bez przemocy);
- potrafi dmuchać w chustkę, jeśli dorosły przystawi ją do nosa dziecka;
- potrafi samodzielnie rozebrać się z niektórych elementów odzieży (zwłaszcza zdjąć spodnie, rozpiętą kurtkę, czapkę)

- z niewielką pomocą zdejmuje trudniejsze elementy odzieży (współpracuje);
- potrafi włożyć buty (często niepoprawnie);
- współpracuje podczas ubierania i rozbierania (podnosi ręce, odpowiednio ustawia stopy, itp.) ;
- potrafi zgłaszać potrzeby fizjologiczne (choć nie czyni tego regularnie);
- wie, z czego trzeba się rozebrać, będąc w toalecie (wymaga pomocy);
- potrafi skorzystać z nocnika i sedesu;
- wykonuje proste polecenia (np. podaj misia, usiądź przy stole, itp.);
- naśladuje samoobsługowe zachowania dorosłych (stara się uczestniczyć w czynnościach pielęgnacyjnych).

Kompetencje samoobsługowe trzylatka:

- potrafi samodzielnie jeść (przy pomocy łyżki i widelca, jeśli twardsze produkty zostały pokrojone);
- potrafi samodzielnie pić z kubka (i nalać sobie napój z innego naczynia);
- potrafi samodzielnie myć zęby (czyni to jeszcze niestarannie, ale wie na czym polega zasada mycia zębów);
- nakładanie odpowiedniej ilości pasty sprawia mu trudność;
- potrafi wypluć pianę i wypłukać usta nie połykając wody;
- potrafi umyć ręce: namydlić, spłukać, wytrzeć (co prawda trzylatki wykonują te czynności jeszcze niestarannie, ale już bez pomocy potrafią sobie poradzić);
- potrafi namydlić ciało, będąc w wannie (choć dorosły musi zwykle poprawić);
- pozwala na obcięcie paznokci;
- wie, jak oczyścić nos (dmucha do przystawionej do nosa chusteczki);
- potrafi się samodzielnie rozebrać i ubrać (z wyjątkiem rajstop lub odzieży z dużą liczbą falban lub skomplikowanymi zapięciami);
- czapkę i szalik wkłada poprawnie, lecz niestarannie;
- zgłasza potrzeby fizjologiczne;
- potrafi rozebrać się w toalecie;
- potrafi skorzystać z sedesu (podcieranie sprawia mu duży kłopot);
- potrafi się ubrać (zwykle niestarannie).

Kompetencje samoobsługowe czterolatka:

- korzysta z toalety (wymaga pomocy przy podcieraniu);
- poprawnie myje dłonie, zęby i twarz;
- samodzielnie je łyżką i widelcem;
- pije z kubka i nie oblewa się;
- potrafi nałożyć sobie na talerz kanapkę i nalać sok;
- ubiera się i rozbiera (z wyjątkiem skomplikowanych ubrań lub zapięć);
- zakłada buty (nie potrafi ich zawiązać).

Kompetencje samoobsługowe pięcioletka:

- samodzielnie korzysta z toalety (w pełnym zakresie);
- samodzielnie spożywa posiłki;
- samodzielnie myje zęby, twarz, ręce (zna odpowiednie techniki);
- samodzielnie ubiera się i rozbiera;
- odkłada zdjętą odzież, ale jej nie składa;
- potrafi porządkować pokój;

- czynności samoobsługowe wykonuje sprawnie.

BIBLIOGRAFIA:

1. Ewa JĘDRZEJOWSKA, „Samodzielność dzieci w wieku przedszkolnym”, *Pedagogika Przedszkolna i Wczesnoszkolna* Vol. 5 1 (9)/2017
2. Ewelina Śliwa, „Rozwijanie samodzielności u dzieci – jedno z podstawowych założeń Friedricha Froebela”, *BLIŻEJ PRZEDSZKOLA* 2.173/2016
3. Anna Mikler-Chwastek, „Samodzielność życiowa oraz kształtowanie czynności samoobsługowych, nawyków higienicznych i kulturalnych dzieci w wieku przedszkolnym”