

Samodzielne małe dziecko - czy to możliwe



Samodzielność dziecka przejawia się w trzech aspektach:

- *samodzielności praktycznej*, czyli takiej która pozwala na samodzielne poradzenie sobie z wyzwaniami porządkowymi i samoobsługowymi
- *samodzielności umysłowej*, polegającą na umiejętności podejmowania decyzji i rozwiązywania problemów podczas zabawy i nauki
- *samodzielności społecznej*, przejawiającej się w umiejętności współdziałania z rówieśnikami i opiekunami, porozumiewania się z nimi oraz barania odpowiedzialności za podejmowane decyzje społeczne

Stopień rozwoju umiejętności samoobsługowych różni się między dziećmi. W jednej grupie wiekowej możemy często zaobserwować dzieci, które świetnie sobie radzą z rozbieraniem, higieną oraz takie, które potrzebują niemal pełnego wsparcia przy tych samych czynnościach. Od czego zależy takie zróżnicowanie? Czynnikiem jest wiele: począwszy od różnic płciowych, poprzez ilość doświadczeń i przyzwyczajenia wyniesione ze środowiska domowego po problemy z napięciem mięśniowym, słabo rozwiniętą motoryką małą i dużą czy występujące zaburzenia rozwoju.

W pracy nad umiejętnościami samoobsługowymi dziecka ważne jest, aby wiedzieć co dziecko powinno osiągnąć w danym przedziale wiekowym. Jeśli nie osiągnęło niższych, podstawowych umiejętności nie wymagajmy od niego bardziej złożonych, które przekraczają jego możliwości.

Wspieranie przez osobę dorosłą samodzielności dziecka odbywa się poprzez:

- budowanie bezpiecznej relację z dzieckiem

- budowanie poczucia wartości dziecka poprzez docenianie, chwalenie, okazywanie szacunku dla wysiłku dziecka
- uważne słuchanie dziecka
- wyznaczanie swoich granic i respektowanie granic dziecka
- mówienie o własnych uczuciach i oczekiwaniach
- dawanie dziecku możliwości wyboru
- nie wyręczanie i nie spieszenie się z daniem rozwiązania, pomocy
- umiejętnie wycofywanie swojej pomocy i obecności w miarę postępów
- dawanie możliwości naprawiania różnych spraw przez dziecko i pokazywania konsekwencji zachowań



NAUKA SAMODZIELNOŚCI

Pewne umiejętności są niezbędne do samodzielnego funkcjonowania dziecka poza środowiskiem domowym. Dziecko jest w trakcie ich nabywania i często jeszcze potrzebuje pomocy i wsparcia. Udany start w żłobku nie oznacza, że dziecko ma być w pełni samodzielne -

nauczyciele są po to, by je wspierać. Należy jednak pamiętać, że wspieranie nie polega wyręczaniu dziecka. Najlepsze efekty dziecko osiąga gdy jest zachowana spójność między wymogami żłobka i domowymi. Współpraca rodziców z gronem pedagogicznym znacznie przyspiesza rozwój samodzielności dziecka, poprzez wyznaczanie tych samych celów i bycie konsekwentnym.

Nauka samodzielnego jedzenia:

Początkowo dziecko może mieć trudności z utrzymaniem łyżki i widelca, często się brudzi i zalewa. W tym okresie ważne jest aby dziecko nie zniechęcało się i próbowało samodzielnie jeść, dlatego nie wyręczamy dziecka a pokazujemy w atmosferze wspierającej jak sobie radzić. Nigdy nie należy karać czy krzyczeć na dziecko za nieudane próby, wolne tempo jedzenia i niezgrabne ruchy. Chwalenie za starania i samodzielnie jedzenie przyniesie znaczenie szybsze i lepsze efekty. Pamiętajmy, że dzieci uczą się samodzielności małymi krokami. Bądźmy konsekwentni- jeżeli wymagamy od dziecka samodzielnego jedzenia jednego dnia, nie wyręczamy go poprzez karmienie następnego dnia. Wówczas uczymy dziecko, że warto poczekać i „pokręcić nosem” bo w końcu i tak go ktoś nakarmi. Gdy dziecko potrafi sprawnie jeść rozwijamy jego samodzielność poprzez możliwość posmarowania sobie (tępy) nożem kanapki, nalania z dzbanka wody do kubeczka, nakrycia do stołu i posprzątania po jedzeniu. Ważne aby zdawać sobie sprawę, że dziecko nie tylko uczy się umiejętności samodzielnego jedzenia ale również ćwiczy koordynację wzrokowo-ruchową, oraz koncentrację uwagi.

Nauka ubierania się:



Podczas samodzielnego ubierania dziecko ćwiczy nie tylko umiejętności samoobsługowe i swoją niezależność ale również motorykę dużą i małą (np. przy zakładaniu spodni/ sweterka, rozpinaniu guzików), koordynację pracy obu rąk (zakładanie skarpetek, bucików) czy koncentracji uwagi i koordynacji ruchów ręki i oczu (wiązanie bucików, zapinanie guzików/ suwaka itp.). Ubierając i rozbierając dzieci zabieramy im możliwość ćwiczenia szeregu umiejętności, które przekładają się na sprawności ruchowe czy grafomotoryczne dziecka. Wiedząc co dziecko powinno umieć zrobić dla swojej normy wiekowej wymagamy podstawowych umiejętności i wspieramy rozwój trudniejszych. Możemy pomóc dziecku poprzez wykonywanie danej umiejętności jego rączkami (np. zakładania bucików), najlepiej z zza pleców dziecka. W ten sposób dziecko częściowo zaangażowane jest w czynność samoobsługową i ma możliwość uczenia się sekwencji poszczególnych ruchów w celu osiągnięcia danej sprawności. Chwalmy i dostrzegajmy najmniejsze starania dziecka budując jego motywację do działania.

Nauka higieny:



W wieku przedszkolnym dziecko nabywa umiejętności sygnalizowania potrzeby fizjologicznej, korzystania z toalety, używania papieru toaletowego i mycia rąk zawsze po skorzystaniu z toalety, przyjeździe ze spaceru i przed posiłkami. Po posiłkach prócz namydlenia rączek czeka maluszka mycie buzi i ząbków. Poza samymi czynnościami higienicznymi dziecko musi wykonać szereg innych im towarzyszących jak: podciąganie rękawów, odkręcenie i zakręcenie kranu, wyciśnięcie pasty, zakręcenie tubki z pastą, rozpięcie spodenek, wciąganie rajstop i spodni, spuszczenie wody, opuszczenie kłapy, wycieranie rączek itd. Poza samą

nauką samoobsługi dziecko znów ma możliwość ćwiczenia koordynacji, motoryki, współpracy obu rąk. Pozwólmy na samodzielne wykonanie sekwencji czynności poprzedzających sam akt higieniczny jak i następujących po nim. Czynność samoobsługową powinniśmy postrzegać właśnie jako sekwencję kroków składającą się na określoną umiejętność, a nie tylko pojedynczą czynność. Tylko wtedy dziecko dąży do osiągnięcia pełnej samodzielności w danym zakresie. I tak np. na umiejętność samodzielnego mycia rącek będzie składała się sekwencja czynności takich jak: pójście do łazienki, zapalenie światła, podciągnięcie rękawów, odkręcenie kranu, namydlenie rącek, optukanie, zakręcenie kranu, wytarcie rącek w ręcznik, opuszczenie rękawów, zgaszenie światła, opuszczenie łazienki. Częste skracanie tej sekwencji jedynie do włożenia rącek pod bieżącą wodę i wytarcie znacznie ogranicza rozwój samodzielności naszej pociechy. Nie bójmy się zachlapanych bluzeczek i mokrych rękawów, lepiej przygotować ubranko na zmianę nie pozbawiając dziecka doświadczeń, a na pewno zobaczymy szybkie efekty jego starań.

Nauka postępowania się przyborami plastycznymi:

Malowanie, lepienie z plasteliny, wydzieranie, kolorowanie, rysowanie kredkami, wyklejanie to niezbędne czynności w rozwoju motoryki małej i kształtowaniu umiejętności grafomotorycznych. Bez odpowiedniej ilości tego typu doświadczeń rączka przedszkolaka nie będzie przygotowana do późniejszej nauki pisania co sprawi pierwszoklasiście nie lada problem. Należy zapoznać dziecko z różnymi przyborami, by było mu później łatwiej się nimi posługiwać. Jeśli dziecko nie lubi rysować bądź ma z tym trudności nie zmuszajmy go i nie krytykujmy tylko poszukajmy innego sposobu na ćwiczenie tej sprawności. Może to być malowanie farbami do rąk, rysowania palcem na tacy z piaskiem, malowanie farbami na dużych powierzchniach, wodzenie palcem po wzorach z różnych faktur i wiele innych. Ważne aby doświadczenia były zróżnicowane i ciekawe dla dziecka oraz wzbudzały motywację i chęć udziału w zajęciach plastycznych.



Chwalmy najmniejsze starania i wytwory dziecka.

Jeśli dziecko ma trudności w zakresie motoryki małej, umiejętności manualnych i grafomotorycznych, zabawy i ćwiczenia wprowadzamy według następujących zasad:

- przechodźmy od zadań łatwiejszych do trudniejszych
- od ruchów globalnych- całą kończyną, do ruchów precyzyjnych w obrębie dłoni i palców
- od angażowania jednej kończyny do angażowania obydwu jednocześnie
- od ruchów wolnych do szybkich (regulowanie tempa ruchów)
- od ruchów jednoczesnych do ruchów naprzemiennych.

DZIECI Z TRUDNOŚCIAMI W NAUCE UMIEJĘTNOŚCI SAMOOBSŁUGOWYCH

W każdym żłobku znajduje się grupa dzieci, która będzie wolniej nabywać umiejętności z zakresu samoobsługi. Mogą to być dzieci z:

- dyspraksją, czyli trudnościami w planowaniu ruchu
- zaburzeniami procesów integracji sensorycznej (związanych z czuciem, nieprawidłowym napięciem mięśniowym)
- zaburzeniami rozwoju (autyzm, upośledzenie umysłowe)
- dzieci wyręczane bez uprzednich doświadczeń stymulujących rozwój samodzielności

Ta grupa dzieci wymaga szczególnej uwagi i wsparcia ze strony opiekunów. Ważne jest aby być świadomym jak dane zaburzenie wpływa na rozwój samodzielności u dziecka i jakie cele wyznaczać dziecku aby były możliwe do zrealizowania. Nauka powinna przebiegać małymi krokami z pełnym poszanowaniem godności dziecka i uwzględnianiem jego obecnych możliwości.

Dobrze jest wspierać dziecko zza jego pleców i wykonywać możliwie najwięcej czynności za pomocą jego rączek tak aby miało możliwość zautomatyzowania sekwencji czynności danej umiejętności.

Pamiętajmy o wspieraniu dziecka w całej sekwencji elementów składających się na daną umiejętność np. mycia rąk (patrz wyżej „nauka higieny”) a nie tylko jej fragmentu- dążymy aby dziecko w przyszłości potrafiło samodzielnie, bez naszej obecności, osiągnąć pełną samodzielność. Nasze wsparcie powinno być stopniowo wycofywane (w miarę możliwości) aby dziecko nie uzależniało się od pomocy osoby dorosłej. Dajemy możliwość samodzielnego wykonania czynności przez dziecko nawet jeśli rozciąga się w czasie i jest niestaranne. Oceniamy nie wykonanie a zaangażowanie i starania dziecka.



DEMOTYWATORY.PL

Samodzielność

to jedyna droga którą dziecko powinno podążać
bez pomocy rodziców

