

Jak wspierać samodzielność u przedszkolaków?



Rozwijanie samodzielności u przedszkolaków

W świetle zainteresowań rozwojem dziecka, ważne wydaje się spojrzenie na samodzielność dziecka, jako na jego niezwykle istotną dyspozycję do podejmowania wyzwań i działania zgodnie z własną wolą. Samodzielność wynika z potrzeby niezależnego zdobywania i gromadzenia doświadczeń, sprawdzenia swoich umiejętności w różnych sytuacjach, pokonywania przeszkód. Jest gotowością do podejmowania zadań opartych na osobistej aktywności, a jej źródłem jest wola działania i akceptacja celu. Zanim pojawią się pierwsze małe sukcesy i niezależność, droga do samodzielności może być usłana błędami, próbami, ciągłymi pytaniami.

Samodzielność dziecka w wieku przedszkolnym przejawia się w trzech aspektach:

- samodzielności praktycznej**, która związana jest z samodzielnym radzeniem sobie podczas czynności samoobsługowych oraz z samodzielnym wykonywaniem powierzonych mu obowiązków związanych z pracami gospodarczymi i porządkowymi,
- samodzielności umysłowej**, która polega na podejmowaniu decyzji i rozwiązywaniu problemów zarówno w organizowanej zabawie, jak i pracy;
- samodzielności społecznej**, która oparta jest na umiejętności porozumiewania się, współpracy, współdziałania, współdecydowania oraz 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 czynnościami dnia codziennego oraz takie, które potrzebują niemal pełnego wsparcia przy tych samych czynnościach.

Od czego zależy takie zróżnicowanie?

Czynników 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 zaburzeniami w 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.

3 i 4 latek potrafi:

- rozsunąć zamek w bluzie/kurtce
- rozpiąć ubranie zapięte na zatrzaski
- mieszać łyżeczką w kubeczku/misce
- zdjąć luźną bluzę wkładaną przez głowę i rozpięte części ubrania
- odkręcić i zakręcić kran
- załatwić się do toalety i spuścić wodę
- zgłaszać potrzeby fizjologiczne
- umyć samodzielnie twarz i ręce
- włożyć półbuty z pomocą dorosłego
- włożyć kapcie
- założyć kurtkę lub bluzę rozpinaną z przodu
- zjeść samodzielnie posiłek, posługując się łyżką i widelcem
- założyć spodnie
- włożyć przez głowę luźną bluzę
- wydymuchać samodzielnie nos w chusteczkę

5 i 6 latek potrafi:

- zapinąć i rozpinąć ubranie na guziki
- ma zwyczaj mycia rąk po wyjściu z toalety i przed jedzeniem
- potrafi wykonać czynności samoobsługowe w toalecie
- w kąpielni myje się samo
- zapinąć pasek lub buty z klamerką
- przewlec pasek przez szlufki
- nałożyć pastę na szczoteczkę

- samodzielnie umyć zęby
- zapinąć ubrania na zatrzaski i zamek
- włożyć rękawiczki
- wiązać sznurowadła
- zjeść samodzielnie posiłek posługując się łyżką, widelcem i nożem.

Wspieranie przez osobę dorosłą samodzielności dziecka odbywa się poprzez:

- budowanie bezpiecznej relacji z dzieckiem
- budowanie poczucia wartości dziecka poprzez docenianie, chwalenie, okazywanie szacunku dla wysiłku dziecka
- wyznaczanie swoich granic i respektowanie granic dziecka
- mówienie o własnych uczuciach i oczekiwaniach
- dawanie dziecku możliwości wyboru
- uważne słuchanie dziecka
- nie wyręczanie i nie spieszenie się z daniem rozwiązania, pomocy
- umiejętnym wycofywaniem swojej pomocy, obecności w miarę postępów i konsekwencji zachowa.

Dzieci z trudnościami w nauce umiejętności samoobsługowych

Często zdarza się, że w przedszkolu znajduje się grupa dzieci, która będzie wolniej nabywać umiejętności z zakresu samoobsługi. Mogą to być dzieci z:

- zaburzeniami procesów integracji sensorycznej
- zaburzeniami rozwoju
- 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, jakie cele wyznaczać dziecku, aby były możliwe do zrealizowania. Nauka powinna przebiegać małymi krokami z pełnym poszanowaniem godności dziecka i uwzględnianiem jego obecnych możliwości. Należy wspierać dziecko zza jego pleców i wykonywać możliwie najwięcej czynności za pomocą jego rąk tak, aby miało możliwość zautomatyzować sekwencję czynności danej umiejętności. Pamiętajmy o wspieraniu dziecka w całej sekwencji czynności składających się na daną umiejętność np. mycia rąk, a nie tylko jej fragmentu - dążymy aby dziecko w przyszłości potrafiło samodzielnie, bez naszej obecności, osiągnąć

pełną samodzielność. Nasze wsparcie powinno być stopniowo wycofywane, aby dziecko nie uzależniło się od pomocy osoby dorosłej. Dajemy możliwość samodzielnego wykonania czynności przez dziecko nawet jeśli rozciąga się w czasie i jest niestaranna. Oceniamy nie wykonanie, a zaangażowanie, starania dziecka.

Opracowała: Grażyna Głowicka

Bibliografia:

Gruszczyk – Kolczyńska E, Zielińska E, Wspomaganie rozwoju umysłowego czterolatków i pięciolatków WSiP, Warszawa 2004

Jak świadomie je wychowywać i uczyć. Centrum Edukacyjne Bliżej Przedszkola, Kraków 2012