

Drodzy Rodzice, na ten tydzień przedstawiam Wam do skorzystania przykłady zabaw z dziećmi (linki poniżej). Są to proste, a zarazem bardzo ciekawe propozycje.

W części 6 zabawa rozwija poczucie rytmu oraz koordynację ruchową i równowagę, kształtuje wyobraźnię, umiejętność logicznego myślenia i reagowania na hasło.

file:///G:/przedszkole/przedszkole/Przedszkole-WSiP-online_czesc-6.pdf

Przypominam również o dyżurze pedagoga:

Pedagog jest dostępny dla rodziców zgodnie z następującym harmonogramem: poniedziałek – środa w godzinach 9-11 e-mail: kserwatko@spp3.sanok.pl

Pozdrawiam Was serdecznie i pozostańcie w zdrowiu.

Pedagog Katarzyna Serwatko

Drodzy rodzice, dołączam również informacje z cyklu **Pedagog radzi.....**

Tym razem będzie to:

Czym jest poczucie własnej wartości i jak je budować?

Poczucie własnej wartości to przede wszystkim znajomość siebie. Samoświadomość. Wiedzą o tym, kim się jest, jakie się ma dobre i złe strony, jakie talenty, a jakie antytalenty, co wychodzi, a co nie. Jest neutralnym, zdrowym podejściem do siebie. Nie zawyżonym i też nie zaniżonym. Po prostu prawdziwym. Poczucie własnej wartości objawia się tym, że gdy nie uda ci się wejść na drzewo, mówisz: „Chcę tam wejść, więc jeszcze trochę poćwiczę lub poproszę kogoś o pomoc” albo: „Nie potrzebuję tego, zajmę się czymś innym”. Ale w żadnym razie nie pomyślisz o sobie: „Jestem beznadziejny”. Taki zdrowy osąd samego siebie powoduje, że sam sobie jawisz się w wielu odcieniach. Możesz dziś być leniwym gadem, ale jutro będziesz pracowitym wołem. Dziś może ci nie wychodzić wiele rzeczy, by jutro dojść do doskonałości i pokazać sobie (i innym), że jesteś w tym świetny. Możesz być też niski, wysoki, garbaty lub mieć grube nogi – i co z tego? Jeśli nie pracujesz jako model, to nie ma to żadnego znaczenia. Dla nikogo. Albo nie – może to mieć głębszy sens, jak w przypadku genialnego tancerza, który stał się nim dlatego, że miał jedną nogę krótszą! Gdyby poddał się ocenie zewnętrznej – nie próbowałby tańczyć. Dzięki poczuciu własnej wartości nie musisz zajmować się ocenami innych osób, ich krytyką lub obgadywaniem, bo wiesz, że nie dotyczą ciebie, a są tylko przejawem ich żalu, smutku lub frustracji.

Dlatego poczucia własnej wartości swoich dzieci nie dasz rady zbudować na chwaleniu. Bo chwalenie przypomina osądzanie – lubi słowa w stylu: fajnie, super, ślicznie. „Śliczny rysunek”. I sprawa załatwiona. Jesper Juul pisze, że ktokolwiek próbuje oceniać, tak naprawdę nie jest zainteresowany drugą osobą. Marshall Rosenberg, twórca Porozumienia bez Przemocy,

dodaje, że to tylko statyczny obraz, a życie jest przecież dynamiczne, ciągle się zmienia. Poza tym kto ci dał prawo do oceny rysunku, jeśli nie jesteś światowej sławy artystą? Przecież nie masz do tego narzędzi. “Ślicznie” to za mało.

Prawdziwa **wartość twojego dziecka polega na tym, że jest!**

Kochaj je za to, że istnieje, a nie za to, jak próbuje ci się przypodobać. Zauważaj, obdarzaj uwagą, dawaj informacje na temat swoich uczuć. Powiedz: „Podoba mi się ten rysunek. Ciekawe, co powie tata, jak wróci”. Albo: „A co to jest? Wyjaśnij mi, co dokładnie narysowałaś?”. A gdy dziecko woła: „Mamo, patrz!”, odpowiedz: „Widzę cię!”.

Pokaż dziecku, że jest dla ciebie ważne, że masz dla niego czas. Także wtedy, gdy cię rozczarowuje, gdy jego zachowanie jest dla ciebie trudne. Okaż wsparcie, pomilcz, poczekaj, aż będzie chciało mówić od siebie. Obdarz zaufaniem, nie krzycz ciągle: „Uważaj, bo się pokroisz!”, „Uważaj, bo spadniesz!”. Spokojnie poczekaj, popatrz. I potem powiedz, co widziałeś. Dodaj do tego swoje emocje lub uczucia. Daj zobaczyć, że serce ci rośnie z jego powodu, że ci się podoba to lub tamto, że widzisz starania, nawet jeśli wyniki są słabe.

Paradoksalnie porażki są świetnymi nauczycielami – tego, że czasami trzeba więcej pracy lub cierpliwości. Albo że nad czymś warto trudzić się znacznie dłużej i podejmować więcej prób, zanim się uda, albo tego, że to nie jest dziecka mocna strona i warto poszukać w innych obszarach. I takie zdrowe podejście do siebie spowoduje, że w przyszłości twoje dorosłe już dziecko będzie wiedziało, gdzie szukać powodzenia i na czym budować na przykład swój zawodowy sukces. Będzie akceptowało to, co mu się przytrafia, i dzięki temu będzie żyło mu się pięknie.