

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

Przykładowe zagadki:

Przyszła wiosna do lasu z kluczykami przy pasku. A te klucze pachnące można znaleźć na łące. (dzwonki)

Myszek nie łąwią i ptaszków nie jedzą, te szare kotki, co na drzewach siedzą. (bazie)

Co to za kwiat niebieskim oczkiem patrzy na świat? Rośnie nad wodą, w rowie. No, kto mi odpowie? (niezapominajka)

Co to za pora roku rozrzuca zieleń wokół? Kaczeńce złoci na łąkach i słucha pieśni skowronka? (wiosna)

Drzewa je gubią, a wiatr rozrzuca w każdą stronę. Są złote, żółte, rude i czerwone. (liście)

Po zimie przybywa. Jak się nazywa? (wiosna)

Co to za malarz zimowy, co szyby w piękne wzory zdobi? (mróz)

Ptaka w długich, czerwonych butach. Po łące chodzi i żabek szuka. (bocian)

Pierwsze wiosenne kwiatki, które w swej nazwie mają „śniegi”? (przebiśniegi)

Co to za małe zwierzę, które chatkę ma na grzbiecie. Czy już wiecie? (ślimak)

Jaka pora roku przynosi dzieciom wakacje? (lato)

Cieszymy się zimą z tego białego puchu. Lepimy wtedy śnieżki i bałwanki. Idziemy na sanki! (śnieg)

Stoi w białym lesie panna zielona. W czasie świąt jest pięknie wystrojona! (choinka)

Zabawy z dziećmi

Przepis na masę balonową!

To doskonała zabawa sensoryczna, która sprawia wiele radości, a przy okazji dmuchając wielkie balony wykonujemy ćwiczenia logopedyczne.

<https://mojedziecikreatywnie.pl/2017/07/masa-balonowa-diy-prosty-glutek/>

Żelowy gniotek

Samodzielne wykonanie gniotka to wielka frajda, a taki wypełniony brokatem lub cekinami dostarcza wielu doznań sensorycznych. Proszę zobaczyć na filmie ile to zabawy.

<https://mojedziecikreatywnie.pl/2017/06/zelowy-gniotek-diy-zelatyny/>

Zabawa w kodowanie bez komputera

<https://mojedziecikreatywnie.pl/2020/03/zabawy-w-kodowanie-bez-komputera/>

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:

„Robisz wielki hałas o nic!”, czyli o akceptacji uczuć dziecka

Dziecko potrzebuje zrozumienia, by odnaleźć się w otaczającym go świecie. Zaprzeczanie uczuciom malucha uniemożliwia zaspokojenie tej potrzeby. Często czuje się on wtedy zagubiony i rozszoszczony. Komunikaty, które z założenia mają uspokoić dziecko, a które w praktyce umniejszają znaczenie trudnych emocji oraz ich przyczyny, to dla dziecka informacja, że błędnie interpretuje ono to, co czuje, że jego myśli i ocena sytuacji są złe. Jeśli dziecko uwierzy rodzicowi, może przestać ufać swoim emocjom i własnym doświadczeniom. Straci tym samym niezwykle cenną podstawę do nawiązywania kontaktu z sobą samym i z drugim człowiekiem.

Dziecko jest odrębną osobą

Doceniając znaczenie emocji, które przeżywa dziecko, możemy je wspierać w jego zaufaniu do siebie. Spojrzenie oczami dziecka na zaistniałą sytuację pozwoli rodzicowi zobaczyć więcej. Istotą jest zrozumienie, że dziecko jest odrębną osobą, ma mieć swoje własne zdanie, swoje własne uczucia i swoje własne pragnienia. Jeśli są odmienne od poglądów rodzica, to oznacza to tylko tyle, że każdy czuje to, co czuje, a różnica w ocenie sytuacji nie oznacza, że ktoś ma rację, a ktoś inny się myli. Uświadomienie sobie tego faktu jest przełomowe dla relacji rodzica z dzieckiem – i z drugim człowiekiem w ogóle – i pozwala otworzyć się na uważniejszą komunikację.

Nazywanie uczuć

Rodzic, który wczuwa się w doznania swojego dziecka, potrafi dostrzec to jak ono się czuje i pomóc mu w nazwaniu tych uczuć. Dostrzega i nazywa, zamiast oceniać i etykietować. To z kolei uczy dziecko, że można zmagać się z wieloma uczuciami – zarówno z tymi przyjemnymi, jak i tymi trudnymi. Fakt, że rodzic potrafi te uczucia przyjąć, daje dziecku poczucie bezpieczeństwa i zrozumienia.

Jak wspierać dziecko w radzeniu sobie z własnymi uczuciami?

Przede wszystkim – zrezygnować z podziału emocji na “złe” i “dobre”, nie oceniać adekwatności reakcji do wywołującego je zdarzenia. Obserwować emocje, akceptować je i wspierać dziecko w ich rozpoznawaniu.

Wzorując się na wypowiedziach A. Faber i E. Mazlish z książki „Jak mówić, żeby dzieci nas słuchały i jak słuchać, żeby dzieci do nas mówiły”, można wyróżnić cztery sposoby na to, by pomóc dziecku w radzeniu sobie z własnymi uczuciami:

Słuchaj dziecka bardzo uważnie

Poprzez aktywne słuchanie dziecka rodzic stwarza mu przestrzeń. Gdy chce ono powiedzieć coś ważnego, rodzic powinien zwrócić się całym sobą w jego stronę, poświęcić mu całą uwagę. Zdarza się, że współczujące milczenie i wsłuchanie się w dziecko jest bardzo pomocne i wystarczające. Jeśli nie możemy w danej chwili poświęcić naszemu rozmówcy pełnej uwagi, może go poprosić, by poczekał. Zawsze warto sprawdzić, co w danej chwili jest dla nas ważniejsze – wysłuchanie dziecka tu i teraz czy dokończenie wykonywanej właśnie czynności.

Zaakceptuj uczucia dziecka

Możesz wyrazić swoją uważność i zrozumienie krótkimi komunikatami: „och”, „hmm”, „rozumiem”. Zrezygnuj z oceny i komentarza. Zrozumienie daje dziecku poczucie, że jest z nim ktoś bliski, wczuwający się w jego doświadczenia. To zachęca je do wyrażenia własnych myśli i uczuć, a także do szukania swoich własnych rozwiązań sytuacji.

Nazwij przeżywane przez dziecko uczucia

Głośne potwierdzenie tego, co dziecko mówi, bez jakiegokolwiek interpretacji, pomaga mu zobaczyć, co się z nim dzieje. Można powiedzieć: „to przykre”, „to boli”, „jest ci smutno”, „czujesz się zawiedziony”. Pomocą może być stworzona przez M. Rosenberga lista uczuć i potrzeb, przywoływana często w Porozumieniu Bez Przemocy.

Zamień pragnienia dziecka w fantazję

Kiedy dziecko kieruje do rodzica prośbę, której w danym momencie nie jest on w stanie spełnić (np. „Chcę zjeść ananasa”), rodzic może przemienić taką rozmowę w zabawę (np. „Hm, gdybym tylko miała magiczną różdżkę, wyczarowałabym dla ciebie sto ananasów!”). Samo zrozumienie pragnienia dziecka może być dla niego wystarczające i ułatwić zniesienie faktu, że aktualnie w domu nie ma żadnego ananasa.

Wspierające dziecko komunikaty są bardzo ważne, ale kluczowa jest postawa rodzica i jego nastawienie do sytuacji. Bardzo wiele można przekazać na poziomie niewerbalnym.

Kiedy rozmawiać z dzieckiem?

Kiedy ma ono kłopot i przeżywa jakieś trudne dla siebie emocje.

Kiedy zarówno rodzic jak i dziecko chcą rozmawiać.

Gdy rodzic jest gotowy bezwarunkowo zaakceptować uczucia dziecka.

Kiedy rodzic wierzy, że dziecko poradzi sobie z kłopotami.

Może się okazać, że rodzic teoretycznie zaakceptuje wszystkie uczucia swojego dziecka, ale w codziennym pośpiechu, w trudnej sytuacji powróci do dotychczasowych schematów

reagowania. Jeśli dziecko powie coś, co nas rozzłości albo nawet przestraszy, zdarza nam się powrócić do swoich starych metod i zlekceważyć jego uczucia. Taką sytuację nazywa się czasem tzw. “odruchowym sprzeciwem rodziców”. Warto mieć to na uwadze, aby i w sytuacjach zaskakujących poradzić sobie z emocjami swoimi i dziecka. Jeśli jednak zareagujemy w sposób, z którego nie jesteśmy zadowoleni, zawsze możemy przeprosić i spróbować jeszcze raz.