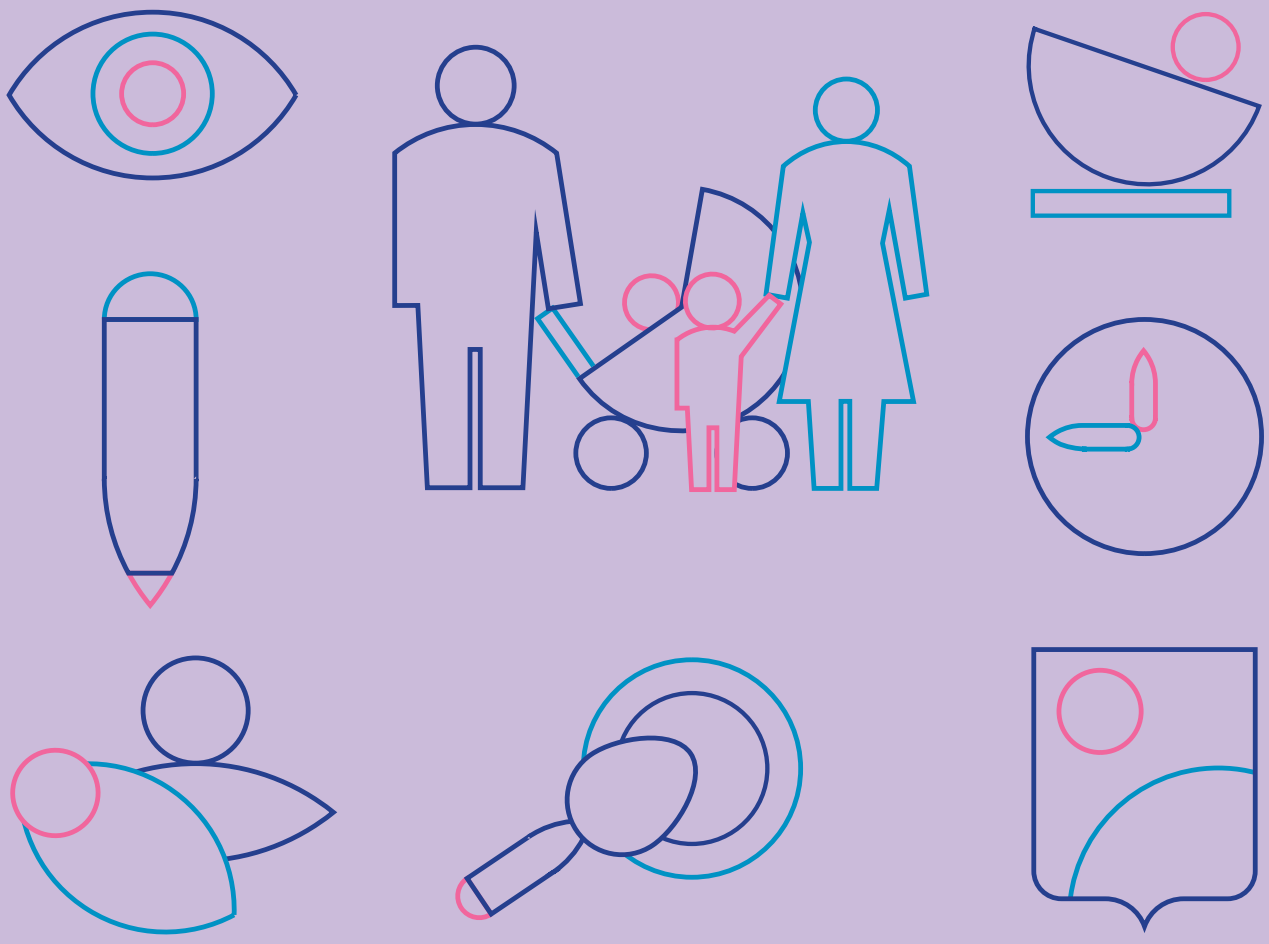


TEN ZESZYT NALEŻY DO .....

KTÓRY/A PRACUJE W .....

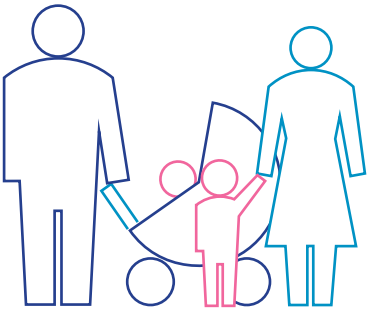
Standardy opieki sprawowanej nad dziećmi w wieku do lat 3

Podręcznik dla opiekunek/ opiekunów

ZESZYT PRAKTYKI

TEN ZESZYT NALEŻY DO .....

KTÓRY/A PRACUJE W .....



Standardy opieki sprawowanej nad dziećmi w wieku do lat 3

Podręcznik dla opiekunek/ opiekunów

ZESZYT PRAKTYKI

Spis treści

Wstęp 6

Wprowadzenie 8

1 | Ruch 10

2 | Budowanie 16

3 | Porządkowanie 20

4 | Samoobsługa 25

5 | Posiłki 29

6 | Życie społeczne małych dzieci 34

7 | Zabawy grupowe 39

8 | Myślenie naukowe małych dzieci 44

9 | Przyrodnicze odkrycia 48

10 | Książki 55

11 | Ekspresja i impresja sztuki 60

12 | Dźwięki i muzyka 65

Wstęp



Aleksandra Gajewska

WICEMINISTRA RODZINY, PRACY I POLITYKI SPOŁECZNEJ

Szanowni Państwo,

zeszyt praktyki, który oddajemy w Państwa ręce, stanowi uzupełnienie podręcznika wiedzy dotyczącego standardów jakości opieki nad dziećmi w wieku do lat 3. Został on przygotowany z myślą o codziennej pracy opiekunek i opiekunów, aby pomóc przełożyć wiedzę i zasady opisane w standardach na konkretne działania podejmowane w pracy z dziećmi.

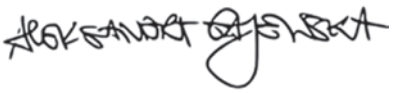
Opieka nad najmłodszymi dziećmi to praca wymagająca uważności, cierpliwości i dużej wrażliwości na potrzeby dziecka. Każdy dzień przynosi nowe sytuacje, wyzwania i doświadczenia. Dlatego tak ważne jest, aby oprócz wiedzy teoretycznej mieć także przestrzeń do refleksji nad własną praktyką oraz doskonalenia codziennych działań.

Celem zeszytu praktyki jest wspieranie Państwa w analizowaniu codziennych sytuacji, planowaniu działań oraz rozwijaniu dobrych praktyk w pracy z dziećmi. Zawarte w nim ćwiczenia, pytania i przykłady sytuacji z życia placówki mają pomóc w lepszym zrozumieniu standardów jakości oraz w ich świadomym stosowaniu w pracy z dziećmi i we współpracy z rodzicami.

Mamy nadzieję, że zeszyt ten będzie dla Państwa narzędziem, do którego będą Państwo wracać w codziennej pracy, zarówno indywidualnie, jak i podczas spotkań zespołu w placówce. Dzielenie się własnym doświadczeniem oraz wspólne poszukiwanie najlepszych rozwiązań to ważny element budowania wysokiej jakości opieki nad najmłodszymi dziećmi.

Dziękujemy za codzienną pracę, zaangażowanie i troskę o dobro dzieci. To właśnie dzięki Państwa uważności i profesjonalizmowi instytucje opieki nad najmłodszymi są miejscami bezpiecznymi, przyjaznymi i wspierającymi rozwój każdego dziecka.

Z wyrazami szacunku



Wiceministra Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej

Wprowadzenie



Monika
Rościszewska-
-Woźniak

**FUNDACJA
KOMEŃSKIEGO**

Droga Opiekunko[1],

Zeszyt praktyki jest częścią *Podręcznika dla opiekunek/opiekunów*. Zgodnie z zamysłem autorek zawiera on wskazówki do codziennej pracy z dziećmi w oparciu o standardy opieki[2]. Podzielony został na obszary rozwojowe, ponieważ jednak wszystkie one dotyczą dziecka jako całości, oczywiste jest, że wskazówki zawarte w jednym rozdziale mają zastosowanie także w innych sytuacjach.

Każdy temat omawiany w *Zeszycie praktyki* dotyczy innego aspektu życia dziecka w placówce i zawiera:

- komiks – rysowany na bazie autentycznej sytuacji udokumentowanej za pomocą nagrania wideo lub zdjęć zrealizowanych w grupie żłobkowej; bohaterami są konkretne dzieci i ich zabawy;

1 Podobnie jak w *Zeszycie wiedzy* (pierwszej części *Podręcznika dla opiekunek/opiekunów*), tak i w niniejszym *Zeszycie praktyki*, ze względu na to, że w polskich placówkach większość personelu stanowią kobiety, osoby sprawujące bezpośrednią opiekę nad dziećmi nazywamy **opiekunkami**.

2 Więcej o standardach opieki wymaganych rozporządzeniem Ministra Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej z dnia 13 grudnia 2024 r. w sprawie standardów opieki sprawowanej nad dziećmi w wieku do lat 3 piszemy w *Zeszycie wiedzy* (rozdział III. STANDARDY OPIEKI – WYBRANE ZAGADNIENIA).

- krótkie omówienie najważniejszych wątków danego tematu – tu analizujemy codzienne zabawy dzieci i identyfikujemy kluczowe umiejętności, jakie dziecko w danej sytuacji rozwija;
- inspiracje – propozycje aktywności i zabaw, które mogą być przez Ciebie inicjowane wraz z pomysłami na organizację przestrzeni oraz wskazówkami metodycznymi.

Zależy nam na tym, żebyś potraktowała treści tu zawarte jako inspirację, punkt wyjścia i wsparcie do codziennej pracy z dziećmi. Zachęcamy do używania tej publikacji jak prawdziwego zeszytu i uzupełniania przedstawionych w niej treści własnymi uwagami i pomysłami – dlatego na końcu każdego rozdziału zostawiamy miejsce na Twoje notatki.

Kolejne rozdziały zawierają analizę konkretnych, „z życia wziętych" działań podejmowanych przez dzieci w żłobku, klubie dziecięcym czy u dziennego opiekuna oraz przykłady aktywności, do których Ty możesz je zaprosić. Ważne jest przy tym zachowanie równowagi między działaniami kierowanymi przez dzieci i tymi, w których wiodącą rolę odgrywa osoba dorosła. Zabawy i zajęcia inicjowane przez Ciebie powinny przeplatać się ze spontanicznymi zabawami dzieci, a ich uczestnictwo w zabawach kierowanych powinno być dobrowolne. Wszystkie codzienne sytuacje, w których dzieci uczestniczą, mają ogromne znaczenie rozwojowe. Podążaj za tym, co dziecko wnosi, czym się w danym momencie interesuje i co chce robić, a następnie – podczas planowanych aktywności – rozwijaj, pogłębiaj i utrwalaj jego umiejętności.

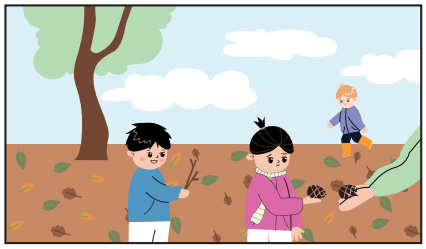
Nie traktuj propozycji aktywności zamieszczonych w tym *Zeszycie* jako instrukcji, ponieważ dzieci, nawet jeśli są w tym samym wieku, mają bardzo różny potencjał rozwojowy. W Twojej grupie mogą być dzieci z różnym doświadczeniem, z różną sytuacją rodzinną i zdrowotną, dzieci, których pierwszym językiem nie jest polski, dzieci z niepełnosprawnością.

We wszystkich naszych podręcznikach dotyczących rozwoju dzieci skupiamy się na wielu różnych wymiarach pracy opiekuńczej. Wszystkie one są bardzo ważne i wszystkie mają znaczenie. Nie zapominajmy jednak o tym, jak dużą rolę pełni w rozwoju dziecka humor. Dzieci uwielbiają żartować. Uwielbiają np. absurdalne pytania („Czy ja jestem sową?"). Te wspólne wygłupy nadają lekkości i radości codziennemu życiu – ich i naszemu. Nie zapominajmy o tym! Tej lekkości życzymy Wam jak najwięcej!

Monika Rościszewska-Woźniak
wraz z zespołem autorek

1 Ruch

SPACER WIOSENNY



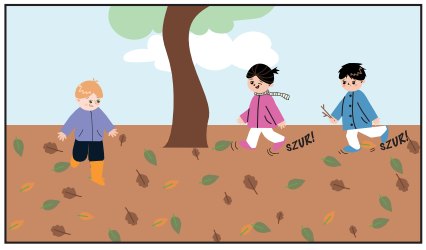
Janek ma pęczek małych gałązek. Kinga bierze szyszki podawane jej przez opiekunkę.



Kinga patrzy na szyszki. Po chwili je wyrzuca. W oddali wśród liści biega Marcel.



Janek odwraca się w stronę Kingi i Marcela, którzy biegają, szurając liśćmi.



Po chwili wszystkie dzieci bawią się w szuranie.



Marcel pada na ziemię pełną liści.



Dzieci leżą w liściach, podrzucają je do góry i szurają rękami i nogami.

Jest marzec, niewiele się dzieje w przyrodzie. Jeszcze nie ma wiosny, nie pojawiły się żadne nowe rośliny. Opiekunka planowała czas na swobodne zabawy, ale miała też pomysł na zajęcia edukacyjne. Chciała pójść z dziećmi do lasku i pozbierać trochę szyszek, gałązek i patyczków z myślą, że dzieci będą się tym później bawiły w sali. Dzieci przez chwilę zajmują się kolekcjonowaniem „skarbów": oglądają szyszki, trzymają patyczki. Po chwili ich uwagę zwraca odgłos, jaki wydają zeschnięte liście, kiedy się je poruszy nogami. Dzieci ganiają się między krzaczkami, szurając, potykając się i wpadając w nierówności powierzchni, a w końcu – naśladując Marcela – wszystkie lądują na ziemi i podrzucają zeschnięte, zeszłoroczne liście.

Co daje im taka zabawa poza radością i poczuciem swobody? Dzieci budują w sobie uważność i umiejętność obserwacji – zwracają uwagę na nowe bodźce wokół siebie. Ćwiczą umiejętności ruchowe i sprawność fizyczną, wspierają procesy integracji sensorycznej, oswajają lęk przed upadkiem (liście są miękkie), regulują napięcie emocjonalne, doświadczają skutków swojego działania i związanego z nim poczucia sprawstwa, które w pozytywny sposób wpływają na poczucie własnej wartości. Mają kontakt z przyrodą i stają się jej częścią.

Dlaczego to ważne?

Małe dzieci są zafascynowane ruchem. Ruch jest zabawą samą w sobie – poruszanie się jest jej celem. Dzięki ruchowi dzieci uczą się kontrolowania własnego ciała, rozwijają świadomość ciała i jego położenia w przestrzeni. Budują sprawność i siłę fizyczną, zdobywają i ćwiczą nowe umiejętności. Rozwijają równowagę oraz angażują zarówno prawą, jak i lewą półkulę mózgu.

Kiedy planujesz w codziennym programie czas na swobodny ruch, a w tym także na wychodzenie na zewnątrz, uznajesz, że taka aktywność ma znaczenie dla rozwoju powierzonych ci dzieci. Ruch to nie tylko rozwój fizyczny i zwiększanie odporności dziecka, lecz także możliwość kształtowania wielu umiejętności poznawczych, emocjonalnych i społecznych, które dzieci nabywają podczas swobodnych zabaw w sali i na powietrzu.

Twoim zadaniem jako opiekunki jest **zapewnianie dzieciom możliwości swobodnego poruszania się, co może się czasami zdarzać kosztem zmiany harmonogramu dnia i planowanych aktywności.** Zaspokajanie potrzeb dziecka – w tym tych związanych z potrzebą ruchu – oraz zapewnienie warunków do wielokrotnego powtarzania i ćwiczenia nabywanych umiejętności powinny być jednak priorytetem.

→ **Co możesz robić, żeby umożliwiać dzieciom zaspokajanie potrzeby ruchu?**

- Dziecko niechodzące często umieszczaj na podłodze, tak aby mogło bezpiecznie i swobodnie ćwiczyć mięśnie grzbietu i tułowia poprzez wstawanie na czworaki i przemieszczanie się (pełzanie, raczkowanie, wstawanie, chodzenie).
- Dzieciom chodzącym lub uczącym się chodzić pozwalaj na ćwiczenia na bosaka – pozwala im to budować poczucie równowagi i ćwiczyć mięśnie stóp potrzebne do stabilnego chodu.
- Organizuj w pomieszczeniach i na powietrzu różnorodne zajęcia ruchowe dla dzieci, np. z turlaniem się, bujaniem i czworakowaniem.
- Zachęcaj dzieci do samodzielnego wykonywania rytmicznych układów ruchowych (tzw. schematów ruchowych). Wykorzystując muzykę i śpiewając piosenki, zachęcaj je do ćwiczenia powtarzalnych ruchów. Pamiętając o żywiołowości dzieci, zapewnij im wolną przestrzeń, w której będą mogły poruszać się swobodnie i szybko.

- Zapewnij dzieciom miejsce na zewnątrz, które pozwoli im chodzić po nierównościach, zbiegać z górki, wspinać się, skakać, czołgać.
- Doceniaj różne sposoby poruszania się dzieci.
- Stwarzaj dzieciom warunki do wędrowania, pokonywania przeszkód i eksplorowania przestrzeni.
- Zapewnij dzieciom jak najwięcej swobody w przemieszczaniu się między przestrzenią zamkniętą a otwartą.
- Zachęcaj dzieci do ruchu angażującego różne partie ciała, powtarzania ruchów w różnym tempie (szybko-wolno) i stawania na palcach.
- Inicjuj zajęcia ćwiczące napięcie mięśni, np. rozciąganie, wspinanie się na palce, zwijanie w kłębek, skręty tułowia, turlanie.
- Przynieś do placówki duże przedmioty, które można na różne sposoby wykorzystać w zabawie, np. pudła, drabiny, stojaki, beczki. Pozwól dzieciom na zapoznanie się ze sprzętem, daj im czas na ćwiczenie umiejętności.

DZIECI MIERZĄ SIĘ Z WYZWANIAMI

Swobodna, niekierowana przez dorosłego zabawa dziecka w ogrodzie umożliwia mu podejmowanie wielu aktywności „ryzykownych". Zadaniem dorosłego jest zadbanie o to, by były one na miarę możliwości rozwojowych dziecka.

„Ryzykowną" zabawę definiujemy jako podejmowanie przez dzieci wyzwań, których pozytywny rezultat wcale nie jest pewny. Podejmując ryzyko, dzieci kształtują odporność, uczą się radzenia sobie ze stresem lub porażką, budują wytrwałość i pewność siebie, doświadczają granic swojego ciała, ćwiczą koordynację i koncentrację uwagi.

→ **Jakie mogą być „ryzykowne" zabawy[1]?**

- zabawy „na wysokości", np. wspinanie się, skakanie lub schodzenie z wysokości;
- zabawy „szybkościowe", np. zbieganie z górki, zjeżdżanie ze zjeżdżalni;
- zabawy z użyciem prawdziwych narzędzi, np. kopanie dołków łopatką;
- zabawy siłowe, np. mocowanie się, przenoszenie większych przedmiotów;
- zabawy w chowanie się/odkrywanie nowych miejsc;
- zabawy „brudne", w których dzieci mają styczność z ziemią, trawą, kamieniami, błotem, liśćmi.

Zapewnienie dzieciom możliwości udziału w takich zabawach niesie ze sobą jeszcze jedną korzyść: może wzmocnić poczucie przynależności dzieci do grupy [2].

[1] Sandseter, E.B.H. (2007). Categorising risky play – how can we identify risk-taking in children's play? *European Early Childhood Education Research Journal 15*(2): 237–252.

[2] Little, H., Stapleton, M. (2023). Exploring toddlers' rituals of `belonging' through risky play in the outdoor environment. *Contemporary Issues in Early Childhood*, 24(3), 281-297.

Inspiracje

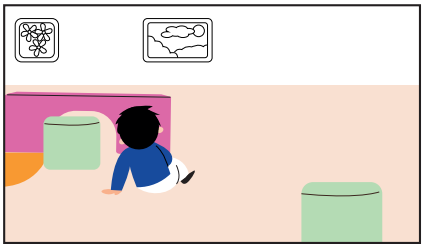
AKTYWNOŚĆ	WSKAZÓWKI METODYCZNE
Pełzanie, czworakowanie	Żeby zachęcić najmłodsze dzieci do tego ruchu, układaj w pobliżu atrakcyjny dla nich przedmiot (zabawkę).
Przeprawa przez tunel	Udostępniaj dzieciom różnego rodzaju tunele (np. zrobione z pudła tekturowego otwartego z obu stron albo przejścia pod złączonymi stolikami). Pełzając lub raczkując przez tunel, dzieci mogą przenosić swoje zabawki.
Chowamy się	Dzieci chętnie biorą udział w zabawach w „schowanki", np. za firanką lub pod stolikiem. Możesz sama włączyć się do zabawy z dziećmi, np. chowając je pod kocykiem.
Chodzenie po przeszkodach	Organizuj dzieciom różne przeszkody, na które mogą się wspinać: stopnie, klocki piankowe, podest, drabinkę. Mogą też wspiąć się np. na górę zbudowaną z dwóch lub trzech poduszek.
Chodzenie na palcach	Włączaj starsze dzieci w zabawy wymagające chodzenia na paluszkach, np. „chodzimy cichutko, tak żeby nikt nie słyszał".
Zabawy z piłką	Udostępniaj dzieciom piłki zrobione z różnych materiałów (np. pianki, gumy) i stwarzaj wiele możliwości zabaw: • kopanie – dziecko w leżeniu na plecach kopie nóżkami w piłkę zawieszoną nad nim np. na sznurku; • rzucanie i łapanie piłki (im mniejsze dziecko, tym mniejsze i bardziej miękkie powinny być piłki); • strzelanie goli; • turlanie – dzieci chętnie turlają piłkę do siebie nawzajem (najmłodsze po prostu odpychają ją od siebie, starsze przyjmują ją i turlają do innych). Można rozwijać tę zabawę, dodając imię dziecka, do którego kierowana jest piłka (wtedy jest to zabawa dla starszych dzieci).
Turlanie się	Małe (niechodzące) dzieci uwielbiają turlać się z brzuszka na plecy, co warto połączyć ze śledzeniem wzrokiem ulubionej zabawki. Możesz wspomagać dziecko, np. kładąc interesujące je materiały w jego bliskim otoczeniu i/lub ustawiając przedmioty bliżej-dalej. Starsze dzieci lubią toczyć się po podłodze, mogą też staczać się z małej pochylni lub materaca.
Podskakiwanie	Dzieci chętnie próbują swoich sił, siedząc i podskakując na miękkich piłkach (z „uszami" do chwytania). Dzięki temu ćwiczą podskoki, zeskoki, przejścia i przeskoki (np. przez rozłożoną linę lub drugi materac).
Zjeżdżanie	Dzieci uwielbiają zsuwać się z niewielkiej wysokości po śliskiej powierzchni, np. na poduszkę lub materac.
Suwanie	Suwaj i obracaj dziecko na kocu po podłodze.

AKTYWNOŚĆ	WSKAZÓWKI METODYCZNE
Kręcenie się	Możesz zachęcać dzieci do zabaw, których elementem jest robienie kółek wokół własnej osi, raz w lewo, raz w prawo; to aktywność, która sprawia im wiele radości i pozwala ćwiczyć równowagę.
Rób tak jak ja	Zachęcaj dzieci (również własnym przykładem) do naśladowania prostych układów ruchowych. Możesz wprowadzić modyfikacje tych zabaw, proponując kolejnym dzieciom bycie „wodzirejem" – dziecko rusza się w określony sposób, a pozostali (Ty również) powtarzają te ruchy.
Popychanie i ciągnięcie	Zorganizuj dzieciom dostęp do zabawek i materiałów, które mogą pchać lub ciągnąć, np. wózka, taczki, samochodu, pudła tekturowego (dla małych dzieci konieczna jest podpórka, która ułatwi im utrzymanie równowagi), zabawki na sznurku. Podejmując te działania, dzieci uczą się tak manewrować, żeby nie wpadać na przeszkody i kontrolować ruch. Uwaga: duże zabawki do pchania i ciągnięcia warto wykorzystać do zabaw na powietrzu.
Bieganie	Zadbaj o to, żeby bieganie nie wymagało Twojej nieustannej uwagi i ograniczania aktywności dzieci z obawy, że wpadną na sprzęty lub przewrócą inne dzieci. Najlepsze warunki do tego typu zabaw są poza salą – w ogrodzie, na wolnym powietrzu.
Ruch w ogrodzie	Pomagaj dzieciom wypróbowywać różne rodzaje ruchu: czworakowanie, ruch wijący, pełzanie, prześlizgiwanie się po trawie ruchem wężowatym (np. umieszczając w ogrodzie tunele), pokonywanie przeszkód, poruszanie się po nierównym podłożu (górka), wspinanie się (np. na niskie drabinki), wchodzenie na ławeczki, podesty czy schody, wskakiwanie i zeskakiwanie, balansowanie (do tego wystarczy niski krawężnik lub deseczka ułożona na trawie), huśtanie, zjeżdżanie, kręcenie się, turlanie. Dzieciom, które nie opanowały jeszcze chodzenia, możesz stworzyć osobną przestrzeń, by również one mogły doświadczać ruchu zgodnie ze swoimi możliwościami i potrzebami. Może się tu sprawdzić obszerny taras lub zadaszony i osłonięty od wiatru i nadmiaru słońca podest w ogrodzie. Do wszystkich powyższych form ruchu możesz zachęcić dzieci poprzez własny przykład, organizując zabawy i biorąc w nich udział lub tworząc inspirującą przestrzeń w ogrodzie, która samoczynnie pobudzi dzieci do działania.

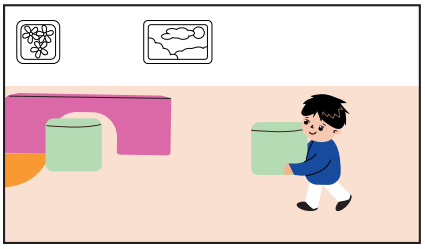
NOTATKI

2 Budowanie

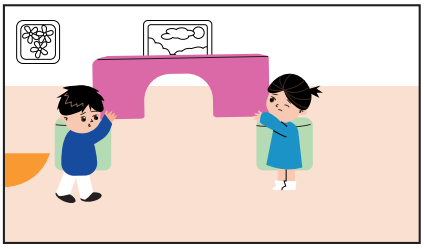
KACPER BUDUJE MOST



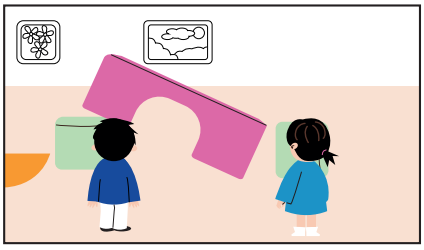
Kacper próbuje wpełznąć pod bezładny stos miękkich klocków, ale mu się nie udaje.



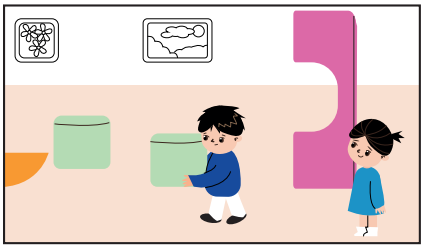
Ustawia dwa klocki-filary daleko od siebie.



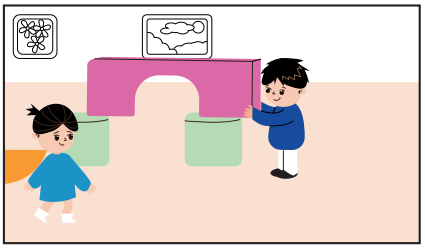
Kacper podnosi klocek-mostek i ustawia go na filarach. Lena mu pomaga. Mostek ledwie dotyka drugiego filaru.



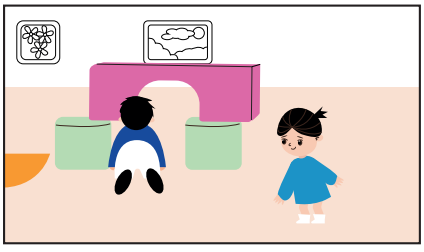
Jeden filar się wywraca, a cała konstrukcja się wali.



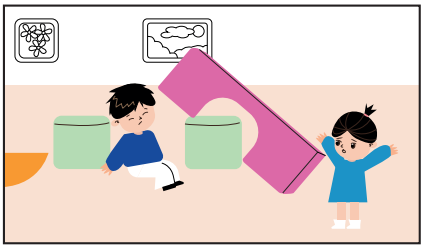
Kacper próbuje dalej. Znowu ustawia filary. Lena się przygląda.

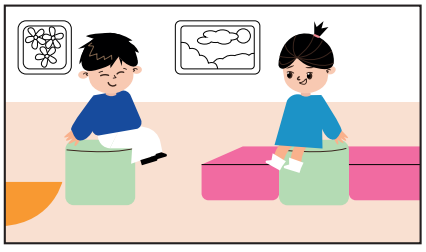


Na filary Kacper stawia mostek. Jest trochę krzywo, ale między filarami powstaje prześwit.



Kacper próbuje przejść pod mostkiem, a konstrukcja znowu się zawala.





Kacper z Leną siedzą na filarach.

Próby i błędy, przymierzanie się do różnych rozwiązań, niezrażanie się niepowodzeniami, wykorzystanie porażki do tworzenia nowych zabaw. W tych słowach można by streścić tę historię. Kacper ma pomysł, żeby zbudować coś, pod czym się zmieści – nie wiemy, czy chodzi mu po głowie tunel, czy most, czy po prostu jest zafascynowany wielkimi, ciężkimi dla niego klockami (dla niego są to „kloce", a nie klocki). Próbuje coś zrobić, ale konstrukcja się wali. Aż korci, żeby dać instrukcję („Kacperku, te podstawy do tunelu muszą stać blisko siebie") albo ruszyć z pomocą i poustawiać wszystko razem z nim. Po to, żeby odniósł sukces, żeby był zadowolony.

Tymczasem nie zawsze to jest najważniejsze. Warto poczekać i dać dziecku szansę na zmierzenie się z problemem, a innym dzieciom – możliwość dołączenia do wspólnego wyzwania. Ważne jest, żeby dzieci próbowały i żeby mogły doświadczać różnych emocji związanych z próbowaniem nowych rzeczy. Przeżycie doświadczenia, kiedy próbuje się czegoś nowego, kiedy coś się nie udaje i kiedy trzeba zmodyfikować początkowe założenia, żeby pójść dalej, uczy więcej niż wykonanie zadania dzięki korzystaniu z instrukcji udzielonej przez osobę dorosłą.

To, co widzimy na końcu historii, budzi radość – dzieci, które razem budowały coś, co im się zburzyło, stworzyły między sobą coś nowego. Najpierw miały wspólną radość z zabawy, a następnie – wspólne pomysły na to, co można robić dalej.

Dlaczego to ważne?

Tworzenie konstrukcji jest procesem angażującym kompetencje poznawcze i motoryczne, dla którego kluczowe są eksperymentowanie i doświadczanie właściwości przedmiotów. Z tego później wyodrębni się celowe wybieranie, grupowanie, a następnie klasyfikacja z uwzględnieniem wybranej przez siebie cechy.

Remo Largo, pediatra, autor badań i książek o rozwoju dzieci, zauważył, że „żadne dziecko nie buduje wieży bez wcześniejszej zabawy pojemnikami i ich zawartością"[3]. Rozwojowo budowanie jest poprzedzone badaniem materiału, który służy do budowania, i poznawaniem jego właściwości. Dzieci badają klocki, biorąc je do buzi, dotykając kantów, rogów i płaskich powierzchni, zbierając takie same klocki do koszyków lub torebek, nosząc je po sali, aby w końcu ustawić je na podłodze i eksplorować ich wzajemne relacje. Wbrew przyjętemu przekonaniu, dzieci nie zaczynają od budowania wieży, lecz tworzą konstrukcje horyzontalnie, ustawiając klocki obok siebie, a nie jeden na drugim. Miesiącami budują drogi i płoty. Umiejętność budowania „wzwyż" pojawia się zwykle relatywnie późno w rozwoju – około połowy, a nawet końca drugiego roku życia.

Po fazie budowania horyzontalnego przychodzi czas na budowanie wertykalne i wtedy obserwujemy pierwsze wieże i bloki. Szybko i niedokładnie stawiane warstwy prowadzą do upadku budowli. Te doświadczenia pobudzają dziecko do wielokrotnych powtórzeń, aż nauczy się ustawiać kolejne klocki tak starannie, aby

[3] Largo, R., H. (2007). *Babyjahre, Piper Verlag*

powstała stabilna konstrukcja. W trakcie budowania dzieci uczą się praw fizyki, myślenia konkretnego i planowania, dzięki czemu „uchwytują" i zgłębiają tajniki warunków przestrzennych. Doświadczają swojego wpływu na otoczenie – uczą się, że mogą je zarówno kształtować, jak i zmieniać. W tym kontekście budowanie jest ważnym doświadczeniem przestrzeni, które odbywa się w formie zabawy.

Twoją rolą jest towarzyszenie dzieciom w taki sam sposób, w jaki towarzyszysz im w zabawie swobodnej, czyli obserwowanie i wspieranie ich, kiedy dzieci lub sytuacja tego potrzebują. Jeśli jednak zamiast budować dzieci rzucają klockami, musisz zareagować zdecydowanie – być może są one przytłoczone liczbą klocków, zmęczone lub zirytowane tłokiem.

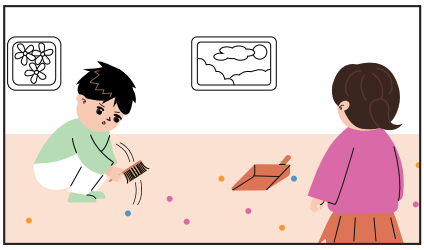
Inspiracje

AKTYWNOŚĆ	WSKAZÓWKI METODYCZNE
Doświadczenia poprzedzające budowanie	Przynieś dzieciom różne przedmioty – w różnych kształtach i kolorach, w dużej liczbie – i trochę pojemników (np. koszyczki, pudełka, torebki, miseczki), do których można chować te przedmioty. Obserwuj, jak dzieci wkładają jedne przedmioty w drugie, ustawiają je jeden na drugim.
Klocki	Udostępnij materiały do budowania. Dobrze sprawdzają się klocki jednobarwne, najlepiej w naturalnym kolorze – prostokątne drewniane (szczególnie polecane są te o długości nie mniejszej niż 4 cm), tak aby można je było układać zarówno na sztorc, jak i płasko. Dzieci doświadczają w zabawie nimi praw statyki i dynamiki. Zwróć uwagę na liczbę klocków, by nie było ich ani za dużo (może to przytłaczać dzieci), ani za mało, żeby nie ograniczać ich wyobraźni. Innymi dobrze sprawdzającymi się materiałami konstrukcyjnymi są klocki typu duplo.
Przestrzeń do budowania	Wyznacz strefę do budowania. Dywan do budowania powinien być jednobarwny, tak aby klocki były dobrze widoczne, i nie za miękki. Klocki można rozdzielić na kilka pojemników, a w ich pobliżu przygotować takie elementy, jak np. pojazdy oraz figurki ludzi i zwierząt, aby „ożywić" zabawę konstrukcyjną.
Możliwość przekształcania przestrzeni	Dzieci bardzo chętnie przekształcają przestrzeń, w której przebywają, przesuwając krzesła i stoliki. Pomocne w rozwijaniu tej umiejętności będą mobilne elementy wyposażenia (jak w sytuacji zobrazowanej w komiksie). Jeśli dzieci wykażą inicjatywę, wspomóż je (a nie ograniczaj) w budowaniu konstrukcji z wykorzystaniem krzeseł, stolików, kocyków, dużych klocków i kształtek. To świetna okazja do współpracy i zabaw tematycznych wykraczających poza zakres zorganizowanych kącików (np. w pociąg lub w samolot).
Strefa konstrukcyjna w ogrodzie	Atrakcyjne dla dzieci będą oszlifowane gałązki lub kawałki grubej gałęzi, a także duże kawałki drewna. Te materiały pozwalają im tworzyć konstrukcje różne od tych, które mogą budować z prefabrykowanych elementów wyposażenia sali.
Strefa budowlana w ogrodzie	Dzieci powinny mieć dostęp do taczek lub wózków do ciągnięcia. Mogą nimi przewozić np. gałęzie, kamyki, piasek i ziemię. W kąciku budowlanym nie powinno zabraknąć sprzętu budowlanego, czyli np. koparek, wywrotek czy dużych samochodów. Starszym dzieciom możesz zaproponować drewniane młoteczki – będą stukać, łupać orzechy włoskie, kasztany, żołędzie.

NOTATKI

3 Porządkowanie

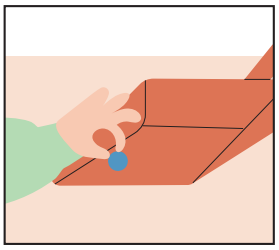
KACPER ZAMIATA



Kacper zamiata rozsypane koraliki, starannie zagarniając je miotełką na szufelkę. Przygląda się temu Iga.



Kacper zauważa koralik, który przyczepił się do miotełki. Odczepia go i ręką kładzie na szufelkę.

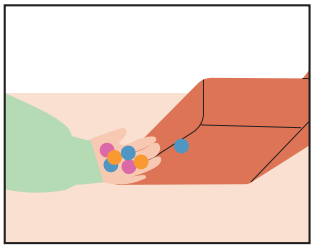




Kacper przegania Igę, która wchodzi na rozsypane koraliki



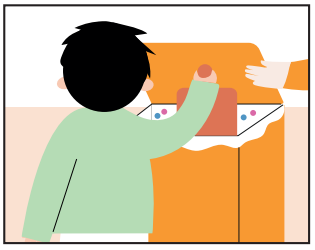
Zamiata coraz bardziej zamaszyście. Teraz nie zwraca uwagi na szufelkę, tylko czyści podłogę.



Wrzuca ręką koraliki z podłogi na szufelkę.



Wyciąga szufelkę do opiekunki, a ona prosi, żeby wyrzucił koraliki do kosza.



Opiekunka przytrzymuje klapę od śmietnika, a Kacper wyrzuca do niego zawartość szufelki.

Sprzątanie i porządkowanie to czynność, którą wykonujemy wielokrotnie w ciągu każdego dnia. Dzieci widzą to w domu, na podwórku i w żłobku. Zamiatanie, które Kacper praktykuje, to duże wyzwanie: dziesiątki koralików wysypanych na podłogę... Kacper koncentruje się na samej czynności zamiatania. Bada różne sposoby na to, żeby podłoga koło niego była wolna od koralików. Jednym z nich jest nagarnianie ich na szufelkę, innym – zamaszyste rozrzucanie ich daleko od siebie, jeszcze innym – ręczne

wrzucanie koralików do szufelki. Robi to skutecznie, a w każdym razie do momentu, w którym uznaje, że podłoga jest czysta. Ważna jest tu rola opiekunki, która pozwala na zakończenie procesu sprzątania zgodnie ze standardami dziecka, ale jednocześnie dopilnowuje, aby proces zakończył się wyrzuceniem śmieci do kubła. Dzięki temu dziecko ma przestrzeń do tego, żeby nie tylko próbować rozwiązywać problemy (rozsypane koraliki) na swój sposób, lecz także doświadczyć domkniętego procesu (bałagan + sprzątanie + wyrzucenie śmieci = czysto).

Dlaczego to ważne?

Umiejętność porządkowania buduje się z doświadczeń, w których dziecko ma możliwość realnego uczestniczenia w sprzątaniu. Codzienne sytuacje są dobrą okazją do takiej nauki. Rozlana woda czy rozsypane jedzenie nie muszą być problemem. Mogą stać się momentem, w którym pokazujemy dziecku, że takie rzeczy się zdarzają i że można je spokojnie posprzątać. Towarzyszenie dziecku w sprzątaniu zamiast wyręczania go pomaga mu w budowaniu poczucia kompetencji i odpowiedzialności za wspólną przestrzeń.

Z czasem dzieci zaczynają postrzegać porządkowanie jako część wspólnego życia w grupie. Nie zawsze będą sprzątać, nie zawsze dokładnie i nie zawsze szybko, ale regularne doświadczenie współodpowiedzialności sprawia, że dbanie o przestrzeń staje się nieodłączną częścią bycia w grupie.

Często nie chodzi o efekt końcowy – taki, który byłby prawidłowy albo wystarczający z punktu widzenia osoby dorosłej. Dzieci nie działają po to, żeby coś zrobić raz i pójść dalej. Bardziej interesuje je sam proces i możliwość sprawdzania, czy coś zadziała tak samo kolejny raz. To daje im poczucie skuteczności – widzą, że działanie prowadzi do konkretnej zmiany. Często obserwujemy, jak dzieci wkładają klocki do pudełka, żeby po chwili je wysypać, jak brudzą i wycierają stolik po kilka razy, jak moczą podłogę i ścierają ją ścierką, jak składają ubranie, żeby za chwilę je rozrzucić. W takim właśnie powtarzaniu pojawia się zrozumienie. To nie jest tylko ruch czy zabawa – to budowanie poczucia własnej mocy: „O! Potrafię to zrobić", a potem „Mogę to zrobić znowu!".

Naszą rolą w takich momentach jest przede wszystkim pozwolić dziecku działać i dać mu na to czas. Nie zawsze trzeba poprawiać, przyspieszać ani pokazywać lepszego sposobu. Warto zauważać to, co robi i być obok, kiedy próbuje, powtarza i sprawdza. To właśnie w takich prostych, codziennych sytuacjach buduje się poczucie sprawczości i skuteczności naszych działań.

Warto też zwrócić uwagę na inne zjawisko – nieodwracalności niektórych wydarzeń. Zbity kubek pozostanie zbity, nawet kiedy się go poskłada. Połknięty banan nie pojawi się ponownie na talerzu, a złamany patyk nie stanie się całością. Dzieci potrzebują wsparcia, czasu i przestrzeni do zrozumienia nieodwracalności niektórych zmian.

Porządkowanie potraktuj jako element dnia, równie ważny jak zabawa. Dzieci potrzebują czasu, by spróbować powtórzyć ruchy i dokończyć rozpoczęte czynności. Jeśli sprzątanie odbywa się w pośpiechu, łatwo staje się wyłącznie obowiązkiem dorosłego. Gdy jest wpisane w rytm dnia i nie towarzyszy mu napięcie, może być naturalną kontynuacją aktywności.

Przestrzeń wpływa na działanie, zachowanie i poziom pobudzenia dzieci, więc jeśli widzisz zabawki, którymi nikt już się nie bawi, nie czekaj na czas sprzątania, nie przywołuj również dzieci, po prostu uporządkuj przestrzeń, żeby nie powstał niepotrzebny chaos, a dzieci mogły znowu zagłębić się w twórczy proces zabawy.

Inspiracje

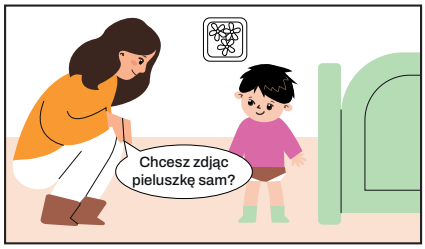
AKTYWNOŚĆ	WSKAZÓWKI METODYCZNE
Sprzątamy po posiłku	Możesz proponować dzieciom, żeby po skończonym posiłku odstawiały swoje naczynia na wózek. Dzięki temu ćwiczą samodzielność i budują poczucie odpowiedzialności za wspólną przestrzeń.
Sprzątamy po posiłku II	Po posiłku możesz zapytać, kto – oprócz sprzątania po sobie – chciałby pomóc w myciu stołu, dać dzieciom wodę w sprayu oraz ręcznik papierowy i pozwolić im wspólnie wyczyścić blaty.
Zamiatamy	Po skończonych aktywnościach plastycznych lub sensorycznych zaproś dzieci do pomocy w sprzątaniu rozsypanych materiałów z podłogi. Miej we wspólnej przestrzeni szufelki i zmiotki. Spytaj na głos: „Kto pomoże mi w posprzątaniu po zabawie?”.
Sprzątamy po zabawie	Spraw, aby sprzątanie było częścią zabawy – naturalną koleją rzeczy. Żeby umilić sprzątanie, możesz śpiewać albo włączyć piosenkę o sprzątaniu.
Porządkujemy zabawki	Gdy nadchodzi czas na zbieranie klocków, zorganizuj zabawę polegającą na wrzucaniu ich do pudełka. Pamiętaj, żeby pudełka były oznakowane. Inne dla samochodzików, inne dla zwierzątek, inne dla każdego rodzaju klocków (rozwijasz dzięki temu kompetencje matematyczne – segregowanie zbiorów).
Wycieramy rozlaną wodę	Daj dzieciom dostęp do ściereczek, ręczników papierowych, chusteczek i wody w sprayu. Pozwól im wycierać płyny rozlane w czasie posiłku lub zajęć plastycznych. Nie chodzi o dokładność, ale o doświadczenie, że ich działanie coś zmienia. Dzieci często powtarzają tę czynność wiele razy i warto im na to pozwolić. To także ważny moment uczenia się odpowiedzialności bez zawstydzania.
Pomagamy przy przygotowaniu przestrzeni	Zaangażuj dzieci nie tylko w sprzątanie, lecz także w przygotowanie miejsca do zabawy: rozkładanie rzeczy, przynoszenie materiałów. Dzięki temu widzą cały proces – od przygotowania po uporządkowanie.

AKTYWNOŚĆ	WSKAZÓWKI METODYCZNE
Kolorami do pudełek	Zaproponuj (starszym) dzieciom, żeby odkładały rzeczy według koloru (np. czerwone do jednego pojemnika, a zielone do drugiego). To łączy porządkowanie z kategoryzowaniem.
Kto znajdzie?	Zapytaj: „Kto znajdzie jeszcze jeden klocek?" albo „Kto znajdzie coś, co można włożyć do pudełka?". Dzieci często chętnie włączają się w takie „poszukiwania".
Jeszcze jeden	Zamiast mówić: „Sprzątamy wszystko", zaproponuj: „Zbierzmy jeszcze jeden klocek". Małe kroki są dla dzieci łatwiejsze i często prowadzą do większego zaangażowania.
Zakładamy i zdejmujemy	Daj dzieciom czas na samodzielne zakładanie i zdejmowanie ubrań lub butów. Nawet jeśli trwa to dłużej, pozwala im doświadczyć, że potrafią coś zrobić same. Jeśli czasem założą coś na odwrót, nie poprawiaj od razu, pozwól dziecku zauważyć, że to przeszkadza w funkcjonowaniu.
Budujemy i burzymy	Pozwól dzieciom budować wieże z klocków, a następnie je burzyć.
Otwieramy i zamykamy	Na stałe udostępnij dzieciom różne pojemniki, pudełka i słoiki, tak aby miały je w zasięgu ręki. Dzieci mogą je otwierać, zamykać, mogą także wkładać i wyjmować przedmioty. To prosta czynność, która daje wyraźny efekt. Tworzenie warunków do tego typu aktywności w ciągu dnia, równolegle z innymi zabawami, zwiększa różnorodność swobodnej zabawy.

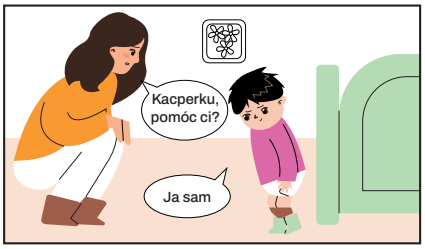
NOTATKI

4 Samoobsługa

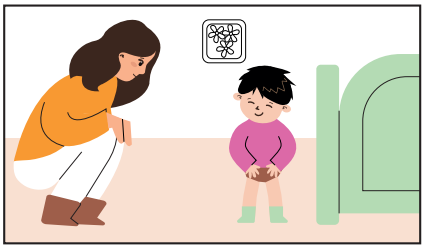
PO DRZEMCE



Kacper właśnie wstał z drzemki i stoi z opiekunką koło łóżeczka.



Kacper odpina rzepy od pieluszki. Opiekunka proponuje swoją pomoc, ale Kacper odpowiada: „Ja sam”.



Pieluszki już nie ma, a Kacper próbuje sam wciągnąć majtki. Opiekunka jest blisko.

Dwuletni Kacper na co dzień chodzi już bez pieluszki. Potrzebuje jej tylko podczas drzemki. Bardzo lubi być samodzielny i z dumą zdejmuje pieluchę po spaniu. Samodzielność to nie tylko umiejętność samoobsługi. To także poczucie kontroli nad swoim ciałem. Kacper przyjmuje pomoc (a właściwie delikatną asystę opiekunki) przy odczepianiu rzepów pieluszki i przy wciąganiu majtek.

Dlaczego to ważne?

Samodzielność w pierwszych trzech latach życia oznacza stopniowe przechodzenie dziecka od bycia pielęgnowanym do bycia aktywnym uczestnikiem codziennych czynności. Efekt końcowy nie jest najważniejszy. Znacznie bardziej istotny jest proces uczenia się, wzrastające poczucie sprawczości i budowanie wiary we własne możliwości. Proces ten opiera się na rosnącej gotowości dziecka do brania odpowiedzialności za samego/samą siebie. Nie polega na zostawieniu dziecka samego, żeby „było dzielne” i samo sobie poradziło. Wymaga obecności przyjaznego, uważnego dorosłego, który zapewni dziecku środowisko i czas do uczenia się samodzielności. Stwórz dziecku możliwość budowanie poczucia kompetencji, sprawstwa

i poczucia własnej wartości – również dzięki przyjaznemu komentowaniu jego wysiłków. Daj mu okazję do tego, żeby coraz lepiej określało swoje potrzeby i rozwijało samoświadomość.

Dziecko, które czuje się bezpiecznie i którego potrzeby są zaspokojone, będzie próbowało samodzielnie zapewnić sobie komfort. Jeśli doświadczy tego, że zakładamy mu czapkę przed wyjściem w chłodny dzień, zacznie robić to samo. Jeśli będziemy uważni na potrzebę zmiany pieluszki, to dziecko poczuje komfort, do którego następnie samo będzie dążyć.

Czego dziecko potrzebuje od ciebie?

- czasu na podjęcie własnej decyzji – zanim założysz dziecku kurtkę, poczekaj chwilę, żeby samo wyciągnęło rękę; zamiast wnosić dziecko na podest przy umywalce, zaczekaj, aż samo się na niego wdrapie; zamiast wkładać mu do ręki zabawkę, poczekaj, aż samo ją zdejmie z półki;
- informacji o planowanych czynnościach: „Zmienię ci pieluszkę, bo ta już jest mokra i ciężka, czujesz to?";
- utrzymywania w miarę stałego rytmu dnia i stałej kolejności działań związanych z samoobsługą – buduje to w dzieciach poczucie kontroli nad sytuacją i orientację w tym, jakie działania następują po sobie (np. sprzątanie zabawek – mycie rąk – wycieranie – zakładanie śliniaków – rozkładanie kubeczków itd.);
- informacji zwrotnych oraz wskazówek dotyczących samoobsługi (np. „Możesz ustawić swoje kalosze obok siebie", „Pojemnik z mydłem naciska się tu, na górze", „Samochodziki są w pudle przy oknie");
- cierpliwości i zaakceptowania oporu dziecka, dla którego niektóre czynności, szczególnie te związane z higieną osobistą, nie są atrakcyjne; staraj się o to, żeby – w miarę możliwości – było to dobre spotkanie dwóch zainteresowanych sobą osób.

Inspiracje

AKTYWNOŚĆ	WSKAZÓWKI METODYCZNE
Wspieraj rozumienie sytuacji poprzez komunikowanie działań	Dzieci lepiej się czują i odnajdują w sytuacjach pielęgnacyjnych, jeśli wiedzą, co się będzie działo. Dlatego zanim zaczniesz przebierać małe dziecko, karmić je lub myć mu ręce, pamiętaj, aby: • opowiedzieć mu, co się będzie działo (np. „Zmienimy pieluszkę"); • uprzedzać, co zamierzasz zrobić, krok po kroku (np. „Najpierw odepnę rzep"); • czekać na reakcję dziecka: jeśli jest rozluźnione – działaj; jeśli jednak napina się lub w inny sposób wyraża niechęć – przygotuj je na działanie, np. dotknij rzepa, poczekaj i jeszcze raz powtórz, co będziesz robić, delikatnie odpinaj rzep, będąc w stałym kontakcie wzrokowym i werbalnym z dzieckiem. Stałość i przewidywalność działań dają dzieciom spokój i poczucie bezpieczeństwa.

AKTYWNOŚĆ	WSKAZÓWKI METODYCZNE
Wspieraj autonomię	Pozwól małemu dziecku uczestniczyć w działaniach samoobsługowych. Każda czynność składa się z wielu elementów. Szukaj tych elementów, które dziecko może wykonać samo (np. wyciągnięcie ręki z rękawa, zsunięcie spodni). Zauważaj i stwarzaj dziecku sytuacje wyboru: może wybierać np. którą bluzeczkę lub pieluszkę chce założyć (nie pytaj jednak, czy ogóle chce). Akceptuj wybór małego dziecka w sytuacjach, które podlegają jego decyzji, np. przy jedzeniu.
Umożliwiaj swobodne poruszanie się	Dziecko rozwija samodzielność, kiedy decyduje o swoim ruchu i kiedy swobodnie zmienia miejsca i rodzaje aktywności (np. kiedy może samodzielnie dosięgnąć kranu z wodą, przenieść duże elementy, znaleźć swoją półkę i zdjąć z niej potrzebne mu przedmioty).
Stwórz przestrzeń wspierającą samodzielność	Zadbaj o bezpieczną przestrzeń, po której dziecko może samodzielnie się przemieszczać (toaleta, łazienka, jadalnia). Upewnij się, że miejsca, w których dziecko trzyma swoje rzeczy (np. kapcie i zabawki), są stałe i łatwe do dosięgnięcia.
Stawiaj wymagania na miarę możliwości	Wspieraj chęci i sukcesy w podejmowanych przez dziecko czynnościach. Pomagaj w dzieleniu czynności na małe kroki, tak aby dziecko doświadczało swojej sprawczości od samego początku.
Codzienne sytuacje jako okazja do ćwiczenia samoobsługi	Podczas posiłku zadbaj o to, by dzieci mogły same nakładać sobie wybrane potrawy, w miarę możliwości posługiwać się sztućcami, odnosić naczynia, ścierać stolik. W czasie przygotowania do spania mogą samodzielnie zdejmować wierzchnie ubrania i je układać.
Połączenia między literaturą a własnymi doświadczeniami dzieci	Historie i przygody bohaterów książek często zbiegają się z doświadczeniami dzieci. Wplataj w rozmowy z dziećmi opowieści o jeździe windą, wsiadaniu do autobusu, kupowaniu bułki w sklepie, wizycie u lekarza. Kiedy czytasz i oglądasz z dziećmi książki, zwracaj uwagę na te elementy, które są okazją do tego, żeby dzieci budowały własne rozumienie samodzielności. Książki są też przyczynkiem do zabaw tematycznych, w których będą doskonalić sprawczość i pewność siebie.

NOTATKI

5 Posiłki

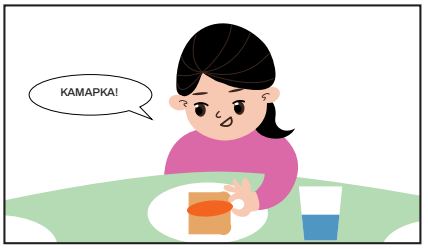
„KAMAPKA”, ZAMEK I TRĄBKA



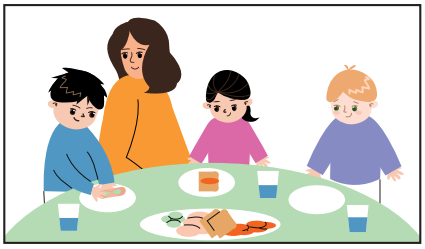
Dzieci siedzą przy stoliku z pustymi talerzami. Przy każdym talerzu stoi kubek z wodą. Opiekunka przynosi dzieciom talerz z chlebem, szynką, serem i różnymi warzywami.



Zuzia wskazuje palcem na chleb i pomidor.



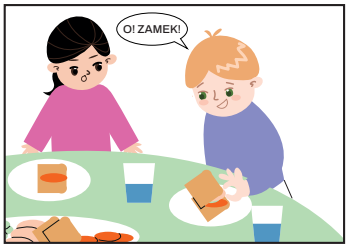
Zuzia starannie układa pomidor na chlebie, tworząc kanapkę. Mówi: „Kamapka!”.



Jaś zawija ogórek w plasterek szynki.



Jaś zjada swoją „trąbkę” z ogórka zawiniętego w szynkę.



Józek układa na talerzyku wieżę ze składników znajdujących się na talerzu śniadaniowym. Mówi: „O! Zamek!”.



Józek zjada kanapkę-zamek.

Posiłki to ważny element dziecięcej codzienności. Zabierają bardzo dużo czasu. Ale czy rzeczywiście „zabierają”? Popatrzmy na to, co dzieje się w powyższej historii. Dzieci siedzą obok siebie. Wybierają, co chcą zjeść. Podejmują decyzje w ważnych dla siebie sprawach.

Decyzja to pytanie samego siebie: „Czego chcę? Czy chcę tego, co znam? Czy może odważę się zrobić coś nowego, spróbować nieznanego? A może skorzystam z doświadczeń Jasia, który siedzi obok?". Podejmowanie decyzji wymaga czasu.

Zuzia je tylko pomidory i pieczywo, dlatego wybiera to, co zna i lubi. Józek odwrotnie – wybiera wszystko, bo lubi próbować wszystkiego. Możliwe, że Zuzia za pewien czas odważy się zrobić to, co robią Jaś czy Józek, i spróbuje czegoś nowego.

Na tych rysunkach dzieci mają możliwość tworzenia własnych kompozycji. Mogą nie tylko wybrać, lecz także kreować coś nowego – coś, co będzie dla nich atrakcyjne, co będzie pobudzało ich wyobraźnię.

Wspólny posiłek to sytuacja towarzyska. Dzieci siedzą obok siebie. Opiekunka siedzi razem z nimi. Są grupą, która wspólnie cieszy się śniadaniem. Można porozmawiać, można usłyszeć coś ciekawego od kolegi, można obserwować i naśladować innych. Często spotykamy się z tym, że dzieci powtarzają gesty, ruchy czy słowa, które usłyszą. Wystarczy, że jedno z nich energicznie miesza picie w kubku, a po chwili robią to pozostałe. Jeśli jedno posypuje szczypiorkiem kanapkę, to prawie na pewno zrobi to także ktoś inny. Dzieci uczą się od siebie nawzajem i korzystają z tego, co widzą i słyszą. Ważne, żeby sytuacja posiłku była wykorzystywana do komunikacji z dziećmi, do komentowania tego, co robią, do wprowadzania nowych słów.

Posiłki to świetny czas na rozmowę z dziećmi. Siedzą w jednym miejscu, ich uwaga nie jest rozproszona przez wiele bodźców, lecz pozostaje skupiona na stole. W ten sposób stół staje się tym, co nazywamy „wspólnym polem uwagi", które bardzo sprzyja uczeniu się.

A zatem czy posiłki zabierają czas? Wręcz przeciwnie – one dają nam wszystkim czas, który nas rozwija.

Dlaczego to ważne?

Kształtowanie samodzielności podczas posiłków jest ważnym elementem rozwoju dziecka w pierwszych latach życia. W placówce warto stwarzać warunki, które zachęcą dzieci do stopniowego podejmowania prób samodzielnego spożywania posiłków. Bez pośpiechu, bez presji, za to w przyjaznej atmosferze i z akceptacją.

Przede wszystkim zapewnij dzieciom stałe pory i stałe, najlepiej zaciszne miejsce do spożywania posiłków. Ważne są też odpowiednio dostosowane meble, które umożliwią przyjęcie prawidłowej i stabilnej postawy ciała podczas jedzenia – krzesełko i stolik dopasowane do wzrostu dziecka, tak aby stopy miały oparcie, a dziecko mogło wygodnie siedzieć i swobodnie sięgać po jedzenie. Stabilna pozycja sprzyja lepszej koordynacji ruchów oraz ułatwia naukę samodzielnego jedzenia.

Ważne jest też stosowanie dobrze dobranych naczyń i sztućców (np. małe łyżeczki i widelczyki, niewielkie kubki, talerzyki z antypoślizgową podstawą). Dzięki temu łatwiej będzie dziecku je chwycić i samodzielnie nimi manipulować. Warto także wybierać naczynia lekkie i trwałe, dostosowane do małych rączek dzieci.

Dawaj dziecku czas na podejmowanie samodzielnych prób i nie wyręczaj go zbyt szybko. Początkowo jedzenie będzie nieporadne, chaotyczne i będzie skutkować bałaganem na stoliku, obok niego i pod nim. Pamiętaj jednak, że jest to naturalny etap uczenia się. Twoim zadaniem nie jest ocenianie dziecka, lecz wspieranie go, zachęcanie do samodzielnego jedzenia oraz cierpliwe towarzyszenie podczas posiłku.

Pomocne będzie również podawanie potraw w takiej formie, w której dziecko będzie mogło łatwo uchwycić je palcami lub nabrać na łyżkę. Mogą to być np. miękkie kawałki warzyw, owoców lub innych produktów zgodne z możliwościami i wiekiem dziecka. Takie rozwiązania zachęcą dziecko do podejmowania prób samodzielnego jedzenia i jednocześnie przyczynią się do rozwijania jego sprawności manualnej.

Duże znaczenie ma także atmosfera podczas jedzenia. Spokojne tempo posiłku, wspólne siedzenie przy stole oraz pozytywne wzmacnianie prób samodzielności sprzyjają rozwijaniu dobrych nawyków żywieniowych. Zwracaj uwagę na sygnały wysyłane przez dziecko, reaguj na oznaki głodu i sytości oraz zgadzaj się na przerwy podczas posiłku – to wszystko są elementy procesu uczenia się samodzielnego jedzenia.

Pamiętaj, że jesteś dla dziecka wzorem do naśladowania. Małe dzieci uczą się przede wszystkim poprzez obserwację i własne doświadczenia. Sposób, w jaki dorośli zachowują się podczas posiłków – jak jedzą, co jedzą – pokazuje dziecku, jak należy się zachowywać, siedząc przy stole. Poprzez swoje zachowanie modelujesz nawyki dzieci, również te żywieniowe. Młodszym dzieciom łatwiej będzie skupić się na jedzeniu, jeśli postaramy się o mniejsze grupy przy stole. Unikniemy wówczas sytuacji, w których dziecko odmawia jedzenia, bo kolega już skończył.

Inspiracje

AKTYWNOŚĆ	WSKAZÓWKI METODYCZNE
Jem sam	Wspieraj samodzielność dziecka podczas jedzenia. Na początku możesz lekko naprowadzać jego rękę lub nabierać pierwszą porcję, zachęcając je do podejmowania dalszych prób. Ważne, żebyś nie korygowała zachowania dziecka zbyt często i pozwoliła mu doświadczać jedzenia po swojemu.
Jem palcami	Postaw przed dzieckiem produkty pokrojone na małe kawałki (np. gotowane warzywa, owoce, pieczywo). Dziecko może je samodzielnie chwytać i wkładać sobie do ust. W tym czasie Ty możesz nazywać produkty.

AKTYWNOŚĆ	WSKAZÓWKI METODYCZNE
Sam nakładam to, co zjem	Postaw przed dzieckiem talerz lub miskę z jedzeniem. Pozwól, żeby dziecko samo wybrało, co będzie jadło, i samodzielnie nakładało jedzenie na talerz. Pokazuj, jak to zrobić, i zachęcaj do podejmowania kolejnych prób.
Wybieram to, co zjem	Pokazuj dziecku jedzenie. Dawaj mu prosty wybór, np. między dwoma rodzajami owoców lub warzyw. Poproś, żeby dziecko pokazało Ci, na co ma ochotę: „To pomidor. Chcesz spróbować pomidora?”.
Przygotowuję do posiłku	Zapraszaj dzieci do przygotowania jadalni do posiłku. Mogą np. rozkładać serwetki, przynieść łyżeczki lub kubki. Pokazuj, jak wykonać daną czynność, i wspieraj dzieci w ich działaniu.
Sprzątam po posiłku	Po zakończonym jedzeniu dzieci, w miarę swoich możliwości, mogą włączyć się w sprzątanie po posiłku, np. odkładając naczynia na tacę lub wycierając stoliki.
Piję z kubka	Dziecko uczy się pić z kubka – początkowo możesz go podtrzymywać, a później pozwalaj dziecku samodzielnie z niego pić. Warto nalewać niewielką ilość płynu, aby umożliwić dziecku większą kontrolę nad ruchem i zmniejszyć ryzyko frustracji w razie rozlania płynu.
Widzę – reaguję	Zwracaj uwagę na sygnały wysyłane przez dziecko (odwracanie głowy, odkładanie łyżeczki) i reaguj na nie („Czy już jesteś najedzony?”). W ten sposób zachęcasz dzieci do sygnalizowania swoich potrzeb i dajesz im sygnał, że zauważasz ich potrzeby.

NOTATKI

6 Życie społeczne małych dzieci

DZIELENIE SIĘ CIASTECZKAMI



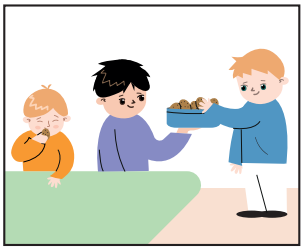
Krzyś ma ciasteczka. Są jego, przyniósł je z domu. Obok niego siedzi Szymek, który jeszcze niewiele mówi. Kinga też chce ciasteczka. Krzyś nie reaguje.



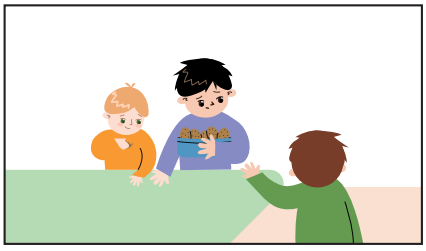
Kinga nachyla się do Krzysia i dobitnie pyta: „Po-czę-stu-jesz?”. Krzyś nie chce się z nią dzielić.



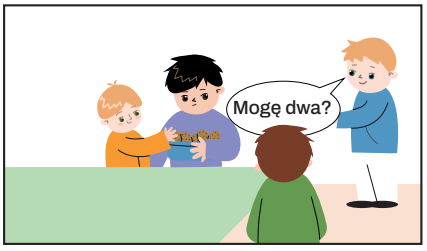
Kinga informuje opiekunkę, że Krzyś nie chce się podzielić. Tymczasem Szymek bez słów, z uśmiechem, patrząc Krzysiowi w oczy, sięga po ciasteczko.



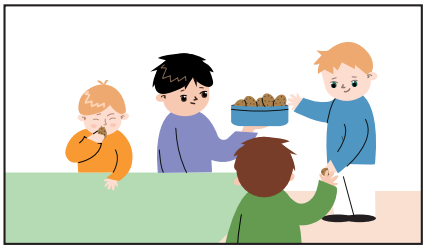
Podchodzi Marcel, a Krzyś wyciąga do niego ciasteczka.



Pojawia się mały Leon. Wyciąga rękę w kierunku ciasteczek. Krzyś odsuwa się od niego, całym ciałem broniąc ciasteczek.



Szymek ponownie bierze ciasteczko. Podchodzi Marcel i prosi o dwa.



Krzyś podaje mu pudełko. Marcel bierze dwa ciasteczka i jedno z nich daje małemu Leonowi. Szymek je trzecie ciasteczko. Krzyś nie zjadł ani jednego.

W tej historii warto zwrócić uwagę na proces dojrzewania do decyzji. Same ciasteczka możemy potraktować symbolicznie. Chodzi o dzielenie się czymś, co ma wartość dla dziecka. Czas i przestrzeń na podjęcie decyzji pełnią istotną rolę w wyrażaniu zgody na dzielenie się swoją własnością. Tyle się tu dzieje! Kinga, która chce, żeby Krzyś respektował zasadę dzielenia się, nie dostaje ciasteczek – możliwe, że za bardzo naciska. Marcel nie zmusza, Szymek nawet nie pyta, tylko zaczyna od kontaktu wzrokowego. Powstaje przestrzeń na to, żeby to darczyńca wyraził swoją wolę.

Drugi wątek dotyczy zarysowującej się w grupie hierarchii. Marcel nie tylko dostaje drugie ciasteczko dla siebie, ale też bez trudu uzyskuje jedno dla Leona, który nie ma takiej siły przebicia. Nawet małe dzieci różnicują swoją pozycję wśród rówieśników. Fascynujące jest obserwowanie budzących się przyjaźni, zależności, sposobów uzyskiwania tego, czego się potrzebuje.

Ostatnia refleksja dotyczy samej zasady dzielenia się. Małe dzieci budują swoje poczucie tożsamości – określają siebie przez to, co same robią („ja sam/sama") i co mają („to moje, nie twoje"). To, co moje, jest trochę mną. Dlatego warto być rozważną w namawianiu dzieci do dzielenia się tym, co mają, choć oczywiście zasada dzielenia się jest jedną z ważniejszych w nauce życia społecznego. Rozumiemy więc, że dziecko nie musi się dzielić ulubioną przytulanką lub oddawać innym ukochanego kamyka. Ale już współdzielenie klocków, samochodów czy zabawa wózkiem na zmianę warte są ćwiczenia. Czasami w takich sytuacjach dobrze sprawdza się wykorzystywanie klepsydry, która w sposób widoczny dla dzieci odmierza czas.

Dlaczego to ważne?

Pozarodzinne życie społeczne małych dzieci zaczyna się od bycia obok siebie i rozwija się w codziennych sytuacjach w grupie. Dzieci uczą się tego, jak funkcjonować z innymi, poprzez to, co wydarza się między nimi w zabawie, przy stole czy podczas wspólnych aktywności. Raczej nie będą od razu potrafiły się dzielić, czekać na swoją kolej ani rozwiązywać konfliktów, ale ważne, żeby miały okazję tego doświadczać na co dzień.

Dzieci mają różne potrzeby i różne sposoby wchodzenia w relacje. Jedne chętnie podchodzą do innych i inicjują kontakt, a inne wolą obserwować z boku i potrzebują więcej czasu. Warto zauważać te różnice i dawać dzieciom przestrzeń do bycia w grupie na swój własny sposób. Obserwowanie też jest formą uczestnictwa, a gotowość do kontaktu może pojawić się z czasem.

Codzienne sytuacje, takie jak wspólna zabawa, jedzenie czy korzystanie z tych samych przedmiotów, często są okazją do ujawniania się różnych potrzeb dzieci. Jedno chce coś zatrzymać dla siebie, inne chce spróbować albo dołączyć. Wiele potrzeb może być komunikowanych krzykiem, pociągnięciem za włosy, drapnięciem albo inną reakcją, która z perspektywy dorosłego wydaje się nieproporcjonalna. Zda-

rza się jednak, że tak właśnie wygląda proces uczenia się. Naszą rolą jest towarzyszenie dzieciom w tych emocjach i udzielanie pomocy w ich regulowaniu.

Jeśli nie jest konieczna Twoja natychmiastowa interwencja, postaraj się od razu nie rozwiązywać problemu za dzieci. Warto np. pokazać jak można coś powiedzieć: „Możesz zapytać", „Możesz powiedzieć, że nie chcesz", „Możemy wspólnie poszukać rozwiązania". Zwykle trzeba powtarzać te same podpowiedzi nawet przez kilka miesięcy, zanim dzieci zaczną z nich samodzielnie korzystać.

Ważne jest także pokazywanie dzieciom, że w grupie tworzymy wspólnotę: wspólnie dbamy o przestrzeń, sprzątamy, pomagamy sobie i reagujemy na potrzeby innych. Dzieci stopniowo przyzwyczajają się do myśli, że mają wpływ na to, co dzieje się wokół nich, i że ich działania mają znaczenie dla innych.

Dzieci mogą zabierać sobie nawzajem przedmioty, popychać się i reagować impulsywnie. To naturalna część rozwoju. My jesteśmy po to, żeby pomóc im zrozumieć, że inni też mają swoje potrzeby, i żeby towarzyszyć im w regulowaniu trudnych emocji. Z czasem, dzięki powtarzalnym doświadczeniom, dzieci zaczynają zauważać, jak ich zachowanie wpływa na innych. Należy jednak pamiętać o tym, że to wciąż bardzo mali ludzie i że nie mają jeszcze empatii, którą dysponują dorośli.

Inspiracje

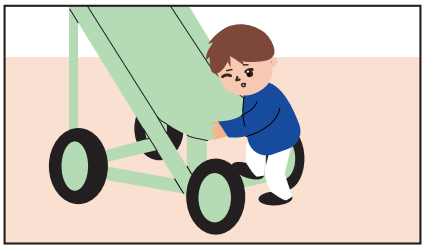
AKTYWNOŚĆ	WSKAZÓWKI METODYCZNE
Turlanie piłki	Dzieci siedzą w parach, naprzeciwko siebie, i przekazują sobie piłkę, turlając ją po ziemi. Dzięki tej zabawie dzieci uczą się współpracy, naprzemienności i współdzielenia uwagi.
Budowanie wieży	Dzieci siedzą na podłodze w dwójkach lub trójkach. Każde ma przed sobą kilka dużych klocków. Ich zadaniem jest zbudowanie jak najwyższej wieży. Opiekunka wspiera dzieci w tym, aby każde z nich w swojej kolejce dołożyło tylko jeden klocek. Dzięki tej zabawie dzieci uczą się współdziałania, naprzemienności, czekania na swoją kolej oraz koncentracji uwagi.
Pociąg	Dzieci ustawiają się jedno za drugim (mogą położyć sobie rączki na ramionach) i poruszają razem przy dźwiękach „ciu-ciu". Opiekunka opowiada historyjkę, np: „Jedziemy wszyscy razem do zoo. Pojedziemy pociągiem, będziemy się zatrzymywać na stacjach. Kiedy się zatrzymamy, wołamy «tuu-tuu» i podnosimy rączki do góry". Dzięki tej zabawie uczą się współpracy, podążania za grupą oraz umiejętności naśladowania i wykonywania instrukcji.

AKTYWNOŚĆ	WSKAZÓWKI METODYCZNE
Lustrzane odbicie I	Dzieci stoją wraz z opiekunką przed lustrem, wykonują ruchy i obserwują swoje odbicia. Opiekunka dotyka poszczególnych części swojego ciała, nazywa je i prosi, aby dzieci robiły to samo. Starsze dzieci możemy zachęcić do tego, żeby powtarzały ruchy opiekunki. Dzięki tej zabawie dzieci uczą się świadomości własnego ciała i rozwijają koordynację wzrokowo-ruchową, a naśladując ruchy opiekunki, ćwiczą też umiejętność koncentracji i współdzielenia uwagi, a także zdolność naśladowania.
Lustrzane odbicie II	Dzieci stoją z opiekunką przed lustrem. Opiekunka uśmiecha się i mówi: „Zobacz, uśmiecham się, bo jestem szczęśliwa". Potem dodaje inne emocje – smutek, złość, strach. Dzięki tej zabawie dzieci uczą się rozpoznawania i wyrażania emocji poprzez obserwację mimiki twarzy – zarówno własnej, jak i opiekunki. Uczą się dostrzegać emocje i adekwatnie na nie reagować.
Pomaganie innym dzieciom	W sytuacjach mieszanych wiekowo zachęcaj starsze dzieci do prostych form pomocy (np. podanie przedmiotu lub pokazanie, jak coś zrobić). To buduje uważność na innych i poczucie bycia ważnym w grupie. Małe dziecko chce realizować swoją sprawczość, a nic nie daje większej satysfakcji niż pomoc drugiej osobie. Może więc np. odkładać książki na półkę lub podawać dzieciom śliniaki.
Dzielimy się jedzeniem (symbolicznie)	W zabawie w kuchnię lub w kawiarnię dzieci mogą „częstować się" jedzeniem. Ty możesz modelować ich zachowania: „Chcesz? Proszę". To bezpieczna przestrzeń do ćwiczenia dzielenia się.
Zabawy w naśladowanie („tak jak ja")	W naszej tradycji mamy duży wybór zabaw naśladowczych, takich jak np. „Ojciec Wirgiliusz", „Papuga" itp.

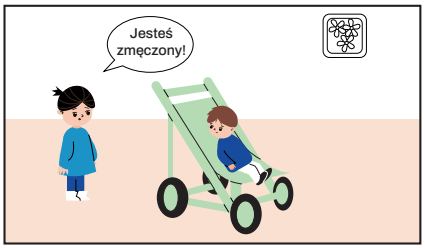
NOTATKI

7 Zabawy grupowe

WOŻENIE WÓZKIEM



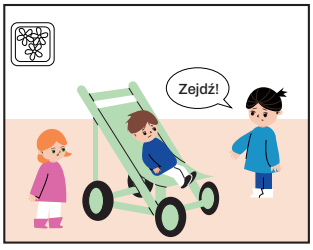
Wiktor (1,5 roku) próbuje wejść do wózka. Po wielu próbach w końcu dopina swego.



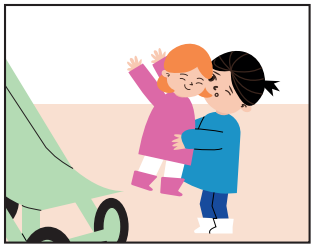
Pojawia się Kinga (2,5 roku) i decyduje: „Jesteś zmęczony”.



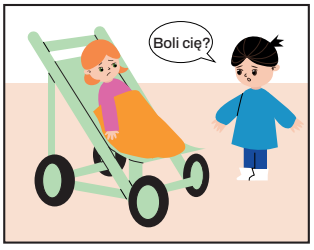
Popycha wózek z Wiktorem, udając, że jest jej ciężko. Pojawia się zainteresowana zabawą Lena.



Kinga po chwili każe Wiktorowi zejść. Wiktor bez słowa schodzi z wózka.



Wózek jest pusty, więc Kinga zaprasza Lenę do zabawy. Z wysiłkiem wsadza ją na wózek.



Lena zostaje troskliwie opatulona, dziewczynki bawią się teraz, że Lena jest chora.



Następuje zamiana ról. Teraz duża Kinga gramoli się do wózka, a Lena jest jej mamą.

Dzieci co chwila próbują różnych ról, ćwiczą różne zachowania i wchodzą w interakcje, opierając się na swoich doświadczeniach. W powyższym przykładzie w ciągu 5 minut obserwujemy opiekuńczą troskliwość starszej dziewczynki, ale też jej arbitralną decyzję o zakończeniu zabawy. Widzimy, jak pomaga, jak sprawuje opiekę nad małym oraz nad chorym dzieckiem, jak wczuwa się w trud matki pchającej ciężki wózek. Możemy podziwiać Wiktora akceptującego fakt, że czas wożenia wózkiem szybko się kończy, bo ktoś inny czeka.

Widzimy, jak duża dziewczynka realizuje się w roli liderki, ale też jak młodsze dzieci korzystają z jej doświadczeń i odgrywanych ról. To wiele nachodzących na siebie interakcji. W takiej swobodnej zabawie społecznej dzieci mogą nadawać znaczenie swoim doświadczeniom i testować nowe zachowania.

Dlaczego to ważne?

Powyższa sytuacja nie miałaby miejsca, gdyby nie czas na swobodną zabawę inicjowaną przez dzieci. Właśnie dlatego ten czas, podobnie jak każdy inny moment swobodnej interakcji międzyludzkiej, jest szczególnie wartościowy dla rozwijania kompetencji społecznych. Zadaniem, przed którym stoisz jako opiekunka małego dziecka, jest bycie uważną na naturalnie wynikające między dziećmi sytuacje społeczne. A te dzieją się niemal nieustannie.

Należy pamiętać, że „furtką", przez którą dziecko wychodzi do innych ludzi, jest bezpieczna, bliska relacja z ważną dla niego osobą. To dlatego dziecko wybiera zazwyczaj jedną ulubioną opiekunkę i to dlatego ważne jest zachowanie stałości w opiece nad dziećmi. Będąc w pozytywnej i bezpiecznej relacji, dziecko ma przestrzeń do tego, by doświadczać siebie i tworzyć obraz siebie. To, jak ten proces przebiega, jest uzależnione od informacji zwrotnych, jakie otrzymuje w trakcie codziennych sytuacji – jak jego zachowanie jest rozumiane, a jego potrzeby – zaspokajane.

Drugim krokiem w rozwoju kompetencji społecznych jest zabawa, w trakcie której dziecko doświadcza radości płynącej z sukcesów oraz smutku, złości i frustracji, gdy jego działania się nie powiodą. Dzieje się to na każdym etapie rozwojowym – zarówno u małego dziecka, które próbuje uchwycić przedmiot, jak i u starszych dzieci, które działają intencjonalnie i np. budują wieżę. Takie sytuacje stwarzają możliwość doświadczenia swoich emocji i – z czasem – wypracowania sposobów radzenia sobie z nimi.

Dalszym etapem rozwoju emocjonalno-społecznego jest tzw. zabawa równoległa. To czas, w którym dzieci, choć zajęte swoimi pomysłami, intensywnie naśladują siebie nawzajem i coraz częściej wchodzą w interakcje, w tym także w konflikty rówieśnicze. Jest to także moment, w którym dzieci doświadczają istnienia reguł społecznych, takich jak granice, odmienne potrzeby, odmienne zainteresowania innych osób.

Kluczowym aspektem nabywania kompetencji społecznych jest fakt, że małe dzieci są niezwykle czujnymi obserwatorami i uczą się poprzez naśladownictwo. Widzimy to w ich zabawie i działaniu, jeszcze zanim dzieci wchodzą w role, w których poziom naśladownictwa jest ewidentny. Dzieci bawią się w sposób symboliczny, naśladując np. sposób i gest podnoszenia, tulenia lali, karmienia misia. Pamiętajmy więc, że to my jesteśmy najważniejszym modelem budowania relacji i interakcji z drugą osobą. Małe dziecko patrzy!

Inspiracje

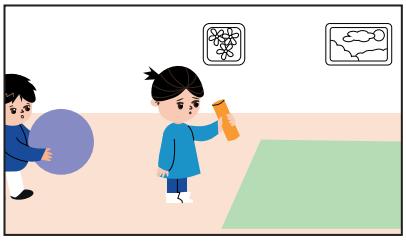
AKTYWNOŚĆ	WSKAZÓWKI METODYCZNE
Zabawy paluszkowe	Angażując dzieci w tego typu zabawy, zachęcisz je do naśladownictwa, dzięki któremu będą się uczyły dopasowania i wytrwania w danej sytuacji: „Bawiły się dzieci paluszkami", „W pokoiku na stoliku", „Ptaszki do karmnika przyleciały".
Zabawy w małych grupach (dla najmłodszych dzieci)	Zabawy w parach, w małej grupie, np. turlanie piłeczki, zabawy typu „raz ty, raz ja", zabawy kolankowe (np. „Jak pan jedzie po obiedzie").
Zabawy naśladowcze	Jeśli brakuje Ci pomysłów na zabawy z naśladowaniem, pamiętaj, że Twoje najbliższe otoczenie jest ich niewyczerpaną skarbnicą, np.: • **Co robi…?** – nakieruj uwagę dzieci na inne dziecko: „Zobacz, co robi Kasia", „Rób to samo, co Kasia" (np. stukaj łyżką o podłogę); daj łyżkę dziecku, aby mogło powtarzać to, co robi Kasia. • **Rób to, co ja** – przeplatające się naśladowanie ruchów dzieci i opiekunki (mogą to być dowolne miny, ruchy czy gesty, które dzieci naśladują); możesz wskazywać kolejne dziecko, które staje się liderem zabawy w naśladowanie.
Zabawy z rekwizytem	Możesz posługiwać się przytulanką (np. misiem), aby opowiadać o codziennych czynnościach, np. „Dzisiaj jest bardzo ciepło. Dużo biegałeś, pewnie jesteś spragniony, może napijesz się wody?". Dzięki temu tworzysz wspólne z dziećmi pole zainteresowania i uwagi, wzmacniasz ich samoregulację i rozumienie otaczającego świata społecznego oraz rozwijasz ich empatię.
Zabawa symboliczna	Zabawa symboliczna angażuje dzieci, zanim posiądą umiejętności wystarczające do tego, by uczestniczyć w zabawach w role (ok. 1 roku życia). W jej trakcie np. klocek staje się samochodem, a patyk – łyżką. Warto inscenizować sytuacje, w których dziecko będzie odgrywać różne sytuacje ze swojego życia, np. naśladując zachowanie pojazdów, zwierząt itp. Ta forma zabawy jest zwykle jednoosobowa.
Zabawa w role	Dobrze przygotowana przestrzeń do zabawy może zachęcić do wcielania się w role (ok. 2 roku życia). Nie wymaga ona czynnego udziału osoby dorosłej, lecz jej uważności i reagowania tylko wtedy, kiedy jest taka potrzeba. Warto więc zadbać o to, żeby oprócz wózków, lalek i misiów dostępne były także przedmioty codziennego użytku (np. kubki, garnki, talerze) oraz takie, którą pozwolą wcielać się w role obserwowane przez dzieci w codziennym życiu, np. sklep, mamę, tatę, podróż. Przydatne będą do tego różne nakrycia głowy, torebki, atrybuty różnych osób.
Zabawa symboliczna „na niby"	Z czasem dzieci coraz chętniej wcielają się w różne osoby, postacie i zwierzęta. Ta zabawa nie wymaga właściwie żadnych rekwizytów, wystarczy budząca się fantazja małego dziecka. Wcielając się np. w tygrysa, doświadcza ono świata z „tygrysiej" perspektywy, próbuje swoich możliwości i reakcji oraz granic otoczenia. Możesz pracować nad poziomem pobudzenia, rozumieniem granic i zachowaniem dziecka poprzez włączenie się do zabawy, aby ułatwić mu zdobywanie nowych kompetencji społecznych i oswojenie przeżywanych trudności.

AKTYWNOŚĆ	WSKAZÓWKI METODYCZNE
Zabawy w kręgu (dla dzieci od 2. roku życia)	Dzieci bardzo lubią zabawy, w których występuje efekt spodziewanej „niespodzianki", w których mogą doświadczyć zarówno kojącego rytmu poruszania się w kręgu, jak i momentów ekspresji i rozproszenia. Organizując grupowe zabawy w kole, wspomagane wierszem lub melodią – np. „Uli uli lanko", „Ojciec Wirgiliusz", „Baloniku mój malutki", „Stary niedźwiedź" – dasz okazję dzieciom, które są bardziej nieśmiałe lub młodsze, aby uczestniczyły w życiu grupy i budowały doświadczenia wspólnoty.
Wspólne sytuacje grupowe	Wspólne śpiewanie, jedzenie, spacer, zabawa, czytanie książeczki – będzie dla dzieci wartościowym doświadczeniem, jeśli uwzględnisz możliwości poszczególnych dzieci, liczebność grupy i czas trwania danej sytuacji.
Zabawy zwierzątkami w ogrodzie	Zaproś zabawę tematyczną do ogrodu – zwłaszcza w ciepłe miesiące. Zabawa figurkami zwierząt może być atrakcyjną propozycją i alternatywą dla zabaw ruchowych i sensorycznych. Może być czasem wytchnienia i pogłębienia koncentracji, a u dzieci starszych może dodatkowo pobudzać fantazję. Zadbaj o miejsce do organizacji takich zabaw poza głównymi trajektoriami zabaw w ogrodzie. Może to być spokojna przestrzeń na trawie, wydzielona małym płotkiem lub kłodą drzewa, wysypana piaskiem lub korą. Może to być altana, w której dzieci mogą w cieniu i w skupieniu pobawić się zwierzątkami.

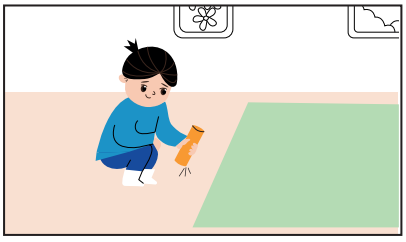
NOTATKI

8 Myślenie naukowe małych dzieci

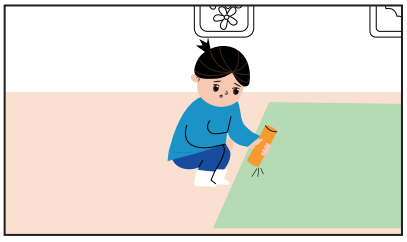
LENA ODKRYWA



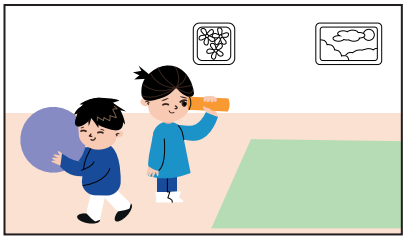
Lena znajduje na podłodze pudełko-tubę. Bierze ją do ręki i się jej przygląda.



Stuka tubą o podłogę.



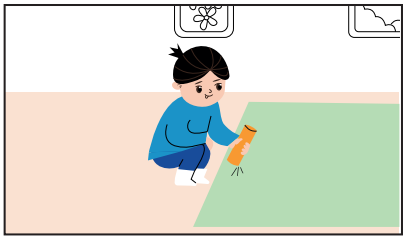
Stuka o dywan.



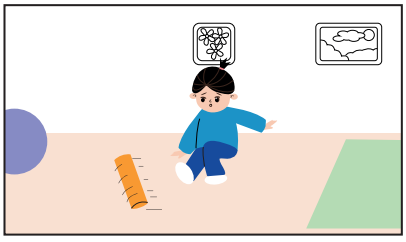
Zagląda do środka.



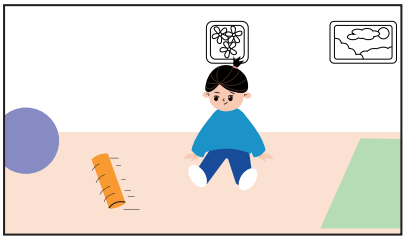
„Pije” z pudełka.

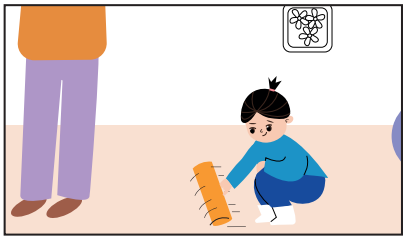


Kuca i znowu stuka pudełkiem.



Traci równowagę i się wywraca, a pudełko toczy się po podłodze.





Podchodzi do pudełka i popycha je. Pudełko się turla.

Widzimy Lenę bawiącą się pustym pudełkiem. Na pierwszy rzut oka jej zabawy wyglądają chaotycznie. Łatwo jest przeoczyć ich znaczenie. Ot, wzięła puste pudełko i nim stuka. Nic wielkiego.

Tymczasem Lena to mała naukowczyni. Bada dostępne sobie materiały, sprawdzając intuicyjne hipotezy. Czy pudełko wydaje taki sam dźwięk na podłodze i na dywanie? Czy da się zobaczyć, co jest w środku? Czy można je wprawić w ruch, czy też porusza się ono samodzielnie? Najmłodsze dzieci odkrywają świat i jego tajemnice przez przypadek. Przypadek pojawi się wtedy, kiedy dzieci będą mogły swobodnie manipulować przedmiotami, które mają w pobliżu.

Dlaczego to ważne?

Małe dzieci bardzo często zajmują się rzeczami, które z naszej perspektywy mogą wydawać się nieistotne albo przypadkowe, np. stukaniem przedmiotem o podłogę, oglądaniem go z różnych stron czy zrzucaniem czegoś z wysokości. Dla dziecka to nie jest bezcelowa zabawa. To sprawdzanie, co się wydarzy, kiedy zrobi się coś w określony sposób.

W takich sytuacjach dziecko uczy się poprzez własne doświadczenie. Porównuje, zauważa różnice, sprawdza, co się zmienia. Może to być dźwięk, ruch, ciężar przedmiotu albo to, jak zachowuje się on na różnych powierzchniach. Dziecko często powtarza te same czynności, bo właśnie poprzez powtarzanie zaczyna rozumieć.

Czasem takie odkrywanie dzieje się w bardzo spokojnej atmosferze. Np. dziecko może długo obserwować kawałek lodu – dotykać go, przekładać z ręki do ręki, zauważać, że robi się mokry, że zmienia kształt, że powoli znika. Nie zawsze musisz zaplanować aktywność, żeby dzieci doświadczyły eksploracji naukowej. Wystarczy, że dziecko ma możliwość zatrzymania się przy tym, co je zaciekawiło, i eksperymentowania. W przypadku lodu może być tak, że chcesz pokazać dzieciom, że lód zmienia się w wodę, ale bądź uważna na to, że dla dziecka w tym momencie ważne może być coś innego, np. to, że ten dziwny kamyczek jest zimny i śliski. Pozwól mu na ten zachwyt i sprawdzanie właściwości przedmiotu, które go interesują.

Twoją rolą w takich momentach jest przede wszystkim towarzyszenie. Nie zawsze trzeba od razu pokazywać właściwy sposób użycia jakiegoś przedmiotu albo tłumaczyć cel zadania. Dziecko może mieć swój pomysł i swoją interpretację, która na tym etapie jest dla niego najważniejsza.

Pozwól dziecku na samodzielne eksplorowanie, nie przerywając takich działań tylko dlatego, że wydają się mało znaczące. Nie musi to być specjalnie przygotowana aktywność, bo bardzo często to właśnie codzienne sytuacje stają się dla dzieci najciekawszym polem do odkrywania.

Wystarczy żebyś była obok. Możesz zauważyć i nazwać to, co się dzieje – „Lód się topi", „Jest mokry", „Teraz jest woda" – i dać dziecku przestrzeń do dalszego sprawdzania.

Inspiracje

AKTYWNOŚĆ	WSKAZÓWKI METODYCZNE
Zabawa z lodem	Daj dzieciom kawałki lodu w miskach lub na tacach. Mogą je dotykać, przesuwać, obserwować, jak się topią. Możesz dać im także łyżki, kubki albo ciepłą wodę. Nie chodzi o efekt, tylko o obserwowanie zmiany.
Gotowanki	Przygotuj dla dzieci miski, łyżki, fasolę, soczewicę, mąkę i inne suche składniki spożywcze. Obok postaw pojemniczki z wodą i pozwól dzieciom bawić się w kucharzy i eksperymentatorów.
Przesypywane	W tacy sensorycznej rozsyp kaszę mannę albo inny podobny produkt. Daj dzieciom sitka, lejki, łyżki i inne narzędzia – i pozwól na zabawę. Stwórz dzieciom możliwość obserwowania i bawienia się w przesypywanie materiału z jednego naczynia do drugiego. Zabawy w przesypywanie świetnie wychodzą na powietrzu, w ogrodzie, gdzie można wykorzystywać rury, piasek i drobne kamyczki.
Co pływa, co tonie	Przygotuj miskę z wodą i różne przedmioty (np. korek, kamień, łyżkę). Pozwól dzieciom wrzucać przedmioty do wody i sprawdzać, co się dzieje.
Zabawa z cieniami	Włącz latarkę i pozwól dzieciom tworzyć cienie rękami lub przedmiotami. Mogą przesuwać je bliżej i dalej, obserwując, jak zmienia się ich kształt i wielkość.
Znikające ślady	Daj dzieciom wodę i pędzle lub gąbki do malowania po podłodze lub ścianie (najlepiej na zewnątrz). Dzieci będą mogły obserwować, jak ślady pojawiają się i znikają. To prosta forma doświadczania zmiany.
Spadające przedmioty	Pozwól dzieciom upuszczać różne przedmioty z niewielkiej wysokości. Możesz wykorzystać piórko, piłkę plastikową, piłkę gumową, klocek drewniany lub inne przedmioty o różnych masach i kształtach. Dzieci będą mogły obserwować, jak przedmioty spadają i jakie wydają dźwięki. To naturalna forma eksperymentowania.

NOTATKI

9 Przyrodnicze odkrycia

KAŁUŻE



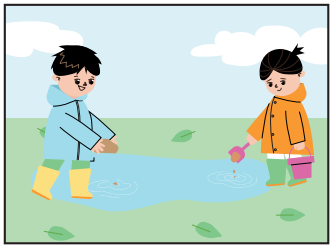
Jest podeszczowy dzień, na chodnikach zostały wielkie kałuże. Grupa dzieci wyszła na spacer – każde dziecko w kaloszach.



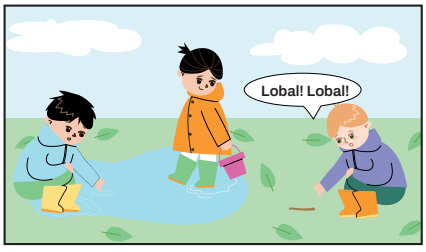
Dzieci wbiegają w kałuże, rozchlapując wodę na wszystkie strony.



Dzieci wrzucają do kałuży liście.



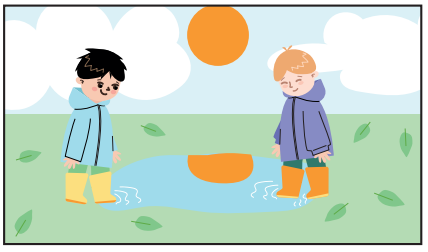
Kacper i Lena wsypują do kałuży piasek.



Szymek zauważa dżdżownicę, która wyszła z ziemi. Lena i Kacper obserwują to z daleka.



Kacper i Lena patrzą na ptaszka, który pije z kałuży.



W kałuży odbija się słońce i oświetla dzieci.

Powyższa historia pokazuje tylko bardzo niewielki wycinek tego, co dzieci mogą robić podczas podeszczowego spaceru i zabaw wokół kałuży.

Codzienne wychodzenie na zewnątrz będzie łatwiejsze, jeśli dzieci będą miały ze sobą (w szatni) odpowiednie ubrania, np. kalosze. Na wszelki wypadek – gdyby pojawiły się kałuże albo błoto na ścieżce, gdyby trawa była mokra. Kalosze łatwo się wkłada i nawet bardzo małe dzieci to potrafią zrobić samodzielnie. Kalosze chronią nie tylko stopy przed przemoczeniem, lecz także Ciebie przed stałym zwracaniem uwagi dzieciom („Uważaj, bo przemoczysz nóżki", „Nie wchodź do kałuży"). Kalosze dają wolność doświadczania, eksploracji i zdecydowanie są warte wydatku!

Dlaczego to ważne?

Dziecięce doświadczanie świata przyrody można rozpatrywać z perspektywy teorii przywiązania. Bycie w przyrodzie oddziałuje na zmysły i uczucia, wpływa na poczucie komfortu psychicznego oraz wykształcenie głębokiego związku ze światem natury. Z wielu badań nad relacjami dzieci i natury wynika, że im dzieci są młodsze, tym głębsze jest ich odczucie bycia częścią przyrody, a wykształcony na początku życia szacunek do niej jest trwalszy[4]. Dzieci potrzebują stałości i przywiązania. Również przywiązania do ziemi, po której chodzą, i to chodzą często. Towarzyszenie dzieciom w odkrywaniu w najbliższej okolicy tajemnic przyrody, przeżywaniu radości, zachwytów, zaciekawienia, ale też zaskoczenia czy przestrachu, uczy również nas – osoby dorosłe – szacunku do otaczającej nas przyrody.

Wspieranie przyrodniczych odkryć dzieci możliwe jest wtedy, kiedy mają do tego sposobność, a zatem – kiedy często wychodzą na znany sobie teren i mogą się na nim swobodnie bawić.

Przyroda kształtuje uważność dzieci, stwarza im naturalne możliwości skupienia, kiedy podążają wzrokiem za wiewiórką obgryzającą orzeszek lub żukiem pokonującym ścieżkę. Przyroda pachnie, wydaje dźwięki, kłuje lub łaskocze. Przyroda zaskakuje, kiedy nagle spada deszcz lub robi się zimno, bo powieje wiatr. Przyroda daje możliwość przeżywania wolności, biegania i patrzenia daleko (ważne dla profilaktyki krótkowzroczności).

→ **Działaj, modeluj, inspiruj**

Dzieci uczą się poprzez naśladownictwo. Kiedy widzą dorosłego zajętego ciekawą pracą, chcą za nim podążać. Ogród stwarza możliwości do podejmowania różnorodnych działań, czy to podczas regularnej pielęgnacji roślin, czy to podczas dbania o porządek (grabienie liści itp.). Zadbaj o to, żeby nie stracić dzieci z pola widzenia i w miarę możliwości zapewniaj im swoją uważną obecność.

[4] Louv, R. (2008). *Ostatnie dziecko lasu: Jak ocalić dzieci przed zespołem deficytu natury*, Mamania.

Możesz proponować zabawy w ogrodzie, które nakierowują dzieci na obserwację skutków ich własnego działania: co pływa, a co tonie; co się stanie, jeśli podmucham na listek, piórko albo korę; co jestem w stanie zgnieść; jak daleko rzucę kasztanem; jak spada listek, a jak patyk. Pomysły można mnożyć bez końca. Warto, żeby takie działania koncentrowały się na wspólnym doświadczaniu i radości, a nie były wyłącznie zaplanowanymi zajęciami edukacyjnymi.

→ Zmysły w ogrodzie

Przygotuj przestrzeń ogrodu, tak aby była różnorodna i aby zachęcała dzieci do SAMODZIELNEJ eksploracji i eksperymentowania, wspierała integrację i zdrowy rozwój zmysłów – przede wszystkim dotyku, ruchu, równowagi, propriocepcji (czucia głębokiego), układu przedsionkowego. Zapewnij im dostęp do materiałów w podziale na strefy zainteresowań.

Dobrze, jeśli zapewnisz dzieciom dostęp do: huśtawki (bocianiego gniazda, krzesełka), piasku, wody, kuchni błotnej, rurek do przelewania i przesypywania, lejów, kamyków, różnorodnych faktur podłoża (piasek, kora, ziemia, trawa, kamienie), roślinności (ziół, kwiatów, krzewów owocowych, takich jak np. poziomki, truskawki), przedmiotów do przenoszenia i dźwigania (np. wiaderka, konewki, taczki, wózki, worki). Pamiętaj jednak, że wzbogacanie przestrzeni ogrodu wymaga czasu i jest procesem rozłożonym nawet na lata.

→ Organizacja przestrzeni w ogrodzie

Dobrze, gdy w ogrodzie:

- jest zacieniona część;
- jest miejsce do odpoczynku;
- jest miejsce do picia wody;
- jest możliwość inicjowania zabaw tematycznych i sensorycznych;
- dzieci mogą zaspokajać potrzebę różnorodnego ruchu;
- są wydzielone strefy zabaw (np. kuchnia błotna, woda, piaskownica, strefa konstrukcyjna, strefa budowlana, strefa ogrodnicza);
- są posadzone krzewy, kwiaty przyciągające motyle i inne owady;
- jest miejsce na zabawki (np. skrzynki z materiałami do segregowania, przenoszenia);
- jest miejsce na narzędzia (np. grabki, łopatki).

Inspiracje

AKTYWNOŚĆ	WSKAZÓWKI METODYCZNE
Obserwacje zwierząt w najbliższej okolicy	Stwarzaj dzieciom okazje do tego, żeby mogły spotykać i obserwować zwierzęta. Mogą to być psy bawiące się na spacerze (uwaga, nie chodzi o aktywne zaznajamianie dzieci ze spotkanymi psami ze względów bezpieczeństwa i higieny). Sprawdź, czy w najbliższej okolicy jest miejsce, w którym dzieci mogą przyjrzeć się dokładniej jakiemuś zwierzęciu. W ogrodzie, na łące, czy nawet na ścieżce podczas spaceru na pewno znajdą się małe zwierzęta: mrówki, chrząszcze, ślimaki. W powietrzu latać będą muchy i inne owady. Dzieci mogą budować domek dla ślimaków lub obserwować je w ich naturalnym otoczeniu. Jeśli dzieci przenoszą ślimaki, zwróć uwagę na to, żeby były ostrożne. Uwrażliwiaj je na wszystkie istoty żyjące w najbliższym otoczeniu. Pamiętaj, żeby opisywać to, co dzieci robią i co dzieje się ze stworzeniem (np. „Ślimak wystawia rogi", „Ślimak się chowa", „Ślimak się rusza").
Obserwacje i zabawy wokół roślin	Możecie zbierać rośliny (kwiaty, zioła, liście, owoce), a następnie dzieci mogą się nimi bawić, robić posłanka dla zwierzątek (także zabawkowych) i wykorzystywać je w kuchni błotnej. Rośliny to również drzewa, które mają gruby pień (ciekawe, ile dzieci trzeba, żeby dało się go objąć?). Świetną zabawą jest odkrywanie ciężaru patyków, pieńków i kamyków.
„Co słychać?" – słuchanie różnych dźwięków z otoczenia	Duża radość płynie ze słuchania odgłosów natury – zarówno okazjonalnie, kiedy słyszymy gruchanie gołębia czy bzyczenie przelatującej pszczoły, jak i podczas zorganizowanych zajęć, kiedy dzieci słuchają intencjonalnie, siedząc na trawie lub na ławce.
Jak to pachnie i smakuje?	Przebywanie w przyrodzie stwarza wiele okazji do doznań węchowych – pachną kwiaty, trawy i owoce, ale też mokra ziemia po deszczu. Ponieważ jednak dzieci – zwłaszcza te najmłodsze – próbują wziąć do buzi wszystko, co je zaciekawia, należy bardzo uważać na to, co mają w zasięgu ręki. W żadnym wypadku nie mogą się w ogrodzie znajdować niejadalne lub szkodliwe rośliny! Dzieci mogą zbierać owoce, takie jak jabłka i truskawki. Warunkiem jest to, żeby były to owoce wolne od zanieczyszczeń.
Zjawiska fizyczne w przyrodzie	Wiele zjawisk fizycznych które występują w przyrodzie, może zaciekawić dzieci. To, z czym się stykają, może być: • mokre/suche – kałuże wysychają, mokra szmatka położona na słońcu – też; jeśli natomiast włożymy coś do wody, to zrobi się mokre; • zimne/ciepłe – w cieniu jest zimno, na słońcu ciepło, w zimie jest inaczej niż w lecie: inaczej się ubieramy i inaczej zachowujemy; zapoznawanie dzieci ze zjawiskami pór roku będzie odbywać się naturalnie, jeśli każdą rozmowę na ten temat poprzedzi doświadczenie; dzieci zaciekawia też zjawisko zamarzania, zbieranie lodu i obserwowanie, jak się topi w cieple (zauważ, co robią dzieci, żeby ostudzić zbyt ciepłą zupę – dmuchają, mieszają, czekają; to pozwala im intuicyjnie zrozumieć zjawisko wymiany ciepła!); • ciemne/jasne – po południu, na jesieni i w zimie robi się ciemno.

AKTYWNOŚĆ	WSKAZÓWKI METODYCZNE
Sadzenie i obserwacja roślin	W ogrodzie można zorganizować podwyższone grządki albo wydzielić miejsce na uprawy. Mając dostęp do wiaderek, łopatek, konewek i małych grabi, dzieci chętnie włączają się w prace ogrodowe: sadzenie, przekopywanie, podlewanie, noszenie i lanie wody z konewki, grabienie. Możesz stworzyć im okazję do zakładania i prowadzenia upraw oraz do obserwowania ich rozwoju. Uprawę roślin można wprowadzać kilka razy w roku (także w sali), wykorzystując do tego różne nasiona roślin jadalnych (np. pietruszki, sałaty, szczypioru, rzodkiewki). Dzieci mogą wsypywać ziemię do doniczek, wkładać nasiona lub cebulki i następnie je podlewać. Ty możesz nazywać wszystkie czynności wykonywane przez dzieci i wspierać je w ich działaniu. Opowiadaj, jak opiekować się roślinami, codziennie obserwuj, co się dzieje w doniczkach, podlewaj z dziećmi kwiaty. Dzięki temu dzieci uczą się kolejności wykonywania czynności, poznają świat przyrody, uczą się cierpliwości i wytrwałości oraz współdziałania w grupie.
Mały badacz	Oglądaj z dziećmi przez dużą lupę „skarby" wspólnie zebrane podczas wizyty w ogrodzie: liście, kamienie, szyszki, kwiaty. Dzięki tej zabawie rozwijasz u dzieci uważność na szczegóły. Zadając pytanie: „Co widzisz?", wspierasz ciekawość i spostrzegawczość dzieci.
Pudełko skarbów	Podczas wspólnego spaceru dzieci zbierają do koszyka „skarby" (liście, patyki, szyszki), które później wspólnie oglądacie w sali. Nazywaj przedmioty: „To jest kamień", „To jest liść". Możesz również zachęcać dzieci do porównywania tych przedmiotów pod względem wielkości, kolorów, kształtów: „Zobacz, ten kamień jest większy od tamtego kamienia". Możesz też żartować, np. pokazując kamień, mówisz: „O! chyba mam tu wiewiórkę!". Dzieci szybko chwytają absurdalność tej sytuacji, stają się dużo bardziej zaangażowane, a zdobywanie wiedzy nabiera lekkości. Bardzo dobrym pomysłem jest stworzenie w sali „kącika małego przyrodnika", do którego dzieci będą mogły sezonowo dokładać nowe skarby. Dzięki tej zabawie dzieci rozwijają mowę oraz uczą się spostrzegawczości i uwagi, klasyfikowania i porównywania przedmiotów pod względem wielkości, kształtów i kolorów.
Kuchnia błotna	Kuchnia błotna w ogrodzie jest niezwykle atrakcyjnym miejscem dla małych dzieci. Wszystkie elementy powinny być dostosowane do wzrostu dziecka, tak aby mogło ono samodzielnie sięgać po różne przedmioty. Kuchnia może być wyposażona w miski, kranik z wodą, kanister z kranem lub konewki do przenoszenia wody, kubki do przelewania, garnki czy łyżki do mieszania. Dobrze, jeśli w pobliżu kuchni znajdują się stolik i ławeczka, skrzynki z szyszkami, kasztanami, patyczkami, listkami, korą itp. oraz piaskownica – dzięki temu zabawa może się jeszcze bardziej rozwinąć. Zachęcaj dzieci do zabawy i eksperymentowania poprzez swój przykład – możesz zaproponować zabawę w restaurację, w gotowanie albo po prostu zamówić „kawkę".

AKTYWNOŚĆ	WSKAZÓWKI METODYCZNE
Zabawy z piaskiem i wodą	Dzieci powinny mieć możliwość zabawy z piaskiem i wodą w różnych miejscach. Najbardziej naturalnym miejscem jest oczywiście piaskownica. Dobrze, by w jej pobliżu było dostosowane do możliwości dzieci źródło wody (np. kran), mała pompa ręczna (tzw. abisynka), konewki i wiaderka do noszenia wody. Dobrze sprawdzają się również rury (np. PCV) do przelewania wody, zarówno do swobodnego zastosowania, jak i połączone w „instalację" i przytwierdzone np. do ogrodzenia. Warto również sięgnąć po tzw. stoliki wodne (np. kaskadowe), dzięki którym dzieci mogą w naturalny sposób doświadczać skutków swojego działania oraz praw fizyki, takich jak grawitacja. Ciekawym pomysłem jest stworzenie w ogrodzie małej rzeczki, która daje szerokie możliwości doświadczeń poznawczych – można zamontować na niej mobilne śluzy i tworzyć tamy (dzieci starsze). Sama zabawa z piaskiem i wodą ma szerokie spektrum oddziaływań. Przede wszystkim wzmacnia i pogłębia koncentrację uwagi oraz uspokaja. Jest kontekstem zarówno doświadczeń sensorycznych (doświadczanie faktury, cech przedmiotów), manipulacyjnych (przesypywanie, napełnianie, tworzenie „babek" itp.), społecznych (jeżdżenie samochodzikami, pieczenia ciasta, zabawa w restaurację), jak i poznawczych (przewidywanie i doświadczanie skutków swojego działania, szacowanie ilości, objętości, wagi). Warto do zabawy piaskiem udostępniać nie tylko klasyczne zabawki (np. łopatki i foremki), lecz także taczki, wózki z dyszlem czy ogrodową wagę szalkową. Być może do zabawy z wodą dobrze sprawdzi się osobna piaskownica.
Szałasy i „schowanki"	Dzieci uwielbiają się chować, bawić w „a kuku", otwierać i zamykać drzwi itp. Tego typu zabawy mają przede wszystkim walor społeczny, dlatego zadbaj o różne „schowanki" w ogrodzie, np. domek, namiot, tipi. Ze starszymi dziećmi możesz zbudować prosty szałas z gałęzi. Takie miejsca mogą nie tylko wspomagać różnorodne zabawy, ale również być przestrzenią odpoczynku i chwilowego pobycia w mniejszej grupie lub ze sobą samym.

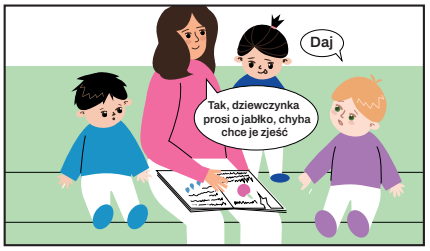
NOTATKI

10 Książki

„CZYTANIE”



Dzieci wraz z opiekunką oglądają książkę. Julek wskazuje na rysunek i mówi: „Ała, ała!”. Opiekunka na to odpowiada.



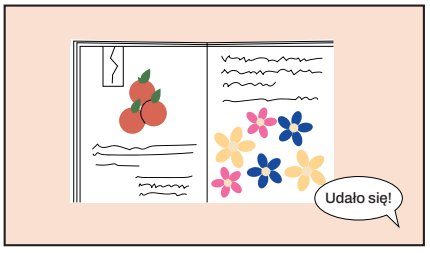
Benek, widząc obrazek na następnej stronie, mówi: „Daj”. Opiekunka znowu reaguje, opowiadając, co widać na obrazku.



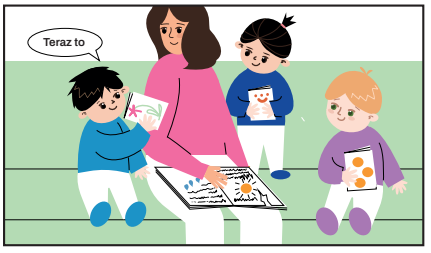
Klara zauważa w książce naddartą stronę. Nachyla się i pokazuje to miejsce. Mówi: „Ooo”. Opiekunka to komentuje.



Opiekunka wraz z dziećmi naprawia rozdartą stronę. Kacperek trzyma nożyczki, Szymek taśmę przezroczystą, a Klara pomaga sklejać.



Taśma przyklejona, strona jest znowu cała, a dzieci oglądają efekt. Julek mówi: „Udało się!”.



Wszyscy znowu siadają na kanapie. Każde dziecko ma teraz inną książeczkę. Julek wyciąga swoją książkę i chce ją czytać.

W komiksie dzieci bardzo dobrze znają książkę. Właściwie mogłyby ją oglądać samodzielnie. Ale wartością wspólnego oglądania jest współdzielenie i rozmawianie o emocjach, co ma ogromne znaczenie dla rozwoju językowego dzieci. Dzięki czytaniu i rozmowie o treści książki dzieci poznają nowe słowa i ich znaczenie. Słowa pomagają wyrazić własne myśli, uczucia i potrzeby. Dzieci stopniowo uczą się wypowiadać je poprawnie i swobodnie, operując coraz bogatszym słownictwem. Opiekunka na każdy komunikat dzieci odpowiada pełnym zdaniem, które dotyczy oglądanej sytuacji.

Innym wątkiem jest tu współodpowiedzialność za stan książek. To, że dzieci widzą naddartą stronę, zmienia sytuację – trzeba coś naprawić. Możemy to zrobić wspólnie. Dzieci są dumne, że naprawiły ulubioną książkę.

Dlaczego to ważne?

Kontakt z książkami budujemy od urodzenia dziecka. Na początku jest to wielozmysłowe odkrywanie książeczek sensorycznych, a później oglądanie ilustracji, słuchanie krótkich opowieści i śledzenie historii bohaterów.

Oglądanie i czytanie książek to nie tylko zdobywanie i utrwalanie wiedzy o świecie emocji, przedmiotów, zwierząt – świecie, w którym odzwierciedlają się ważne dla dzieci wydarzenia. Czytanie jest wspólnym czasem spędzonym z dziećmi. Uważność i bezpośredni kontakt zaspokajają ich potrzeby, budują więź emocjonalną, dają im poczucie bliskości i bezpieczeństwa. Czytanie obniża stres, uspokaja, i pozwala skutecznie odprężyć się i odpocząć. To również dobra okazja do rozmów, zabawy, przeżywania wraz z bohaterami książki przygód i emocji. Książki budują w dzieciach wrażliwość i empatię.

Dzieci potrafią dość szybko komentować to, co zobaczą (werbalnie lub niewerbalnie), i aktywnie „czytają" ulubione książki. Nie potrafią jednak wytrzymać długich opowieści czy bajek, zwłaszcza jeśli czytamy je dosłownie.

Zaletą książek jest to, że można wielokrotnie do nich wracać. Daje to dzieciom przyjemne poczucie przewidywalności zdarzeń. Wiedzą, że w tej książce ktoś się wywróci i będzie płakał, a na innej stronie komuś zgubi się piesek. Przewracając kartki, dzieci mogą przewidzieć, gdzie będzie koparka, traktor czy mały kotek, który spotyka kurczaka.

Aby wprowadzić dzieci w świat książek:

- znajdź czas na czytanie książek w różnych momentach dnia – czy to jednemu dziecku, czy to małej grupce;
- stwarzaj grupowe rytuały oglądania i opowiadania książek;

- pokazuj i opowiadaj, co się dzieje w książce, aktywnie komentuj to co, interesuje dzieci, zadawaj pytania, wspieraj wypowiedzi, parafrazuj to, co dzieci chcą powiedzieć;
- ważny jest sposób opowiadania i czytania: rób to ekspresyjnie, w różnorodny sposób, modeluj głos, używaj pacynek oraz różnych rekwizytów;
- zaangażuj dzieci w proces czytania; pozwól im wybrać książkę, przewracać strony, zadawać pytania; rozmawiaj z nimi na temat obrazków i opowieści;
- wielokrotnie wracaj do książek, które interesują dzieci, ponieważ lubią one dogłębnie poznać treść opowieści; ważna jest dla nich powtarzalność i przewidywalność doświadczeń związanych z tą samą książką;
- książki powinny odzwierciedlać najbliższe otoczenie dzieci (np. pojazdy spotykane na ulicy, zwierzęta, które znają) i codzienne doświadczenie (np. posiłek, zabawę w żłobku); dobrze jest, gdy mają kartonowe strony (łatwiej je dzieciom przewracać) i krótki tekst;
- małe dzieci powinny mieć do dyspozycji książki, które można badać różnymi zmysłami – zawierające różne faktury i materiały (książki do zabawy); gdy dzieci mogą nie tylko oglądać, lecz także dotykać książkę, czytanie staje się znacznie bardziej angażujące;
- dla starszych dzieci ważne jest, aby książka była okazją do rozwijania zainteresowań, rozmów, opowiadania historii, inspiracją do zabawy czy też kreatywnego działania.

Inspiracje

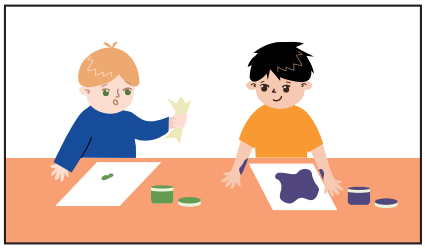
AKTYWNOŚĆ	WSKAZÓWKI METODYCZNE
Przestrzeń sprzyjająca oglądaniu i wspólnemu czytaniu	Przygotuj przyjemne, wygodne miejsce, np. materac, kanapę, miękkie poduszki. Zapewnij odpowiednie oświetlenie. Miejsce przechowywania książek powinno być łatwo dostępne dla dzieci – na wysokości ich rąk i oczu. Warto ustawiać książki okładkami do przodu, co zachęca dzieci do sięgania po nie. Książek nie powinno być za dużo, więc wymieniaj je co jakiś czas.
Książki z domu czytane razem	Przynoszenie ulubionej książeczki z domu pomaga dziecku poczuć się bezpieczniej i jest sposobem na budowanie relacji z opiekunką i innymi dziećmi. To może być zaproszenie do rozmowy i wspólnego czytania.
Rodzice też mogą czytać	Daj rodzicom możliwość przyjścia i poczytania chętnym dzieciom np. raz w tygodniu. Warto pomóc rodzicowi wybrać książkę adekwatną do poziomu rozwoju dzieci i wspomóc go w sposobie jej przedstawiania. Wcześniej trzeba uprzedzić dzieci o wizycie, a w jej trakcie towarzyszyć im w poznawaniu nowej dla nich osoby. Proponowana aktywność włącza rodziców w życie żłobka, pozwala im lepiej zrozumieć żłobkową codzienność, a u dzieci zwiększa poczucie bezpieczeństwa. Buduje pomost pomiędzy doświadczeniami żłobkowymi i rodzinnymi.

AKTYWNOŚĆ	WSKAZÓWKI METODYCZNE
Żłobkowa biblioteczka	Wspieraj gromadzenie różnych rodzajów książek, w tym książki: • sensoryczne, stymulujące zmysły, zachęcające do odkrywania różnych faktur, kształtów, kolorów, dźwięków; • interaktywne, zapraszające do zabawy i eksploracji, np. z otworami, okienkami, przesuwane, rozkładane; • opisujące codzienność, np. dom rodzinny, rodzinę, mój dzień, posiłki; • tematyczne, które zawierają realistyczne zdjęcia, np. dzieci, dorosłych, zwierząt, roślin, owoców i warzyw, przedmiotów codziennego użytku; • opisujące świat przeżyć dziecka i pomagające mu poradzić sobie z wyzwaniami w różnych sytuacjach, takich jak wizyta u lekarza, podróż samolotem, urodziny, pożegnanie z pieluszką, zabawy z rodzeństwem lub rówieśnikami, pójście do przedszkola; • pomagające w rozpoznawaniu emocji i uczuć; • zawierające prostą fabułę; • z wierszykami i wyliczankami, które można później wspólnie z dziećmi recytować w różnych sytuacjach, np. przy wychodzeniu na dwór; • pomagające dzieciom w porządkowaniu wiedzy na temat podstawowych, bliskim im zagadnień, np. kolorów, słów, liczb (dla starszych dzieci), części ciała, pogody, pór roku, budynków.
Książka w codziennych doświadczeniach dzieci	Udostępniaj dzieciom książki, które są związane z ich aktualnymi zainteresowaniami lub przeżyciami. Np. jeśli dzieci chętnie bawią się pojazdami drogowymi, zaproponuj im książkę z takimi właśnie ilustracjami i wspólnie oglądajcie i szukajcie ulubionych pojazdów. W okresie chorobowym poczytajcie o wizycie u lekarza. Możesz też umieścić książkę ze zdjęciami potraw w strefie zabaw w dom.
Książki podczas zabaw w ogrodzie	Wychodząc z dziećmi na powietrze, weź ze sobą książki, które pomogą ci zorganizować różne zabawy, np. poszukaj z dziećmi kwiatów, drzew lub biedronek, które są na obrazkach. Szukaj z dziećmi kolorów, które znają z książki o kolorach. Gdy dzieci zainteresują się owadami, np. mrówkami, pooglądajcie książki, w których występują.
Pacynki, pluszaki i inne rekwizyty przy czytaniu	Używaj pacynek lub pluszaków jako swoich „pomocników” w czytaniu i opowiadaniu dzieciom. Odgrywają i ożywiają one historie, pomagają dzieciom skupić uwagę i bardziej się zaangażować. Rekwizyty (np. samochód, parasolka, jabłko) są konkretną ilustracją czytanych lub opowiadanych historii, wzbogacają opowieść i pomagają dzieciom wejść w opowiadany świat.

NOTATKI

11 Ekspresja i impresja sztuki

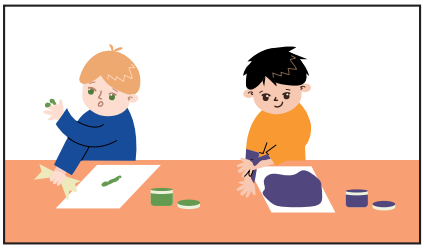
CHŁOPCY MALUJĄ



Kacper i Marcel mają farby przed sobą i malują rękami. Kacper z rozmachem nabiera farbę na ręce. Marcel obserwuje to, co robi kolega, i wyciąga do niego chusteczkę. Chyba chce, żeby Kacper się wytarł.



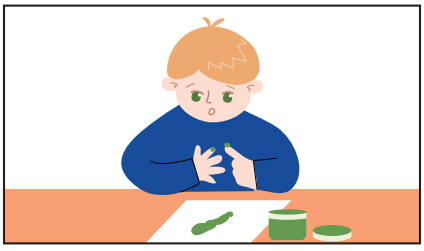
Marcel sięga do swojego kleksa z farby i stawia na kartce znak, używając jednego palca. Kacper zaczyna malować swoje ręce.



Marcelek ponownie dotyka farby, pokazuje opiekunce brudną rękę. Kacper z zapałem kontynuuje rozsmarowywanie farby na rękach.



Marcel ostrożnie dotyka paluszkiem farby na swojej kartce. Patrzy na pobrudzony palec i próbuje wytrzeć go chusteczką. Kacper zanurza ręce w zamalowanym rysunku.



Marcel „zafarbowanym" paluszkiem dotyka palca drugiej ręki.



Marcel zafarbowanym palcem rysuje kreskę na swoim papierze. Tymczasem Kacper rozsmarowuje farbę aż do łokci. Jest bardzo zadowolony.

Być może trudno jest mówić o powyższej sytuacji jako o działalności artystycznej albo o przeżywaniu sztuki. Działania plastyczne małych dzieci – czy to jest malowanie, lepienie, gniecenie, wałkowanie, czy rysowanie – niosą z sobą szereg doznań sensorycznych: wzrokowych, czuciowych, czasem węchowych. Dzieci rozwijają koordynację oko-ręka, ćwiczą precyzję i siłę rąk, doświadczają różnych emocji i zachowują się w bardzo różny sposób. Nie ma lepszych i gorszych sposobów. Ważne, żeby dzieci miały tyle swobody, ile potrzebują, żeby mogły eksperymentować z materiałami plastycznymi tak, jak chcą. W działaniach plastycznych nie może chodzić o to, żeby w ich wyniku powstał jakiś „produkt". Najważniejszy jest proces.

Obaj chłopcy mają te same warunki do działania, ale ich doświadczenie jest zupełnie różne. Jeden „zanurza się" w zabawie dosłownie po łokcie, drugi niezwykle uważnie sprawdza każdy kolejny krok i refleksyjnie go analizuje. Można powiedzieć, że jeden jest ekspresyjny, a drugi impresyjny. Jeden działa z rozmachem, a drugi bardziej kontempluje.

Dlaczego to ważne?

Jednym z ważniejszych zadań opiekunki jest tworzenie warunków, w których dzieci mogą swobodnie doświadczać różnych materiałów i czuć, że ich prace artystyczne mają znaczenie. Nie chodzi o uzyskanie przez wszystkich tego samego efektu, ale o towarzyszenie dzieciom w procesie tworzenia, a potem odbierania swoich dzieł.

Dzieci mają różne potrzeby i różne sposoby realizacji działań artystycznych, dlatego warto w trakcie roku tworzyć zróżnicowane możliwości artystycznej ekspresji (poza dostępnymi dla dzieci każdego dnia kącikami plastycznymi z podstawowymi przyborami). Czasem będzie to duży arkusz papieru i wspólne działanie na podłodze, gdzie liczy się ruch i rozmach. Innym razem lepiej sprawdzi się spokojniejsze miejsce przy stole, gdzie dziecko może skupić się na własnej kartce i pracować w swoim tempie. Zauważ, że dzieci na różne sposoby wchodzą w działanie. Jedno będzie malować zamaszyście i dynamicznie, brudząc siebie i wszystko dookoła, a inne – długo obserwować, pracować ostrożnie. Nie wszystkie dzieci będą chciały we wszystkim uczestniczyć od razu, dlatego daj im możliwość obserwowania bez konieczności brania udziału. Ich gotowość do zaangażowania może zmienić się z czasem.

Działania artystyczne, które wiążą się z dużym brudzeniem, mogą być dla Ciebie wymagające, szczególnie jeśli mówimy np. o farbach na ciele i na ubraniach, o mokrej podłodze, o przebieraniu gromadki dzieci i o sprzątaniu wszystkiego i wszystkich. Warto więc dać sobie i dzieciom na takie doświadczenia więcej czasu, spokoju i odpowiednio przygotować przestrzeń do pracy. Potraktuj je jako główne wydarzenie dnia i zrezygnuj z innych planowych aktywności, żeby nie wprowadzać pośpiechu ani napięcia. Dzięki temu zarówno dzieci, jak i dorośli będą mogli naprawdę skupić się na samym procesie tworzenia i na towarzyszącej mu rozmowie.

Udostępniaj dzieciom materiały, które mogą poznawać wieloma zmysłami: farby, masy solne, papier o różnej fakturze, elementy przyrodnicze, fasole i kasze do przyklejania oraz wodę w różnej postaci (np. w kubeczku i w sprayu). Pozwalaj dzieciom używać ich po swojemu i wracać do nich wielokrotnie. Powtarzalność daje poczucie bezpieczeństwa i wzmacnia pogłębianie doświadczeń i umiejętności.

Pamiętaj, żeby prezentować prace dzieci w sali, a nie tylko na korytarzu – z myślą o rodzicach. Wyeksponuj je w przestrzeni, w zasięgu wzroku dzieci, wracaj do nich, wykorzystuj jako element dekoracji, wspólnej zabawy lub jako pretekst do rozmowy. Kiedy dzieci widzą, że to, co stworzyły, zostaje z nimi na dłużej, uczą się dostrzegać swoją sprawczość, wkład i sens działania.

Inspiracje

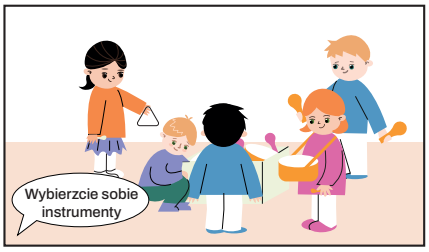
AKTYWNOŚĆ	WSKAZÓWKI METODYCZNE
Wspólne przygotowanie materiałów do pracy	Angażuj dzieci w przygotowanie swoich materiałów do pracy. Jeśli np. w okresie świąt planujesz wyklejać choinkę fasolą, dzień wcześniej zaproś dzieci do pomalowania fasoli na zielono. Każdemu dziecku wsyp do miseczki niewielką ilość fasoli, dodaj odrobinę zielonej farby i zachęć do mieszania pędzlem, dłonią lub łyżką. Dzięki temu dzieci uczestniczą w dłuższym procesie przygotowań, co wzmacnia ich myślenie przyczynowo-skutkowe.
Prawdziwi artyści	Wywieszaj w sali i na korytarzu dziecięce „bazgroły". Potraktuj je jak abstrakcyjne dzieła sztuki, możesz je nawet oprawić. Rozmawiaj z dziećmi o nich – o kolorach, o tym, co im się w nich podoba. Potraktuj je jak eksponaty w muzeum sztuki nowoczesnej.
Malowanie na pionowych płaszczyznach	Tę zabawę można zorganizować na tarasie lub w ogrodzie. Pomocne będą duże kawałki tektury z opakowań lub papier pakowy. Przymocuj je do ogrodzenia, balustrady lub sztalug, które wyniesiesz na taras. Dzieci lubią malować na stojąco – wtedy ich perspektywa na to, co robią, jest inna, bo całe swoje dzieło mają na wysokości oczu.
Rysowanie na stole	Możesz rozwinąć rolkę papieru na stole i przymocować krawędzie tak, aby blat był przykryty papierem. Rozłóż także różne rodzaje kredek (np. świecowe, zwykłe, pastelowe) i potraktuj taki stół jako stanowisko swobodnej zabawy, do którego dzieci podchodzą samodzielnie, albo towarzysz im w działaniu i wspieraj je w rysowaniu.
Malowanie orzechami lub kasztanami	Dużą tacę sensoryczną możesz wykleić od środka papierem, tak aby również jej wewnętrzne krawędzie były zakryte. Na środku w kilku miejscach wyciśnij kilka plam farby w różnych kolorach. Zaproś dzieci. Podaj każdemu po dwa orzechy i pozwól rzucić je na tacę. Następnie pokaż, jak podnosisz tacę i kręcisz nią tak, żeby orzechy turlały się po farbie i po papierze, tworząc abstrakcyjny obraz. Zwracaj uwagę na dźwięki, kolory, efekt. Możesz potem wyeksponować wasz obraz, ale też wykorzystać kolorowe orzechy do innych prac lub dekoracji.

AKTYWNOŚĆ	WSKAZÓWKI METODYCZNE
Malowanie kurkumą	Na dworze (najlepiej latem) rozłóż na ziemi lub zawieś na płocie kartki A3 lub jeden długi arkusz papieru. Zrób farbę z mieszanki kurkumy, wody i soli. Daj dzieciom pędzle i pozwól malować, chlapać. Prace możesz zawiesić na ścianie, zrobić z niej obrus do śniadania następnego dnia lub rozdać dzieciom, aby zabrały je do domu.
Rysowanie patykiem po ziemi	Na dworze zaproponuj dzieciom rysowanie patykiem po ziemi, piasku lub błocie. Mogą tworzyć ślady, linie, wzory i obserwować, jak zmienia się powierzchnia. To bardzo prosta forma ekspresji bez potrzeby przygotowywania materiałów.
Odbijanie przedmiotów	Przygotuj farby i różne przedmioty (np. gąbki, liście, korki, zabawki). Dzieci mogą zanurzać je w farbie i odbijać na papierze. Nie muszą tworzyć konkretnego obrazu, ważna jest tu zabawa i eksperyment.
Układanie z naturalnych materiałów	Zbierz z dziećmi liście, kamienie, patyki, kasztany. Na podłodze lub stole dzieci mogą układać z nich kompozycje. Mogą je zmieniać, rozkładać i tworzyć od nowa. Możesz następnie zrobić zdjęcia, wydrukować i powiesić je na ścianach, żeby dzieci widziały, co stworzyły.
Malowanie na różnych powierzchniach	Zaproponuj dzieciom malowanie nie tylko na papierze, ale także np. na kartonie, folii, kawałku drewna czy tkaninie, a nawet na kamieniach w ogrodzie. Dzieci mogą obserwować, jak farba zachowuje się na różnych powierzchniach.
Ślady ruchu	Przygotuj farbę i duży arkusz papieru. Dzieci mogą przesuwać po nim samochodziki, kulki lub inne przedmioty zanurzone w farbie. Powstałe ślady będą świetnym punktem wyjścia do rozmowy np. o kształtach.

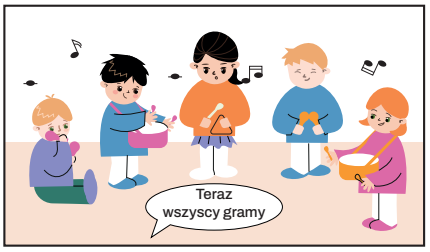
NOTATKI

12 Dźwięki i muzyka

DZIECI GRAJĄ



Dzieci tłoczą się wokół pudełka z instrumentami perkusyjnymi. Mają wybrać sobie instrumenty.



Dzieci stoją i siedzą w kręgu. Opiekunka mówi: „Teraz wszyscy gramy”. Każde dziecko czymś potrząsa lub w coś uderza.



Na hasło opiekunki tylko „bębniarze” grają, a pozostałe dzieci czekają.



I kolejne hasło: „Teraz marakasy”. Benek i Szymek potrząsają marakasami, ale bębniarze też grają.



Opiekunka mówi: „Teraz bębenki nie grają, tylko marakasy grają”. Chłopcy potrząsają marakasami, a reszta dzieci czeka.



Opiekunka mówi: „Bębenki nie, marakasy nie, teraz gra tylko trójkąt”. Lena gra na trójkącie, pozostałe dzieci patrzą.

Dzieci bardzo lubią grać na instrumentach. To świetne, skuteczne i głośne działanie. Uderzam, dmucham, szarpię – słyszę dźwięk. To także wydarzenie społeczne – inni mnie słyszą, zwracają na mnie uwagę, robimy coś razem.

W naszym przykładzie dzieci dostały możliwość wybrania instrumentu – opiekunka włączyła w sytuację możliwość podejmowania decyzji przez dzieci. Zabawne, że dzieci trochę inaczej rozumieją instrukcje opiekunki niż ona. Opiekunka chciała, żeby w pewnym momencie grał tylko jeden rodzaj instrumentu, tak aby każde dziecko czasem grało, a czasem słuchało innych i czekało na swoją kolej. Grupa bębenkowa nie skończyła jednak grać, kiedy miały wejść marakasy. Dzieci z bębenkami potrzebowały wyraźnej instrukcji: „Bębenki nie grają". Czasem uznajemy, że nasze komunikaty są oczywiste, podczas gdy dzieci rozumieją je po swojemu.

Dlaczego to ważne?

W pierwszych trzech latach życia u dzieci intensywnie rozwija się słuch i wrażliwość na dźwięki. Dzieci odkrywają znaczenie otaczających ich dźwięków, uczą się przypisywać dźwięki do konkretnych zjawisk, wydarzeń, zwierząt i przede wszystkim osób. Możesz wspierać ten rozwój poprzez zapewnienie dzieciom codziennego kontaktu z muzyką, różnymi brzmieniami oraz odgłosami pochodzącymi z otoczenia.

Pierwszym i najważniejszym źródłem dźwięków dla małego dziecka jest ludzka mowa. Dlatego w codziennych kontaktach często śpiewaj dzieciom proste piosenki, rymowanki i kołysanki. Podczas takich aktywności dobrze jest różnicować dźwięki – zmieniać ich natężenie (głośno-cicho), wysokość (dźwięki wysokie i niskie), długość oraz tempo.

Możesz także zachęcać dzieci do naśladowania różnych dźwięków, na przykład odgłosów zwierząt (krowa – „muuu", kot – „miau", pies – „hau, hau") czy pojazdów (samochód – „brum, brum"). W połączeniu z pokazywaniem i wspólnym przeglądaniem książeczek obrazkowych dzieci mogą tworzyć prostą dźwiękową historyjkę i dobrze się przy tym bawić. Ty opowiadasz lub czytasz krótkie historie, a dzieci uzupełniają ją dźwiękami – naśladując odgłosy zwierząt, pojazdów czy innych elementów pojawiających się w opowieści. Dzięki temu dzieci jednocześnie słuchają, obserwują obraz i aktywnie uczestniczą w tworzeniu opowieści. Takie zabawy rozwijają słuch, wspierają rozwój mowy, umiejętność naśladowania oraz rozwijają wyobraźnię dzieci, a przede wszystkim pozwalają najmłodszym dobrze się bawić.

Udostępniaj dzieciom proste instrumenty, takie jak grzechotki, bębenki, świstawki czy dzwonki. Dzieci mogą potrząsać nimi, uderzać w nie oraz obserwować, jak zmienia się powstający dźwięk. Dzięki temu mają możliwość aktywnego uczestniczenia w tworzeniu muzyki i eksperymentowania z różnymi brzmieniami. Mogą poznawać instrumenty i ich działanie.

Dzieci powinny mieć możliwość słuchania muzyki klasycznej. Charakteryzuje się ona bogactwem melodii, rytmów oraz zmian dynamiki, co sprzyja rozwijaniu wrażliwości słuchowej i muzycznej. Może również działać uspokajająco oraz wspierać regulację emocji. Dla dzieci w wieku 0–3 lat najlepiej wybierać utwory spokojne, melodyjne i niezbyt głośne, zwłaszcza muzykę fortepianową lub smyczkową. Ważne, aby była

ona odtwarzana w spokojnej atmosferze (np. podczas przygotowania do leżakowania, kiedy dzieci wykonują prace plastyczne, podczas zajęć lub zabaw ruchowych).

Regularne zabawy muzyczne pomagają rozwijać słuch, poczucie rytmu oraz koncentrację. Podstawą jest to, żeby aktywności były radosne i dostosowane do wieku i możliwości dziecka, tak aby muzyka kojarzyła się dzieciom z przyjemnością i wspólną zabawą.

Zwracaj dzieciom uwagę na dźwięki z otoczenia – szum wiatru, śpiew ptaków czy odgłosy codziennych czynności. Chodząc na spacery czy spędzając czas w ogrodzie, zwracajmy uwagę na odgłosy przyrody.

Zwróć uwagę na to, jak dzieci reagują na nagłe dźwięki: sygnał karetki pogotowia, odgłos traktora czy motocykla za oknem, upadek ciężkiego przedmiotu, grzmot burzy. Ich system nerwowy nie jest jeszcze w stanie filtrować istotnych i nieistotnych dźwięków – bądź gotowa uspokoić je, jeśli się przestraszą.

Inspiracje

AKTYWNOŚĆ	WSKAZÓWKI METODYCZNE
Zgadnij, kto to?	Możesz naśladować odgłosy zwierząt (np. „miau, miau", „hau, hau", „muuu, muuu", „beee, bee"), a dzieci zachęcać do odgadywania, o jakie zwierzę chodzi. Możesz też przygotować zdjęcia zwierząt, żeby dzieci wskazywały właściwy obrazek, kiedy usłyszą dźwięk. Następnie zaproponuj dzieciom wspólne naśladowanie odgłosu tego zwierzęcia.
Pojazdy	Pokazuj dzieciom pojazdy. Zadaniem dzieci jest naśladowanie ich, poruszając się w odpowiedni sposób po sali i wydając odgłosy (np. samochód – dzieci udają, że kierują samochodem i mówią „brum, brum"; pociąg – dzieci naśladują jazdę pociągu i wołają „tu-tu"; samolot – dzieci rozkładają rączki na boki i udają, że latają, jednocześnie udając warkot: „wrrrrr").
Klaskanie do rytmu I	Siadasz z dziećmi na dywanie i wyklaskujesz prosty rytm, a dzieci starają się go powtórzyć. Można stopniowo zmieniać tempo – wolniej lub szybciej.
Klaskanie do rytmu II	Dzieci mogą odtwarzać podany przez Ciebie prosty rytm przy użyciu: rąk – dzieci klaszczą, nóg – dzieci tupią. Możecie też uderzać dłońmi o kolana i poklepywać się po brzuchu. Akompaniamentem do tego może być śpiewana przez Ciebie rytmiczna melodia („pam, pam, pam") lub puszczona w tle rytmiczna muzyka instrumentalna.
Mała orkiestra	Każde dziecko otrzymuje prosty instrument (np. marakasy, bębenek, dzwonek). Dzieci grają razem w rytm piosenki, a opiekunka nadaje tempo grania.

AKTYWNOŚĆ	WSKAZÓWKI METODYCZNE
Cicho–głośno	Dzieci grają na instrumentach. Ty przy użyciu gestów dyrygujesz: pokazujesz, kiedy dzieci mają grać głośno (przykładasz rękę do ucha, jak gdybyś nasłuchiwała), a kiedy bardzo cicho (palcem wskazującym dotykasz ust).
Szybko–wolno	Dzieci poruszają się po sali w rytm muzyki. Gdy muzyka jest szybka – poruszają się szybko, ruszając rączkami i udając, że latają jak ptaszki, a gdy wolna – poruszają się wolno jak duży, ciężki miś.
Muzyczne posągi	Dzieci tańczą przy muzyce. Kiedy muzyka nagle się zatrzymuje, dzieci również się zatrzymują i stają jak posągi.
Muzyczna historyjka	Czytasz krótką historię lub pokazujesz książeczkę z obrazkami. Dzieci słuchają i dodają odpowiednie dźwięki do ilustracji (np. pies – „hau, hau", owieczka – „bee, bee", samochód – „brum, brum").
Słuchamy odgłosów przyrody	Podczas spaceru dzieci nasłuchują dźwięków z otoczenia, np. śpiewu ptaków, szumu wiatru czy przejeżdżających samochodów. Wspólnie nazywacie źródła tych dźwięków, możecie je też naśladować.
Rytmiczne koło	Dzieci siedzą w kole i przekazują sobie instrument w rytm piosenki. Gdy muzyka się zatrzymuje, dziecko trzymające instrument może na nim zagrać.
Wesoła piosenka	Podczas śpiewania piosenki dzieci wykonują proste gesty, np. klaszczą, tupią lub potrząsają instrumentami w momencie, kiedy podniesiesz rękę do góry.
Kolorowe chusty	Dzieci dostają kolorowe chusty i przemieszczają się po sali. Ty grasz na tamburynie – kiedy wybijasz szybki rytm, dzieci machają chustami nad głowami, a kiedy zwalniasz tempo, machają chustami z opuszczonymi rękami.
Echo muzyczne	Wydajesz prosty dźwięk lub śpiewasz krótką melodię (np. „la-la-la"), a dzieci próbują ją powtórzyć.
Poznajemy brzmienia instrumentów	Prezentujesz dzieciom różne instrumenty (np. bębenek, tamburyn, dzwonek, trójkąt, marakasy), a dzieci uczą się rozpoznawać ich brzmienie. Potem każde z dzieci ma możliwość wybrania instrumentu i grania na nim.
Domowe instrumenty	W zabawach z dziećmi możesz również wykorzystywać przedmioty codziennego użytku (łyżki, pudełka, garnki, plastikowe miseczki, drewniane łyżki) do tworzenia dźwięków lub muzyki.
Strefa muzyczna w ogrodzie	W ogrodzie możesz powiesić lub w inny sposób przymocować (np. na ramie od góry i od dołu) różnej długości kawałki grubych gałęzi (najlepiej twardego drewna liściastego), tworząc tym samym wiszące cymbały. Dając dzieciom dostęp do pałek, tworzymy możliwość odkrywania przez nie różnych dźwięków. Możesz pomalować cymbały na różne kolory, które będą odpowiadać różnym dźwiękom.

NOTATKI

NOTATKI

NOTATKI

TEKSTY I REDAKCJA MERYTORYCZNA
Monika Rościszewska-Woźniak
Anna Andrykowska
Izabela Szałajska-Kułakowska
Agnieszka Tkaczyńska
Honorata Tkaczyńska
Joanna Rymaszewska
Magdalena Retajczyk
Ewa Rościszewska

KONSULTACJA MERYTORYCZNA I ZLECENIE
Tomasz Pactwa – dyrektor Departamentu Polityki Rodzinnej wraz z zespołem Wydziału Rozwoju Żłobków, Ministerstwo Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej

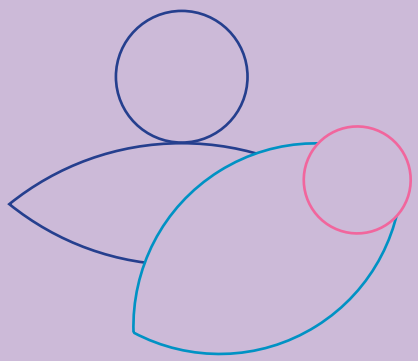
Dr Olga Wysłowska – kluczowy ekspert MRPiPS z zakresu edukacji wczesnodziecięcej

REDAKCJA I KOREKTA
Michał Tomaszewski

PROJEKT GRAFICZNY I SKŁAD
RZECZYOBRAZKOWE

ISBN: 978-83-63499-14-3

Warszawa, wrzesień 2026



Ministerstwo Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej

AKTYWNY RODZIC

fundacja rozwoju dzieci im. Komeńskiego

najmłodsi.pl
WSPARCIE JAKOŚCI INSTYTUCJI OPIEKI I EDUKACJI DZIECI DO LAT 3

Publikacja powstała jako część zadania „Najmłodsi.pl" realizowanego przez Fundację Rozwoju Dzieci im. Komeńskiego w ramach projektu „Akademia Wsparcia – krajowy system wspierania rozwoju opieki wczesnodziecięcej w Polsce – 2024-2026", współfinansowanego ze środków budżetu państwa.