

## Jak wspomagać rozwój dziecka w wieku przedszkolnym ?

- zadbać o rozwój w różnych sferach, ruchowej, poznawczej i emocjonalnej
- zachęcaj do systematycznej aktywności ruchowej ( spacer, zabawa piłką, rower, naśladowanie ruchów przed lustrem)
- zachęcaj do czynności domowych ( np. pomaganie rodzicowi- przygotowywanie posiłków, układanie sztuków, sprzątanie zabawek, układanie swoich rzeczy )– to wspomaga rozwój motoryczny oraz daje powód do dumy, jest okazją do chwaleń przez rodziców,
- ucz niezależności samoobsługowej– pomagaj ale nie wyręczaj, ucz zachowania przy stole, samodzielnego jedzenia, ubierania się, mycia się,
- zachęcaj do zabaw plastycznych ( rysowania, kolorowania, malowania, wycinania, klejenia),
- zachęcaj do gier planszowych – ćwiczą spostrzegawczość, uwagę, pamięć, rozumienie reguł, czekania na swoją kolej, uczą że czasem się przegrywa,
- rozmawiaj, nazywaj emocje, zachęcaj do oglądania książek i opowiadania treści obrazków, bajek, czytanie dziecku, - rozwija zainteresowania, wzbogaca słownictwo, jest okazją do rozmowy – co dobrze a co źle zrobił bohater bajki – co jest dobre a co złe,
- ucz empatii – ucz robienia czegoś dla innej osoby,
- pamiętaj - dziecko jest dobrym obserwatorem !! - bądź przykładem – swoim zachowaniem pokazuj, że bycie miłym pomaga znaleźć przyjaciół, ucz - jak rozwiązywać konflikty, bez agresji!!!!
- spokojna atmosfera w domu, unikanie kłótni, złości, krzyku – dziecko nas obserwuje i potem zachowuje się podobnie,
- ucz poczucia kompetencji, zaradności i świadomości – pokazuj mu w czym jest „dobre” a w czym musi się jeszcze uczyć- powiedz „ spróbuj jeszcze raz”
- wprowadzaj zasady i ograniczaj przywileje – wyznaczaj granice zachowania, Jasno określ co może a czego nie, - co jest dobre a na co się nie zgadzasz,
- ogranicz kary – pokazuj, jak naprawić błąd czy niewłaściwe zachowanie !!,
- nie narzekaj ciągle i nie mów, że jest złe – oceniaj zachowanie a nie dziecko,
- dziecko ma prawo do negatywnych emocji – nie zaprzeczajmy jego uczuciom, ale uczmy go jak je zrozumieć, nazwać i rozładować.
- nagradzaj – pochwal to co zrobi lepiej , znajdź czas na wspólną zabawę czy spacer