

Spis treści

| | |
|--|----|
| Wstęp | 4 |
| Jak wspierać rozwój przedszkolaka? | 4 |
| Jak ćwiczyć dziecięcy umysł? | 8 |
| Koncentracja i spostrzeganie | 8 |
| Pamięć i wiedza | 9 |
| Myślenie | 10 |
| Kreatywność | 11 |
| Zadania, które pomogą rozwinąć umysł twojego dziecka | 12 |
| Bibliografia | 32 |

Wstęp

Trzeci rok życia jest jednym z okresów przełomowych w życiu dziecka. Większość polskich dzieci w tym właśnie wieku rozpoczyna edukację przedszkolną. To dla nich czas podejmowania nowych wyzwań – muszą uczyć się dłużej skupiać uwagę, zapamiętywać coraz większe ilości nowych informacji, kojarzyć je ze sobą i odpowiednio wykorzystywać. Działania w przedszkolu to również zupełnie nowe wymagania stawiane dzieciom, np. konieczność dłuższej pracy przy stoliku, większej samodzielności w ubieraniu się, rozumienia poleceń skierowanych do całej grupy itp. Przedszkolaki w różny sposób radzą sobie z tymi wyzwaniami. Wynika to ze specyfiki wieku dziecka, indywidualnych predyspozycji i zdolności oraz umiejętności, które zdążyło ono wcześniej nabyć. Istotna jest tu gotowość emocjonalna, umiejętności społeczne, a także zdolności poznawcze dziecka.

Oczywiste jest to, że każdy rodzic chciałby możliwie najlepiej przygotować do tych wyzwań swoją pociechę. Zarówno dojrzałość emocjonalną, jak i umiejętności społeczne dziecka najlepiej kształtować w relacjach: w bezpośrednim kontakcie z rodzicem oraz rówieśnikami. Jednak zdolności poznawcze są specyficzną grupą umiejętności, które rozwijać można w indywidualnym działaniu dziecka, przy częściowej pomocy rodzica.

Zadaniem tego poradnika jest wsparcie rodziców i dzieci w kształtowaniu tej właśnie sfery dziecięcego rozwoju – zdolności umysłowych. Znajdziesz w nim informacje o tym, jak skutecznie wspomagać rozwój umysłu przedszkolaka, jakie tworzyć do tego warunki i na co warto zwracać uwagę. Zapoznasz się z różnymi kategoriami ćwiczeń rozwijających dziecięcy umysł. Znajdziesz tu też zestaw zadań służących rozwijaniu poszczególnych zdolności poznawczych. Mam nadzieję, że ten poradnik stanie się dla ciebie i twojego dziecka źródłem inspiracji i punktem wyjścia do tworzenia własnych pomysłów na twórcze i rozwojowe zabawy.

Jak wspierać rozwój przedszkolaka?

Aby skutecznie wspierać rozwój dziecka, ważne jest rozróżnienie pomiędzy możliwościami dziecka ograniczonymi w sposób naturalny jego wiekiem a umiejętnościami, które można (i warto) rozwijać. Dzieci w wieku

przedszkolnym rozwijają się bardzo dynamicznie – pomiędzy trzylatkami i pięcioletkami istnieją ogromne różnice kompetencyjne w obszarze zarówno koncentracji, jak i pamięci czy myślenia. Właściwe stymulowanie rozwoju umysłowego przedszkolaka może pomóc mu łatwiej pokonywać te różnice i skuteczniej nabywać nowe umiejętności. Warto jednak wiedzieć, że takie stymulowanie rozwoju nie może odbywać się w sposób nieograniczony – ogranicza je zawsze stopień dojrzałości biologicznej dziecka. Nawet najlepiej wspierane w rozwoju dziecko nie osiągnie postępów większych niż te, na które jest gotowe.

Postęp, który możecie uzyskać, mieści się w tzw. strefie najbliższego rozwoju. Termin ten, stworzony przez psychologa Lwa Wygotskiego, oznacza wszystkie wyzwania, z którymi dziecko nie jest jeszcze w stanie samo sobie poradzić, lecz może to zrobić przy niewielkiej pomocy osoby dorosłej. Tego rodzaju zadania pomagają utrzymać wysoką motywację i dobrą samoocenę dziecka – dają jednocześnie szansę na przeżycie sukcesu i uzyskanie poczucia sprawstwa („To było trudne, ale mi się udało”), nie niosąc ze sobą ryzyka frustracji z powodu niepowodzenia.

Zapamiętaj

Proponuj dziecku zadania „średnio trudne” – takie, które wymagają od niego czegoś więcej, niż umiało do tej pory, ale które nie leżą całkowicie poza zasięgiem jego aktualnych możliwości (to znaczy może dojść do rozwiązania metodą prób i błędów lub z twoją pomocą). W miarę jak dziecko będzie rozwijało swoje umiejętności, poziom trudności będzie się przesuwiał coraz wyżej.

Aby móc ćwiczyć z dzieckiem nowe umiejętności, musimy przede wszystkim skoncentrować jego uwagę na zabawie, którą chcemy mu zaproponować. Przedszkolak dopiero uczy się skupiania uwagi na dłuższy czas. Według standardowych norm przyjmowanych w psychologii trzylatek powinien umieć skoncentrować się na jednym zadaniu przez ok. 15 minut, czterolatek – 15–20, a pięcioletek – 20–30 minut. Praktyka pokazuje jednak, że zdolność ta jest mocno uzależniona od tego, czym dziecko się zajmuje. Przedszkolak postawiony przed zadaniem atrakcyjnym i realizowanym w formie zabawy potrafi spędzić nad nim znacznie więcej czasu, niż wynosi norma (czasem nawet godzinę lub półtorej godziny). Natomiast próba zaangażowania malucha w zadanie nudne zazwyczaj kończy się porzuceniem zabawy lub rozproszeniem uwagi już po kilku minutach. Ten naturalny związek między atrakcyjnością zadania a czasem koncentracji

dziecka będzie się utrzymywać niezależnie od tego, jak długo będziesz z nim ćwiczyć. Jeśli oczekujesz, że dziecko skupi się na długi czas na zadaniu, które jest po prostu nudne, to albo spotka cię rozczarowanie, albo okaże się, że mimo pozornego skupienia dziecko nic korzystnego z tego zadania nie wynosi. Co więcej, taka sytuacja może spowalniać rozwój dziecka – zamiast ćwiczyć koncentrację i nowe umiejętności, dziecko kieruje większość swojej uwagi na negatywne emocje związane z przymusem udziału w nielubianej zabawie.

Zapamiętaj

Trenując z dzieckiem nowe umiejętności, zadбай, by miało to formę zabawy. Umysł dziecka można ćwiczyć na różne sposoby: od zadań wykonywanych w książeczkach, przez zabawy plastyczne, aż po gry ruchowe (więcej informacji na ten temat znajdziesz w dalszej części poradnika). Opierając się na tym, co twoje dziecko lubi i co je angażuje, wzmacniasz jego naturalne predyspozycje rozwojowe i umożliwiasz pełny rozwój potencjału, który w nim drzemie.

Warto również zwrócić uwagę na kontekst psychologiczny twojej pracy z dzieckiem. Dziecko zaabsorbowane negatywnymi emocjami (wynikającymi np. z braku pewności, że może liczyć na pomoc rodzica oraz jego akceptację ewentualnej porażki) będzie skupiać się na tych emocjach, a nie na zadaniu. Przy niskiej samoocenie może zająć efekt samospelniającej się przepowiedni – dziecko obawiające się porażki nie może (lub po prostu nie chce) skoncentrować się na zadaniu, przez co nie jest w stanie poprawnie go wykonać. Podobne zjawisko może zachodzić, jeśli dziecko się czymś martwi lub przeżywa długotrwały stres (np. z powodu częstych konfliktów między rodzicami, śmierci w rodzinie, przeprowadzki). Część objawów, które rodzice interpretują jako trudności koncentracji, ma swoje źródło w tego rodzaju problemach emocjonalnych.

Zapamiętaj

Podjęwając rozwojową zabawę z dzieckiem, zawsze najpierw zadбай o jego emocje i komfort psychiczny. Dziecko, które czuje się bezpiecznie i jest pewne bezwarunkowej akceptacji rodzica, mniej obawia się porażki, łatwiej się skupia i częściej osiąga sukces.