

Rozwój dziecka w wieku przedszkolnym



Auksologia –

nauka o rozwoju ontogenetycznym (osobniczym)
i oddziaływaniu środowiska zewnętrznego na
rozwijający się organizm dziecka

Rozwój nie jest stanem, lecz procesem

Czynniki mające wpływ na rozwój dziecka:

1. Endogenne:

- genetyczne (genotyp osobniczy)
- w okresie prenatalnym na płód oddziałują właściwości śródmacicznego środowiska matki
- wiek rodziców, głównie matki oraz kolejność ciąży (tzw. czynniki paragenetyczne)
- hormony - warunkujące zachowanie homeostazy środowiska wewnętrznego, wywierają wpływ na wiele funkcji ustroju tj. wzrastanie, różnicowanie i dojrzewanie narządów, procesy metaboliczne, odpornościowe oraz adaptacyjne

2. Egzogenne - biologiczne, kulturowe, społeczno - ekonomiczne:

- warunki biogeograficzne i fizykochemiczne (klimat, zasoby wodno - mineralne, skład powietrza, flora, fauna itp.)
- żywienie (niedobór białka w okresie prenatalnym opóźnia rozwój ośrodkowego układu nerwowego, a postnatalnie układu kostno - mięśniowego i dojrzewania płciowego dziecka)
- aktywność ruchowa
- środowiska bytowania (dom rodzinny, środowiska nauczania i wychowania, środowisko typowo wiejskie i wielkomiejskie)
- wykształcenie rodziców (posiadana wiedza oraz pośrednio sposób wykorzystania dóbr materialnych warunkuje kształtowanie postaw prozdrowotnych np. nawyków higienicznych u dzieci)

Wiek przedszkolny - okres między 3 a 6 rokiem życia

W okresie przedszkolnym zaznacza się zróżnicowanie przebiegu procesu rozwoju.

- między 3 a 7 rokiem życia przyrost wysokości ciała wynosi 26 - 27 cm; rytm wzrastania w tym okresie jest różny (intensywniej rosną chłopcy między 3 a 6 rokiem życia, dziewczynki między 3 - 4 rokiem życia)
- masa ciała powiększa się średnio 2, 3 kg rocznie
- zmiany w proporcji ciała następują w kierunku wydłużania kończyn dolnych; od 3 roku życia stopniowo zaczyna się dymorfizm płciowy w zakresie wymiarów klatki piersiowej, szerokości barków i bioder w kierunku sylwetki męskiej u chłopców
- tkanka tłuszczowa obficie gromadzi się u dziewcząt
- między 4 a 6 rokiem życia następuje nasilenie procesu mineralizacji kośćca, pojawiają się nowe punkty kostnienia
- około 5 roku życia następuje wzmocnienie aparatu więzadełkowo - ścięgniętego stopy i silny jej wzrost
- krzywizny fizjologiczne kręgosłupa nie ulegają istotnym zmianom
- około 6 roku życia rozpoczyna się wymiana zębów mlecznych na stałe

- Dziecko nabywa bardzo ważną potrzebę i zarazem umiejętność - wkracza w **samodzielność**. (stara się robić różne rzeczy samodzielnie i po swojemu - w różnych sytuacjach zarówno domowych, jak i poza domem - w przedszkolu, na wakacjach, podczas wizyt u rodziny i znajomych).
- Intensywnie rozwija się fizycznie.
- Jest to okres, w którym część dzieci po raz pierwszy dłużej będzie przebywać pod opieką innych dorosłych, a nie rodziców.
- Zawiera pierwsze „poważne” znajomości z innymi dziećmi - rówieśnikami, a także starszymi oraz młodszymi.
- Nabywa doświadczeń związanych z byciem w grupie i kontaktami z innymi dorosłymi, np. nauczycielami czy opiekunami.
- Poznaje wiele nowych miejsc i sytuacji, z którymi nie zetknęłyby się w domu.
- Umysł dziecka jest bardzo chłonny i gotowy do uczenia się wszystkich nowych rzeczy, nie tylko związanych wprost z programem zajęć, jakie oferuje przedszkole.
- Codzienną i najważniejszą z punktu widzenia dalszego rozwoju aktywnością jest **zabawa**.

Zmiany zachodzą:

- w zachowaniu dziecka
- w jego sposobach myślenia i zapamiętywania różnych zdarzeń
- w tym, jakie przeżywa emocje i jak je wyraża

Równie ważne stają się:

- kontakty z innymi
- umiejętność odnajdywania się w różnych sytuacjach zarówno z dorosłymi, jak i innymi dziećmi

Najważniejsze potrzeby dziecka w tym okresie:

- samodzielność - przejawia się w chęci działania zgodnego z własnym pomysłem i swoją wolą
- poznawanie nowych rzeczy i sytuacji - ciekawość, zadawanie pytań
- kontakt z innymi - chęć zabawy i wspólnej aktywności zarówno z dziećmi, jak i dorosłymi

Ruch, czyli rozwój motoryki

Rozwój motoryczny w okresie przedszkolnym pozwala dziecku na **coraz większą samodzielność w wykonywaniu codziennych czynności oraz w zabawach.**

- Dziecko wydaje się być ciągle w ruchu, a jego zapotrzebowanie na aktywność fizyczną jest wręcz nieograniczone.
- Opanowuje różne nowe umiejętności, udaje mu się wykonywać je jednocześnie (np. potrafi jednocześnie iść, jeść i rozmawiać).
- Większa płynność, precyzja i gracia w zachowaniach dziecka.
- Zdobywa kolejne umiejętności. (Między 4 a 6 rokiem życia sprawnie podskakuje, wspina się, chwytta różne przedmioty zarówno większe, jak i mniejsze. Większość dzieci pod koniec okresu przedszkolnego opanowuje jazdę na rowerze, hulajnodze czy rolkach).

Należy jednak pamiętać, że rozwój sprawności motorycznej zarówno związanej z przemieszczaniem się i wykonywaniem dużych ruchów (takich jak pchanie wózka czy przestawianie pudełek), jak i motoryki małej, związanej z ruchami dłoni nie przebiega u wszystkich dzieci w takim samym tempie.

To, jak szybko dziecko nabywa pewnych sprawności, może zależeć od wielu czynników (np. wrodzonych predyspozycji, temperamentu czy wyposażenia otaczającego je środowiska).

Wzrasta precyzja działania jego zmysłów:

- coraz lepiej sobie radzi z koordynacją między tym, co słyszy i widzi, a ruchami, które wykonuje
- nabywa zdolności precyzyjnego śledzenia ruchów przedmiotów i chwytania ich, np. podczas gry w piłkę
- w coraz większym zakresie poznaje i rozumie otaczającą rzeczywistość
- dzięki ciekawości rozwija spostrzegawczość i zdolność do skupiania uwagi (wzroku, słuchu) na danym przedmiocie lub zjawisku
- coraz lepiej dostrzega wiele szczegółów i przedstawia je, opisując lub rysując
- rozpoznaje dotykiem różne przedmioty
- opisuje smak potraw

Jak wspomagać rozwój dziecka - motoryka duża

- Spędzanie czasu na zorganizowanej lub niezorganizowanej aktywności fizycznej.
- Stały rytm aktywności i odpoczynku.

Aktywność fizyczna przez co najmniej godzinę dziennie może również pomóc utrzymać odpowiedni poziom wagi dziecka.

- Zorganizowana przestrzeń (różnego rodzaju zabawki, proponowana aktywność) okazją do wykonywania różnych ruchów i kształtowania świadomości własnego ciała oraz orientacji w przestrzeni.

Jak wspomagać rozwój dziecka - motoryka mała

- Zachęcanie do wspólnej działalności podczas wykonywania codziennych domowych zajęć, które wymagają drobnych i precyzyjnych ruchów np. mieszanie, lepienie, sklejanie.

Wspólne ich wykonywanie da dziecku:

- poczucie robienia czegoś ważnego

- wzmacnia zaangażowanie

- jest okazją do ćwiczenia precyzyjnych ruchów

- powód do dumy (chwalenie)

- Zachęcanie do wykonywania codziennych czynności, takich jak ubieranie się, składanie rzeczy, porządkowanie zabawek.

Dziecko nie tylko ćwiczy swoje zdolności motoryczne, ale również uczy się dbania o własne rzeczy i wykonuje pracę, która jest potrzebna i pozytywnie oceniana przez dorosłych.

Jak rozwijać zmysły?

Skupiać się na wykorzystywaniu wielu zmysłów np.

- podczas posiłków i przygotowywania żywności można rozmawiać o tym, jak wygląda jedzenie, jak pachnie, jaki jest jego smak
- na spacerze podkreślać i uwrażliwiać dziecko na dochodzące z otoczenia dźwięki, zapachy, kształty i faktury różnych przedmiotów
- słuchanie z zamkniętymi oczami dźwięków różnych instrumentów

Myślenie, czyli rozwój poznawczy

Okres między 4 a 6 rokiem życia jest niezmiernie istotny dla rozwoju myślenia, pamięci i mowy dziecka.

- Intensywnie zdobywa wiedzę o otaczającym świecie, samym sobie i różnych zjawiskach zarówno społecznych, jak i fizycznych.

(podstawą tego jest rozwijający się intensywnie mózg dziecka, a szczególnie dojrzewająca kora czołowa)

- Wzrasta zdolność do zaplanowanego i przemyślanego działania.
- W swoich działaniach kieruje się ogromną ciekawością i chęcią poznawania świata.
- Całkiem dobrze orientuje się, jak otaczająca je rzeczywistość wpływa na jego myśli i zachowania.
- Potrafi rozwiązać różnego rodzaju zagadki i dawać poprawne odpowiedzi, z których wynika, że wie, jak inni mogą postrzegać świat.
- Fascynuje się różnego rodzaju zdarzeniami i urządzeniami.
- Zadaje wiele pytań o to, jak coś działa, dlaczego tak jest zrobione lub do czego służy.
- Poznaje, rozumuje i rozwiązuje problemy poprzez eksperyment. (korzysta w takich sytuacjach ze swoich wcześniejszych doświadczeń)

Problem próbuje rozwiązać poprzez działanie (np. usiłując używać przedmiotu na różne sposoby).

W sytuacji, w której spotyka się z czymś po raz pierwszy, najpierw bacznie się temu przygląda, dotyka, stara się nazwać ten przedmiot lub to zdarzenie.

- Pamięć 4-, 5- i 6-letka jest już dość dobrze rozwinięta - łatwiej przychodzi rozwiązywanie kolejnych problemów.

- Mowa odgrywa niebagatelną rolę w poznawaniu świata.

*W okresie przedszkolnym dziecko opanowuje około 8 - 10 słów dziennie.
Pod koniec tego etapu posługuje się około 4500 słowami, ale rozumie
co najmniej drugie tyle.*

- Buduje się dziecięcy zasób wiedzy.

*Wiedza i sposoby myślenia wykorzystywane przez dziecko są jeszcze dość
powierzchowne.*

- Potrafi porównywać ze sobą różne przedmioty i wskazywać na pewne podobieństwa, klasyfikować je i układać według różnych właściwości.
- Poszukuje powiązań między zdarzeniami.
- Rozróżnia świat obiektywny (zewnątrzny) i subiektywny (świat odczuć, przeżyć i wrażeń).
- Potrafi również zobaczyć i zrozumieć inny, odmienny od swojego punkt widzenia.

Rozwój mowy i myślenia 3 - latka

- lubi rymowanki, wyliczanki i gry słowne
- rozumie i umie wykonywać złożone polecenia
- opowiada, co widzi oglądając proste obrazki
- zadaje pytania zaczynające się od „po co”, „dlaczego”, „kiedy”, „kto”, „czemu”
- zna imiona domowników i innych najbliższych osób

Rozwój mowy i myślenia 4 - latka

- zadaje mnóstwo pytań, np. dopytuje się o znaczenie słów, które poznaje
- dzięki rozwojowi pamięci zaczyna rozróżniać i posługiwać się określeniami czasu przeszłego, teraźniejszego i przyszłego
- zaczyna coraz lepiej orientować się w porach roku, miesiącach, dniach tygodnia
- wie, jaki porządek mają czynności w ciągu dnia, co jest najpierw, a co potem, co robi się w jakiej kolejności
- coraz lepiej orientuje się w przestrzeni i swojej okolicy: wie, którędy idzie się do sklepu, przedszkola
- rozumie i używa słowa „z przodu”, „z tyłu”, „w środku”, „obok”, „nad”, „pod”
- na rysunkach postaci ludzkie zaczynają mieć wyraźną głowę, tułów, nogi i ręce

Rozwój mowy i myślenia 5 - latka

- potrafi powtórzyć całe zdanie
- potrafi podać proste definicje, np. do czego służą określone przedmioty, np. nóż - do krojenia, mydło - do mycia
- tworzy własne nazwy rzeczy, o których nie wie, jak się nazywają
- potrafi opisywać sytuacje z użyciem takich słów jak: „łatwy”, „trudny”, „nudny”, „zapomniałem”
- próbuje pisać pierwsze litery i cyfry
- zna nazwy coraz większej liczby kolorów
- wyciąga wnioski z informacji, które posiada (choć często są one mylne i zbyt ogólne lub przeciwnie - nadmiernie konkretne)
- może mieć trudności w przyswajaniu i wyobrażaniu sobie, że nie każdy myśli i czuje to samo, co ono

Rozwój mowy i myślenia 6 - latka

- dziecko zdolne jest do zapamiętywania dat, krótkich wierszyków, rymowanek, ważnych informacji
- nauczyło się, bądź uczy się, liter i cyfr
- rozumie znaczenie różnych oznaczeń, np.: w sklepie, na ulicy (znaki drogowe), znaczki i symbole w przedszkolu
- potrafi policzyć około dwudziestu przedmiotów, wskazując je palcem
- zasób dziecięcej wiedzy jest już całkiem imponujący (chętnie się tą wiedzą dzieli zarówno z rówieśnikami, jak i dorosłymi)
- dobrze orientuje się w najbliższym otoczeniu

Dzieci w tym wieku zaczynają planować swoje działania zarówno co do aktualnie wykonywanych czynności, np. „co mi jest potrzebne, żeby zacząć rysowanie”, jak i w dłuższej perspektywie, np. planowanie swojego dnia - „co będę robić po przedszkolu”.

Trzeba jednak pamiętać, że zdolność do planowania swojego działania i kontrolowanie własnego zachowania będzie się rozwijać bardzo dynamicznie w trakcie kolejnego etapu rozwoju, kiedy to dziecko pójdzie do szkoły.

Niewątpliwie na tym etapie dorośli mogą pomóc dziecku w kierowaniu jego zachowaniami i osiągnięciu różnych zamierzeń, które byłyby niedostępne bez takiej pomocy.

Jak wspierać rozwój poznawczy:

- Rozwijać naturalną skłonność dziecka do zadawania pytań i „główkowania” nad jakimiś problemami.
- Pomagać w ćwiczeniu zadawania pytań i myśleniu o tym, jak samodzielnie znaleźć na nie odpowiedzi.
- Angażować w doświadczenia „naukowe” i różnorodne rodzaje aktywności związane np. z poznawaniem zjawisk fizycznych i matematyką.

Dzięki temu dzieci zaczynają zadawać więcej pytań, stawiają hipotezy lub domysły.

Działania dorosłego powinny koncentrować się na pomocy dziecku w zbieraniu danych i wyciąganiu wniosków.

- Rozwój myślenia i ciekawości dziecka wiąże się z kształtowaniem postawy wobec nauki i rozwijania zainteresowań.
- Kształtuje się stosunek do różnych obowiązków i zadań.

Ma to duży wpływ na sposób, w jaki dziecko rozpocznie naukę w szkole i jak będzie sobie radziło z obowiązkami szkolnymi.

Uczucia, czyli rozwój emocjonalny

Wraz z wiekiem wzrastają zdolności dziecka do samodzielnego regulowania własnych emocji.

Jest to proces długotrwały, obejmujący całe dzieciństwo i okres dorastania. Jednak jego podstawy obserwowane są już w pierwszych latach życia dziecka.

Staje się coraz bardziej świadome zarówno własnych emocji, jak i uczuć innych ludzi.

Uczy się:

- rozpoznawać i nazywać własne emocje
- rozpoznawać i nazywać emocje innych osób
- że emocje to pewne wewnętrzne stany, które są powiązane z tym, co wydarzyło się w świecie zewnętrznym
- jak zapanować nad własnymi emocjami

Jak wspierać dziecko w rozpoznawaniu emocji i radzeniu sobie z nimi:

- Nazywać uczucia i tłumaczyć, skąd one się wzięły.
- Czytanie dzieciom książek, które zawierają opisy różnych konfliktów i problemów, a następnie proszenie ich o nazywanie emocji, które przeżywają bohaterowie.

Rozmowy o przeżyciach wewnętrznych:

- pomagają nazwać określone stany i to, co je wywołało
 - ułatwiają dziecku radzenie sobie z tymi emocjami

Bardzo ważne jest oferowanie przez dorosłych różnych sposobów radzenia sobie z emocjami, podsuwanie pomysłów co zrobić, kiedy jest smutno ...

Rozwój uczyć dumy i wstydu związany jest z tym, co dziecko zrobiło i jak jego zachowanie zostało ocenione przez innych (a później również przez nie samo).

Dzieci w tym wieku są szczególnie wyczulone na informacje o tym, czy i w jakim stopniu spełniły wymagania dorosłych. (Uczy się właściwych zachowań, stara się spełniać pewne standardy).

Jak dzieci mówią o swoich uczuciach?

Około drugiego roku życia dzieci, które już nauczyły się mówić, potrafią powiedzieć o swoich podstawowych odczuciach, np. czego się boją lub co je cieszy.

W ciągu 3 i 4 roku życia wzrasta skłonność dziecka do mówienia o własnych przeżyciach - o tym, czego chce, co by wolało, co jest dla niego przyjemnie lub nieprzyjemne, jak się czuło w określonej sytuacji, np. w przedszkolu lub podczas zabawy z nowo poznanym dzieckiem.

Około 5 roku życia dzieci są zdolne do coraz dłuższego i bardziej rozbudowanego opowiadania o swoich emocjach oraz sposobach radzenia sobie z nimi.

Strategie 4- 5 - latka, aby radzić sobie z emocjami:

- uciekanie od sytuacji, które wzbudzają emocje, np. podczas oglądania bajki dziecko zakrywa oczy lub chowa się za jakimś sprzętem,
- rozmawianie z dorosłymi na temat swoich przeżyć,
- myślenie o swoich przeżyciach i tłumaczenie sobie ich przyczyn, np. „przestraszyłem się, bo w pokoju było ciemno” albo „nie ma się czego bać, to tylko ktoś hałasuje za oknem”,
- wyrażanie emocji w bezpieczny sposób, np. podczas zabawy

Uczenie się właściwych sposobów radzenia sobie z emocjami.

Im młodsze dzieci, tym bardziej kontrolowanie i regulowanie ich emocji jest zadaniem dorosłego.

Rola dorosłych w rozwoju emocjonalnym dziecka przedszkolnego:

- Interweniowanie w sytuacjach, gdy dziecko przestaje sobie radzić z trudnymi emocjami - zmniejszanie napięcia, lęku czy frustracji dziecka.
- Tworzenie adekwatnych do poziomu rozwoju dziecka okazji wzbudzających pobudzenie emocjonalne, z którym będzie ono mogło sobie poradzić (np. przez stawianie wyzwań).
- Modelowanie sposobu wyrażania emocji, zarówno pozytywnych, jak i negatywnych. - Tłumaczenie dziecku, co czuje ono i co czują inni, dlaczego i jak można sobie z tym poradzić.

Zabawa i fantazja

okres przedszkolny - wiek zabawy

jedna z głównych form aktywności dziecka - bawienie się

Zabawa jest najbardziej poważną i przynoszącą najwięcej korzyści nauką.

Zabawy są:

- bardziej rozbudowane
 - skomplikowane
 - oparte na regułach, którym należy się podporządkować
 - z użyciem wyobraźni:
 - dużo rzeczy dzieje się na niby
 - dzieci udają, że coś robią
- posługują się różnymi przedmiotami, tak jakby były czymś zupełnie innym i dowolnie zmieniają ich przeznaczenie

Podczas zabawy dziecko:

- przeżywa radości i smutki
- uczy się panować nad swoim zachowaniem
 - wytrwale dąży do celu
- przestrzega reguł, zasady zabawy

Dzięki zabawie wzrasta umiejętności dziecka do kontrolowania swojego zachowania i postępowania zgodnie z pewnym ustalonym wcześniej planem.

Zabawa staje się okazją do ćwiczenia zachowań.

Rozwój społeczny

- Kontakty z innymi ludźmi w tym okresie życia dziecka są bardziej intensywne i częstsze niż wcześniej.
- Dziecko w wieku przedszkolnym ma okazje do zawierania nowych znajomości zarówno z dziećmi, jak i dorosłymi spoza rodziny (w przedszkolu).
- Nowe kontakty dają okazje do wypróbowywania nowych zachowań, stawiają wymagania.

Nowe zachowania:

- nauczenie się sposobów bycia z innymi
- porozumiewania się z nimi
- zdobywania ich uwagi i sympatii
- proszenia o pomoc

Rówieśnicy stają się tak ważni, relacje z nimi stanowią dla przedszkolaka bardzo istotny punkt odniesienia.

Coraz częściej sukcesy we wspólnych działaniach, bycie lubianym i zapraszającym do zabawy będą stanowić o tym, czy dziecko jest z siebie zadowolone.

Dziecięce przyjaźnie, poczucie bycia docenianym, lubianym i akceptowanym przez innych pomagają stworzyć pozytywne wyobrażenie o sobie samym i kształtują dziecięcą samoocenę.

inicjatywa - główny proces i motor rozwoju

Dziecko musi się przekonać:

- czy jego zdanie się liczy
- czy potrafi samo czegoś dokonać

- czy jego pomysły i sposób wykonania są dobre i doceniane przez innych

Dziecko, którego inicjatywę wspiera się jest:

- aktywne
- konsekwentnie dąży do celu
- lubi zmiany
- samodzielnie realizuje swoje cele
- potrafi odróżnić dobro od zła
- współpracować z innymi
- przyjmuje w efektywny sposób kierowniczą rolę

Dziecko, u którego przeważa poczucie winy (wynikające z doświadczania krytyki lub nadmiernego ograniczania jego inicjatywy), charakteryzuje się:

- niskim poziomem energii
 - nie lubi zmian
- z trudnością realizuje swoje cele
- większą wagę przykładają do niepowodzeń i negatywnych aspektów życia
 - ma trudności w kontaktach z rówieśnikami
- realizację swoich zamierzeń odwleka w czasie, przekłada „na jutro”

Zadania rodzica:

- powinien wspierać inicjatywę i nieograniczoną wyobraźnię dziecka
- stawiać granice, „pilnować rzeczywistości” i wdrażać zasady

Każde dziecko rozwija się w innym tempie, każde jest indywidualnością.

**Brak stymulacji i pomocy w opóźnieniach
i zaburzeniach rozwojowych skutkuje trudnościami szkolnymi.**



Opracowała

BOGUMIŁA

PELCZAR