

Zabawa i samoregulacja w przedszkolu



Czy dzieci w Twojej grupie są świadome swoich uczuć, potrzeb, impulsów? Czy mogą uspokoić się, kontrolować swoje zachowanie i skupić się na zadaniach? Przedszkolakom, które mogą to zrobić, łatwiej jest czekać na swoją kolejkę, zaprzyjaźniać się i adaptować do szkolnej rutyny. Umiejętność ta nazywa się „samoregulacją”. Nauczyciele często zastanawiają się, jak pomóc dzieciom rozwinąć samoregulację. Odpowiedzią może być „Pozwól im się bawić!”.

Daj dzieciom czas na swobodną zabawę

- Pozwól dzieciom na długie okresy w ciągu dnia, kiedy mogłyby bawić się swobodnie. Jeśli wcześniej poprosisz dzieci, żeby wybrały, w co się chcą bawić, pomagasz im skupiać uwagę i postępować zgodnie z planem. „Dymitrij, planowałeś grać w grę planszową. Jaką chcesz grę? Mamy Candy Land, Guess Who oraz Chutes and Ladders”.
- Zapewnij różne materiały, jak klocki, piasek, wodę, kolorowe szaliki, wstążki itp., żeby dzieci mogły bawić się kreatywnie. Mogą zamieniać klocki w miasto, wzgórze lub łóżko. Szaliki mogą przemieniać się w chmury, wodospad albo koce. Niektóre dzieci mogą potrzebować pomocy na początku zabawy. Subtelne zachęty lub sugestie mogą być mile widziane. „Jak wysoką wieżę z klocków dziś wybudujesz?”, „Czy chcesz zacząć, kopiąc dziurę w piasku, czy też najpierw narysujesz na nim rysunek, używając narzędzi?”.
- Pomóż dzieciom wyrazić rozczarowanie słowami tak, aby mogły uspokoić się i skupić na ponownym układaniu rzeczy. „Twoja wieża z klocków upadła i jesteś sfrustrowany. Możesz zbudować drugą wieżę. A może chcesz odłożyć klocki i pobawić się w coś innego?”.

Zachęcaj do zabaw w odgrywanie roli

- Zaopatrz dzieci w rekwizyty, tak aby mogły wcielać się w różne role: rodzica, niemowlaka, ratownika, tancerza, magika, zwierzęcia domowego. Dziecko, które odgrywa rolę, uczy się przestrzegać zasad związanych z daną rolą. „Jestem kelnerem. Dam ci menu, a Ty powiesz mi, co chcesz zjeść. Następnie ugotuję Ci posiłek i podam do stołu, gdy będzie gotowy”.
- Obserwuj dzieci, żeby zorientować się, czy wewnątrz kontrolują swoje zachowanie, kiedy bawią się w odgrywanie ról. „Nie mogę teraz bawić się z Celią. Jestem kelnerem i obsługuję Kayę i Willa”.
- Daj dzieciom szansę ustalić granice, kiedy towarzysz zabaw nie trzyma się zasad. Dzieci będą często przypominać sobie nawzajem, żeby kontrolować swoje odruchy podczas zabawy w odgrywanie roli. „Nie warcz na mnie, kelnerze. Kelnerzy nie straszą ludzi. Przyjmują zamówienia i przynoszą jedzenie”.

Pomóż dzieciom negocjować między sobą podczas zabawy w odgrywanie ról

- Kiedy dzieci mają odmienne zdania, zachęć je do rozmowy między sobą o tym, czego chcą. „Liam, chciałeś wykorzystać te duże klocki do budowy samolotu, ale Carlos zaczął budować łódź. Podziel się z nim swoim pomysłem i zobaczcie, czy jesteście w stanie wspólnie coś wymyślić”.
- Jeśli plany muszą być zmienione, przypomnij dzieciom, że mają różne możliwości. „Ty chcesz czarodziejską różdżkę, ale ciągle jest jeszcze kolej Emmy. Możesz usiąść i poczekać. Albo możesz udawać, że ta czapka jest magiczna i nosić ją, aż Emma skończy”.

English Title: Play and Self-Regulation in Preschool



Children's Research Center
University of Illinois at Urbana-Champaign
51 Gerty Dr. • Champaign, IL 61820-7469
Telephone: 217-333-1386
Toll-free: 877-275-3227
E-mail: iel@illinois.edu
<http://illinoisearlylearning.org>



Illinois
State Board of
Education