

Drodzy Rodzice

Chciałybyśmy zaproponować Wam i dzieciom stworzony specjalnie dla Biedronek DOMOWY PLAN DNIA.

W przedszkolu dzieci nauczyły się spędzać czas zgodnie z ustalonym harmonogramem dnia, który pomagał im usystematyzować kolejność proponowanych działań i wydarzeń. W takim znanym obszarze planu dnia dzieci czują się pewniej, wiedzą kiedy nastąpi kolejny punkt dnia, a to pomaga im w zorganizowaniu aktywności. Aktualnie jest to aktywność domowa, która dzieli się na tę, którą zapewnią im rodzice jak np. posiłki, pomoc w pracy z zadaniami z przedszkola i tę, którą mogą zaplanować sobie sami czyli wybór zabawy, gdy rodzice są zajęci, wybór formy odpoczynku podczas dnia. Chciałybyśmy, aby DOMOWY PLAN DNIA ułatwił także pracę rodzicom, ponieważ zdajemy sobie sprawę, że poza opieką nad naszymi przedszkolakami, mają Państwo mnóstwo dodatkowych obowiązków.

Obecna sytuacja, podczas której dzieci nie mają możliwości uczęszczania do przedszkola sprawia, że w domowych warunkach odbywa się wiele działań, które:

- doskonale ukształtują **samodzielność** Waszego dziecka w **obszarze samoobsługi** podczas codziennego samodzielnego ubierania i rozbierania się, mycia zębów, porannej i wieczornej toalety, spożywania posiłków, w tym pomocy podczas nakrywania do stołu i sprzątania po posiłku, pomocy w wypełnianiu obowiązków domowych np. pomoc w odkurzaniu, w praniu, w porządkach*
- rozwiną także **samodzielność** w obszarze **przeżywania i rozumienia emocji** poprzez szanowanie potrzeb bliskich, rozumiejąc, że rodzic przebywający z nim w domu ma obowiązek pracy zdalnej i potrzebuje wtedy czasu na skupienie*

- rozwiną **samodzielność** w obszarze **odporności emocjonalnej** organizując sobie samodzielnie zabawę w domu i próbując samodzielnie pokonywać napotkane trudności
- udoskonalą **dużą motorykę**, poprzez codzienną poranną gimnastykę i zabawy z rodzicami na dworze, grę w piłkę, ruchu podczas spacerów np. bieganie, jazda na rowerze, lub na hulajnodze
- udoskonalą **małą motorykę** poprzez tworzenie prac plastycznych, także z materiałów naturalnych zebranych na dworze, wycinanie, klejenie, wytwarzanie figurek z plasteliny, lub masy solnej, wydzieranki, malowanie, a także zabawy konstrukcyjne różnego typu klockami

Wymienione powyżej działania to funkcjonowanie dziecka w domu znane doskonale Rodzicom, a niedoceniane na miarę systematycznej pracy. Jedyne czego potrzebuje Rodzic to cierpliwość do nauki samodzielności dziecka, czego czas spędzony w domu jest akurat sprzymierzeńcem i oczywiście uśmiechu, który i nam i Państwu i dzieciom pomaga w przetrwaniu tej wyjątkowej sytuacji.

Przygotowałyśmy DOMOWY PLAN DNIA W DWÓCH WERSJACH: DLA CHŁOPCÓW I DLA DZIEWCZYNEK.

Jeśli mają Państwo taką możliwość proponujemy plan wydrukować, omówić z dzieckiem i umieścić w widocznym miejscu w domu.

- POBUDKA.
- SAMODZIELNIE SIĘ UBIERAM.
- MOJA PORANNA GIMNASTYKA.
- JEM ŚNIADANIE.

- MOJA PORANNA TOALETA.*
- UCZĘ SIĘ I BAWIĘ Z ZADANIAMI Z PRZEDSZKOŁA.*
- MÓJ CZAS NA SWOBODNĄ (SAMODZIELNĄ BEZ UDZIAŁU RODZICA) ZABAWĘ, KTÓRĄ WYBIERAM I ORGANIZUJĘ SOBIE SAM. RODZIC MA CZAS NA SWOJĄ PRACĘ. MOGĘ POMÓC W SPRZĄTANIU, POMÓC W PRZYGOTOWANIACH DO OBIADU.*
- ODPOCZYWAM PO OBIEDZIE NP. SŁUCHAM MUZYKI, SŁUCHAM AUDIOBOOKÓW, OGLĄDAM KSIĄŻKI.*
- WYBIERAM SIĘ NA SPACER Z RODZICAMI.*
- MÓJ CZAS NA ZABAWĘ SWOBODNĄ LUB Z RODZICAMI NP. GRY PLANSZOWE, WSPÓLNE GOTOWANIE, TANIEC, PLANOWANIE CIEKAWYCH ZAJĘĆ NA KOLEJNE DNI.*
- JEM KOLACJĘ.*
- MOJA WIECZORNA TOALETA.*
- BAJKA NA DOBRANOC I KŁADĘ SIĘ SPAĆ.*