

ÎNVĂȚAREA ACASĂ: Idei pentru părinți și îngrijitori despre învățare la Nivelul Primilor Ani



Când copilul dumneavoastră este într-un centru de învățare pentru primii ani, grădiniță sau în clasa P1 la școală, spunem că învață la Nivelul Primilor Ani. Unii copii pot învăța la acest nivel mai târziu. O parte din predarea fiecărui copil este despre **familii și prietenii, că fiecare copil este unic și special, despre corpurile lor, sentimente și alegeri și cum să aibă grijă de viață.** Acestea fac parte din învățarea despre **Sănătate și Bunăstare** numită educație în *Relații, Sănătate Sexuală și Ce înseamnă să fii Părinte*.

Sunteți primul și cel mai important învățător al copilului dumneavoastră. Copilul dumneavoastră fiind în centru de învățare pentru primii ani, grădiniță sau la școală, există oportunitatea pentru părinți/îngrijitori și școli să lucreze împreună pentru a vă ajuta copilul să învețe. În paginile care urmează, explorăm cum ați putea sprijini procesul de învățare și vă prezintă, de asemenea, și citate ale părinților care au fost întrebați ce fac ei pentru a-și ajuta copilul să învețe.

Există momente când nu planificăm anume o activitate de învățare, subiectele apar pur și simplu creând o oportunitate de a ajuta un copil să învețe. Când vine vorba de creștere și despre cunoașterea corpului lor, este o modalitate bună să vă gândiți cum puteți sprijini procesul de învățare acasă. Mai jos sunt câteva idei - unele dintre ele fiind relativ evidente și pe care le veți face în viața de zi cu zi, noi le menționăm doar pentru că susțin învățarea din școală.

Învățarea despre familie și prietenii

- **Vorbind despre familii.**
Copiii adoră povești despre dumneavoastră când erați la vârsta lor și în creștere și despre rudele apropiate și îndepărtate. Puteți desena sau picta portrete de familie, arbori genealogici sau să începeți o galerie foto de familie/selfie. Puteți vorbi despre cum toate familiile sunt diferite. În același timp, le puteți reaminti copiilor cine îi iubește și îi îngrijește și cine este acolo ca să îi sprijine.
- **Vorbind despre prietenii.**
Acasă și în comunitate, părinții pot ajuta copilul să se întâlnească și să se joace cu alți copii, de la membri de familie la vecini și la grupurile sau cluburile locale de joacă. Este bine pentru copii să aibă un spațiu unde să se joace și să rezolve provocările care apar în interacțiunea cu ceilalți – precum să împartă lucruri sau atunci când un copil nu se poartă frumos cu ei. Părinții le pot spune și cât de fericiți sunt să vadă bunătate, că copiii împart unii cu alții și cooperare.

Unele dintre aceste cărți le avem la școală, pe altele ar trebui să le puteți împrumuta de la Biblioteca locală – dacă nu le au, ar putea să le comande pentru dumneavoastră. Distracție plăcută!

The Family Book (Cartea de familie) de Todd Parr

Cartea de familie sărbătorește iubirea pe care o simțim față de familiile noastre și toate diferitele varietăți în care se manifestă.

Families, Families, Families! (Familii, familii, familii) de Suzanne Lang

Dacă vă iubiți, înseamnă că sunteți o familie. Descoperă o întreagă gazdă de familii de animale proștițe sărbătorind iubirea pe care au găsit-o în familii mici și mari.

We belong together: a book about adoption and families (Aparținem unul altuia: o carte despre adopție și familii) de Todd Parr

Există multe feluri de a forma o familie. Trebuie doar iubire.

Do you sing twinkle? A story about remarriage and new family (Cânti strălucitor? O poveste despre recăsătorie și o familie nouă) de Sandra Levins

Această carte răspunde la multe sentimente și întrebări pe care copiii le-ar putea avea reacomodându-se cu recăsătoria și cu o familie amestecată după divorțul părinților.

Mommy, Mama and Me (Mami, mama și eu) de Leslea Newman

De la v-ați ascunselea la costumație, apoi vremea de baie și sărutul de noapte bună, ceea ce poate face o familie iubitoare nu cunoaște limite.

Do you want to be my friend? (Vrei să fii prietenul meu?) de Eric Carle

Vrei să fii prietenul meu, întreabă șoricelul în această poveste clasică.

The boy who built a wall around himself (Băiatul care a construit un zid în jurul lui) de Ali Redford

Băiatul construiește un zid care să îl țină în siguranță. Dincolo de el, se simțea puternic și mai protejat. Apoi Cineva Bun a apărut...

Mai jos sunt câteva lucruri spuse de alți părinți:

“Avem o familie mare, așa că trecem adesea prin numele celor din familie pentru a ne asigura că știe cine sunt bunicii lui, mătușile, unchii și verișorii.”

“Tatăl meu, bunicul lui, a căutat niște poze cu el și cu mine când aveam aceeași vârstă pe care o are fiul meu acum. A fost distractiv pentru noi toți; fiul meu a învățat despre originile lui iar eu și tata am putut face glume pe seama modei anilor 80!”

Învățăm că fiecare copil este unic și special

- **Suntem cu toții unici!**

Când vă jucați și stați de vorbă cu copilul, reamintiți-i cât de important și special este. Vorbiți despre toate lucrurile la care se pricepe și ce vă place la el. Puteți să îl faceți și să se gândească ce anume îi face pe frații, surorile, verișorii sau prietenii lui unici și speciali.

- **A fi băiat sau fată.**

În centrele pentru primii ani și în clasa P1 la școală, copiii sunt încurajați să fie fericiți cu tipul de sau băiat care vor să fie. Mulți copii urmează ceea ce oamenii adesea așteaptă de la un băiat sau de o fată să facă – alții nu. La școală facem tot posibilul să tratăm toți copiii în mod egal. Acasă vă puteți încuraja copilul să fie cine vrea să fie, să se joace cu tot felul de jucării diferite, să se costumeze și să facă ce le place, să împartă sarcini în casă și să îi ajutați să îi respecte pe ceilalți copii, indiferent cum sunt. Este, de asemenea, util să încurajați băieții și fetele să fie prieteni când vor să fie și să nu vorbească despre asta ca despre o relație iubit/iubită.

Cărțile de mai jos vor ajuta să învățați acasă. Întrebați de ele la Biblioteca locală:

All about Me (Totul despre mine) de Debbie MacKinnon și Anthea Sieveking
Copiii învață despre corpurile lor și despre ei numind, numărând, descoperind și comparând.

Colin and Lee, Carrot and Pea (Colin și Lee, Carrot și Pea) de Morag Hood
Ajuta copiii să sărbătorească individualitatea, prietenia și...legumele!

I love you just the way you are (Te iubesc așa cum ești) de Tammi Salzano
O mamă și fiul ei desfășoară rutina zilnică cu activități precum costumație, citit, pictat și ora de înbăiere.

It's okay to be different (E ok să fii diferit) de Todd Parr
Culori îndrăznețe și vii, și scene proste, toate despre acceptare, înțelegere și încredere.

Mai jos sunt câteva lucruri spuse de alți părinți:

“Vreau să fie fata care gândește pentru sine – să fie ce vrea să fie.”

“Prietenii între sexe sunt foarte obișnuite pentru cei de sub 5 ani, până în primii ani de școală. Pur și simplu vor să fie prieteni.”

“Fiul meu mereu arată către alți oameni care arată diferit față de ce a văzut el înainte în viața lui. Recent mi-a spus ‘mami, uite, doamna aceea are doar un braț’. Am păstrat tonul lejer și i-am spus că da, cu toții ne naștem diferiți și că unii oameni au doar un braț. Mami are părul castaniu iar tati nu are păr deloc, fix așa.”

Învățarea despre corpul lor

- **Cuvintele pe care le folosim.** În centrele pentru primii ani și în clasa P1 la școală vom folosi aceste cuvinte: penis, vulvă, fund și sfârcuri. Facem acest lucru deoarece, dacă copiii învață cuvintele corecte, înseamnă că ne vom putea înțelege unii cu ceilalți. Asta îi ține în siguranță iar ei învață că acestea sunt doar părți ale corpului lor și că nu ar trebui să fie jenați să vorbească despre ele. Le puteți folosi atunci când aveți nevoie să vorbiți despre părțile intime. (Să vă explicăm, folosim cuvântul vulvă deoarece acesta este cuvântul corect pentru partea genitală pe care fata o poate vedea – vaginul este partea din interior)
- **Corpul îmi aparține mie!** Acesta este un mesaj mare pe care vrem să îl transmitem copiilor la școală. Copiii pot învăța că este decizia lor dacă vor să fie atinși sau nu. Acasă vă puteți asigura că nu îi spuneți copilului că trebuie să sărute pe cineva de la revedere sau să meargă să stea pe genunchii cuiva – copilul decide! De asemenea, îi puteți da copilului și mesajul clar că dacă cineva îl atinge sau încearcă să îi atingă părțile intime vă poate spune și nu va avea probleme dacă o face.
- **La baie.** Când copilul merge la baie sau face baie sau duș există oportunitatea de a-l încuraja să se gândească la ce anume este intim. Poate că ați auzit de regula PANTALONILOR, aceasta fiind o modalitate de a le spune copiilor că pantalonii le acoperă părțile intime. De asemenea, cu excepția cazului în care copilul are nevoie de ajutor, copiii pot face lucruri independent. Pot închide ușa, se pot spăla pe mâini, se pot îmbrăca.

Cărțile de mai jos vor ajuta să învățați acasă. Întrebați de ele la Biblioteca locală:

My body: Usborne Very First Words (Board Book) (Corpul meu: Primele cuvinte ale lui Usborne – Carte panou) de Felicity Books

Include numele părților corpului, simțurile, hainele, lucruri pe care le pot face și de ce are nevoie corpul nostru pentru a rămâne sănătos.

Lift the flap Questions and Answers about my body (Ridică clapa - Întrebări și răspunsuri despre corpul meu) de Katie Daynes

Această carte este plină de ilustrații informative și distractive pentru a vă ajuta să răspundeți la toate tipurile de întrebări pe care copiii mici le pun.

It's my body (Este corpul meu) de Lory Freeman

O carte care îi învață pe copiii mici cum să se opună unei atingeri inconfortabile.

Your body belongs to you (Corpul îți aparține) de Cornelia Spelman

Folosind un limbaj simplu și liniștitor, autorul explică faptul că copiii pot refuza o îmbrățișare sau un sărut prietenesc, chiar și din partea unei persoane care îi iubește, rămânând în continuare prieteni.

My Body Belongs to Me from My Head to My Toes (Corpul îmi aparține mie din cap până în picioare) de Dagmar Geisler

Le oferă copiilor încredere în a accepta sau a respinge contactul fizic din partea altora, ajutând copiii să se exprime în situații inconfortabile.

Mai jos sunt câteva lucruri spuse de alți părinți:

“Vorbim adesea despre părțile corpului și ce este intim. Începe în baie când sunt dezbrăcați.”

“Voi folosi cuvintele pe care le-au predat ei.”

Învățarea despre sentimente și cum să faci alegeri

- **Cum te simți?** Acasă puteți întreba și vorbi despre sentimente – atunci când copilul dumneavoastră este entuziasmat sau fericit, dar și atunci când este un pic îngrijorat și nesigur. Poate că un copil nu va avea toate cuvintele să explice de ce simte un anumit lucru dar îl puteți ajuta să recunoască cum simte în corpul lui (sau în bucurie) anumite circumstanțe. Recunoscând sentimente și încurajând discuții va fi într-adevăr util și acum și în viitor.

Învățarea despre adulții de încredere. În primii ani de învățare și la școală, noi ajutăm copiii să învețe despre diferiții adulți care îi ajută și îi sprijină și care îi pot ajuta dacă sunt vreodată îngrijorați sau preocupați de ceva. Acasă îi puteți spune că sunteți mereu acolo pentru el ajutându-l totodată și să recunoască ceilalți adulți din viața lui care îl iubesc și au grijă de el.

Cărțile de mai jos vor ajuta să învățați acasă. Întrebați de ele la biblioteca locală:

I feel angry/I feel frightened/I feel sad/I'm worried (Sunt nervos/sunt înspăimântat/sunt trist/sunt îngrijorat) toate sunt cărți scrise de Brian Moses. Cărțile discută despre aceste sentimente sub o formă amuzantă și liniștitoare.

Little Meerkat's Big Panic: A story about learning new ways to feel calm (Marea panică a micii suricate) de Jane Evans

Această carte de povești jucăușă și viu-colorată le arată copiilor de 2-6 ani modalități ușoare de a-și calma corpul și mintea când se simt neliniștiți.

The Huge Bag of Worries (Imensa pungă cu griji) de Virginia Ironside

Oriunde merge Jenny, grijiile ei o urmăresc – într-o pungă mare albastră! Dar bunica o poate ajuta. Această poveste va fi atractivă tuturor copiilor care au grijiile lor ocazionale.

My many coloured days (Zilele mele multi-colorate) de Dr Seuss

"Ai fi surprins să știi în câte moduri mă schimb în zile colorate diferite". Dr Seuss duce cititorul într-o călătorie prin diferite stări de dispoziție.

No Means No! (Nu înseamnă nu) de Jayneen Sanders și Cherie Zamazing

'No Means No!' este o carte ilustrată pentru copii despre o fetiță stăpână pe situație și care are o un glas puternic și clar în toate problemele.

Oliver who was small but mighty (Oliver care era mic dar puternic) de Mara Bergman și Nick Maland

Oliver este mic dar își dorește să fie înalt și puternic. Această poveste vorbește despre depășirea fricilor.

"Nu decide în privința lucrurilor mari, dar ia propriile decizii ca să vadă cum ies lucrurile."

"Când vine vorba de alegeri și luare de decizii, întotdeauna îi explic fiului meu că corpul lui este intim și că doar el și nimeni altcineva nu poate decide dacă îl atinge sau nu. De ex., dacă nu vrea să îmbrățișeze sau să sărute o rudă sau un prieten de la revedere e ok. Nu îl voi forța și nu permit nimănui să încerce să îi schimbe părerea. Vreau să îi arăt că întotdeauna e ok să spui nu, e ok să spui nu unui adult iar adulții nu au întotdeauna dreptate."

Învățarea despre cum să avem grijă de vietăți

- **Având grijă de vietăți.** Acasă puteți crește și avea grijă de plante sau legume, precum și animale de companie pentru care copiii au anumite responsabilități când vine vorba de îngrijirea lor.
- **Sarcina.** La școală vom folosi unele dintre cărțile enumerate mai jos și vom vorbi despre cum începe sarcina și cum crește bebelușul în burtica mamei. Acasă sau în familie sau cu prietenii ar putea exista oportunități pentru copii să se întâlnească și să vorbească cu femei însărcinate. Vor fi curioși și fascinați să știe mai multe! Sarcinile acasă, cu sosirea unui nou frățior sau surioară sau verișori, sunt niște oportunități grozave pentru ei să învețe despre dezvoltare de-a lungul sarcinii.

- **De ce au nevoie bebelușii?** Deși ei înșiși sunt mici, vrem ca copiii să învețe la școală despre toate lucrurile de care un bebeluș are nevoie ca să fie fericit, sănătos și în siguranță. Din nou, puteți folosi experiențe personale pentru a vă ajuta copilul să învețe. Puteți vorbi despre ce fel de bebeluș a fost el și ce a ajutat să îl liniștească și să îl mențină sănătos, fericit și în siguranță. Dacă există frațiori și surioare sau verișori prin preajmă, atunci implicați-vă copilul ajutându-l să recunoască și să răspundă nevoilor.

Cărțile de mai jos vor ajuta să învățați acasă. Întrebați de ele la Biblioteca locală:

I want a pet (Vreau un animal de companie) de Lauren Child

Cu cât mai disperată după un animal de companie devine naratoarea, cu atât mai ciudate devin sugestiile ei!

What Did I look Like When I Was a Baby? (Cum arătam când eram bebeluș?)

de Jeanne Willis și Tony Ross

Cartea explorează trăsături de familie și gene folosind un stil amuzant și accesibil.

How did I Begin? (Cum să încep?) de Mick Manning și Brita Granstrom

O introducere în fapte concrete despre viață pentru copii care urmează povestea de la concepție la nașterea unui bebeluș.

Before you were born (Înainte să te naști) de Jennifer Davis

Această carte veselă și inovativă este despre sarcină.

How are babies made? (Cum se fac bebelușii?) de Alastair Smith

Ridică clapa de pe pagini pentru a vedea cum se schimbă bebelușul pe măsură ce crește și crește.

Now We Have a Baby (Acum avem un bebe) de Lois Rock

Pregătirea unui copil mic pentru impactul pe care un nou bebeluș l-ar putea avea asupra vieții copilului și a familiei.

“Acum având 3 ani iar mama așteptând un al doilea bebe, fiica mea a început să pună întrebări despre părțile corpului, în general când este în baie sau o vede pe mama sau pe tata făcând duș sau schimbându-se. Este o nouă dezvoltare și folosim numele corecte pentru toate părțile corpului mai degrabă decât porecle.”