

ANKIETA SAMOOCENY DZIAŁAŃ WSPIERAJĄCYCH AUTONOMIĘ DZIECKA PODCZAS POSIŁKÓW

Data wypełnienia:..... Okres podlegający

ocenie:.....

Skala ocen:

1 - bardzo rzadko, 2 – czasami, 3 – często, 4 - prawie zawsze, 5 - zawsze

I. Przygotowanie przestrzeni

Oceń swoje działania:

- ☐ Sprawdzam czy meble są dostosowane do wzrostu dzieci
- ☐ Dbam o stabilne podparcie stóp dzieci podczas posiłku
- ☐ Zapewniam odpowiednie sztućce i naczynia
- ☐ Stosuję antypoślizgowe podkładki
- ☐ Utrzymuję czystą przestrzeń do jedzenia

Jakie trudności napotykasz w organizacji przestrzeni do posiłków?

.....
.....

II. Przygotowanie do posiłku

Oceń swoje działania:

- ☐ Wspieram dzieci w samodzielnym myciu rąk
- ☐ Angażuję dzieci w nakrywanie do stołu
- ☐ Pozwalam na samodzielne zajmowanie miejsc
- ☐ Uczę prawidłowego trzymania sztućców
- ☐ Zapewniam odpowiedni czas na przygotowanie

Co możesz zmienić, aby lepiej przygotować dzieci do posiłku?

.....
.....

III. Podczas posiłku

Oceń swoje działania:

- ☐ Pozwalam dzieciom na samodzielne nabieranie jedzenia
- ☐ Respektuję indywidualne tempo jedzenia
- ☐ Reaguję tylko wtedy, gdy dziecko potrzebuje pomocy
- ☐ Zachowuję spokój przy rozlaniu/rozsypaniu
- ☐ Przypominam o nierozmawianiu podczas jedzenia

Opisz sytuację, gdy skutecznie wsparłeś/aś dziecko w samodzielnym jedzeniu:

.....
.....
.....

IV. Bezpieczeństwo

Oceń swoje działania:

- ☐ Stale obserwuję dzieci podczas posiłku
- ☐ Sprawdzam temperaturę potraw

- Kontroluję wielkość kęsów
- Pilnuję prawidłowej pozycji przy stole
- Natychmiast reaguję na sytuacje ryzykowne

Jakie sytuacje wymagające szczególnej uwagi najczęściej obserwujesz?

.....

.....

.....

V. Zachowania przy stole

Oceń swoje działania:

- Modeluję właściwe zachowania przy stole
- Uczę skupienia na jedzeniu
- Pomagam w utrzymaniu spokojnej atmosfery
- Wspieram w samodzielnym sprzątaniu po posiłku
- Doceniam wysiłek włożony w samodzielne jedzenie

VI. Refleksja końcowa

W których obszarach czuję się najpewniej?

.....

.....

Które obszary wymagają doskonalenia?

.....

.....

Co sprawia mi największą trudność we wspieraniu samodzielności dzieci podczas posiłków?

.....

.....

Jakie rozwiązania mogłyby pomóc w lepszym wspieraniu autonomii dzieci podczas posiłków?

.....

.....

VII. Plan rozwoju

Wybierz 3 konkretne działania, które podejmiesz w najbliższym czasie, aby lepiej wspierać autonomię dzieci podczas posiłków:

- 1.....
- 2.....
- 3.....

Data kolejnej samooceny:.....

Podpis osoby wypełniającej:

Podpis przełożonego:.....

Data analizy ankiety:.....

Osoba analizująca:.....

Wnioski i rekomendacje:.....