



PLATFORMA RODÍN

DETÍ SO ZDRAVOTNÝM ZNEVÝHODNENÍM

#zvladnemetodoma

Nakupovanie



Autorky:

Zuzana Suchová, Ľudka Belinová
<https://www.platformarodin.sk/inspirujme-sa/rozvoj-deti-doma/>

NAKUPUJEME ONLINE

Deti rady nakupujú, zvlášť, ak si môžu dať do nákupného košíka svoju dobrôtku. V súčasnosti musíme byť doma a mnohí nakupujeme online. Skúste zapojiť aj Vaše deti. Najprv si vyberte obchod, cez ktorý budete nakupovať a môžete ísť na to.

Najjednoduchšie je, keď dieťa sedí pri Vás a vyberá, teda odklikne potravinu, ktorú mu povie, pretože ju potrebujete do domácnosti. Druhý spôsob môže byť ten, že skôr ako začnete nakupovať sa dohodnete, čo budete najbližšie variť, piecť a spoločne si urobíte zoznam ingrediencií pre konkrétne jedlo (prípadne ak dieťa nehovorí, vyberiete z kartičiek). Až potom začnete nakupovať. Vy môžete vyberať kategóriu a dieťa odklikáva, zároveň volí aj počet/množstvo. Staršie deti sa môžu rozvíjať formou priradovania do kategórií. Napríklad: „Do palacínok potrebujeme čokoládu. Vieš, kde ju môžeme nájsť?“ Vymenujete možnosti, napr. nápoje, cukrovinky, chlieb/pečivo. Ak vie dieťa čítať, čítate a priradujete, čo kde asi môže byť a hľadáte, či to tam naozaj je. Pri nákupe môžete aj súťažiť, kto nájde aspoň 5 potravín do 15 min. „Ty alebo ja?“.

ROZVÍJAME

Počítačové zručnosti, komunikáciu, trénujete pamäť, kognitívne schopnosti, jemnú motoriku – práca s myškou, pozornosť, výdrž, predmatematické zručnosti.

NÁŠ TIP

Ak budete nakupovať častejšie, zvyšujte pre Vaše dieťa náročnosť. Naučte dieťa nakupovať plánovane a pozerať aj ako využiť kupón, aby ste ušetrili peniažky.

NEZABUDNITE

Spôsob nakupovania prispôbte schopnosti a režimu dieťaťa a podľa toho si vyhradte aj vhodný čas na nakupovanie.

Na začiatku nakupovania skúste dieťa motivovať a odmeňovať.





PLATFORMA RODÍN
DETÍ SO ZDRAVOTNÝM ZNEVÝHODNENÍM

#zvladnemetodoma

Nakupovanie



Autor: Monika Fričová

<https://www.platformarodin.sk/inspirujme-sa/rozvoj-deti-doma/>

NÁKUPNÝ ZOZNAM

Dieťaťu povedzte o plánovanom nákupe. Podľa možností dieťaťa sa o veciach, ktoré potrebujete kúpiť, porozprávajte, alebo vyberajte z obrázkov na stole, alebo kreslite na papier, alebo pracujte s komunikátorom.

Pýtajte sa otázkami vhodnými vo Vašej situácii doma a otázky prispôbajte úrovni, ktorou dieťa komunikuje. Ak napr. rozumie otvoreným otázkam: "Čo kúpime pre teba? Čo má rád táto? Čo potrebujeme na varenie pudingu?" Ak dieťa dokáže vyberať: "Ktoré ovocie kúpime?" (ukážte mu na obrázkoch viac možností). Ak dieťa komunikuje „ÁNO“ a „NIE“ – pýtajte sa "Kúpime jablká?".

Pripravte si na stôl tašku alebo košík, s ktorým pôjdete na nákup a vložte do neho zoznam (nakreslený, napísaný - aký ste pripravili).

Ak na nákup dieťa nemôžete zobrať, nakúpte sami, ak je to možné bezprostredne po vytvorení zoznamu. Po príchode domov nákup povykładajte pred dieťa a skontrolujte, či je nakúpené všetko, aby dieťa porozumelo, že jeho rozhodnutia zavážia a zrealizujú sa.

NÁŠ TIP

V aktuálnej situácii počas pandémie koronavírusu môžete s deťmi nakupovať online, prípadne vytvoriť si s nimi doma nákupný zoznam vo forme, ktorá dieťaťu vyhovuje.

NAUČÍTE SA

Komunikovať, vyberať, pomenovávať veci, porozumieť príčine a následku.

NEZABUDNITE NA KOMFORT A ZÁBAVU

Menšie deti sa môžu povoziť v na to určených nákupných vozíkoch, väčším deťom môžete v obchode ponúknuť nákupný košík alebo detský vozík.





PLATFORMA RODÍN
DETÍ SO ZDRAVOTNÝM ZNEVÝHODNENÍM

#zvladnemetodoma

Nakupovanie



Autor: Ľudmila Belinová

<https://www.platformarodin.sk/inspirujme-sa/rozvoj-deti-doma/>

NÁKUP V OBCHODE

Pre niektorých rodičov je veľký stres už aj predstava, že majú ísť nakupovať s dieťaťom. Vieme, že nie vždy je to ľahké, a tak Vám dáme tipy alebo len nasmerovanie, ako na to, pretože každé dieťa je iné. Pred nakupovaním si vytvorte realistické očakávania pre seba a svoje dieťa. Povedzte mu, kam idete, čo od neho očakávate pri nakupovaní, pripravte si zoznam. V obchode sa snažte svoje dieťa zamestnať tým, čo ho zaujíma. Predchádzajte situácii, v ktorej bude Vaše dieťa zaručene nepokojné a pod. Hovorte s ním aj o tom, aké správanie je v poriadku a aké nie je. Napríklad "„Pozerať áno, vyberať nie. Vyberať veci z regálu podľa zoznamu je správne, no vhadzovať veci do košíka len tak, to už správne nie je.“ Prípadne: „Vyberieš si jednu vec, na ktorú dostaneš chuť, ale viac vecí už nie, aby ťa nebolelo bruško.“

V obchode s deťmi precvičujte aj sociálne zručnosti - môžu sa pýtať, kde čo nájdú a podobne. Túto formu sa nebojte použiť aj s nehovoriacimi deťmi, ktoré budú mať kartičky alebo komunikátor a takto budú hľadať svoje potraviny či platiť pri pokladni. Je fajn nájsť si v blízkosti domu malý obchod, kde vysvetlíte predajcom, čo a ako a budú vás už poznať.

ROZVÍJAME

Finančnú gramotnosť, trpezlivosť, socializáciu, komunikáciu, reč.

NÁŠ TIP

- Pred nakupovaním majte na pamäti vek, temperament, zdravotné znevýhodnenie Vášho dieťaťa.
- Nakupovanie je skvelá príležitosť na učenie a precvičenie slovnej zásoby, čísel, farieb a tvarov.
- U detí, ktoré vedia čítať, je obchod plný možností na precvičovanie čítania a porovnávania cien.
- Priradenie úloh podľa veku.
- Vytváranie úloh pre Vaše deti ich zapojí do procesu nakupovania a pomôže im udržať záujem. Malé deti môžu pomôcť pri výbere nerozbitných tovarov alebo pri vyberaní obalov z police a ich vkladaní do košíka. Staršie deti môžete vyslať, aby vyzdvihli vzdialenejšie tovary alebo im zverte zodpovednosť za nákupný zoznam.

NEZABUDNITE

- Stanovte si časový interval nakupovania, ktorý podľa Vašich skúseností Vaše dieťa vydrží.
- Ak viete, že je to len 30 minút, nenaťahujte čas. Nesľubujte dieťaťu, že budete v obchode len 15 min.



PLATFORMA RODÍN
DETÍ SO ZDRAVOTNÝM ZNEVÝHODNENÍM

#zvladnemetodoma

Nakupovanie



Autor: Žofia Salčáková

<https://www.platformarodin.sk/inspirujme-sa/rozvoj-deti-doma/>

HRUŠKY S JABLKAMI

Nakupovanie s dieťaťom môžete zamerať len na určité komodity, napríklad nákup ovocia a zeleniny, pri ktorých si máte možnosť precvičiť počty a váženie. Ak je potrebné, pripravte na to dieťa už doma, že si v oddelení ovocia a zeleniny kúpite jednotlivé druhy podľa nákupného zoznamu.

Ak s tým ešte len začínate, dieťa môže mať za úlohu vybrať len konkrétnu zeleninu, prípadne ovocie. Základom je, aby daný druh našiel a to buď podľa slovnej inštrukcie alebo obrázku, ktorý máte priložený k nákupnému zoznamu. Potom vloží dieťa dané ovocie či zeleninu do vrecúška. Ak ide napr. o jablká, môžeme povedať: „Daj, prosím, do vrecúška 4 jablká“ a následne ich spolu odrátate, aby ich bol správny počet. Ak dieťa nevie počítat, môžete pasívne rozvíjať počtárske schopnosti – rodič povie, koľko jablák zoberieme, dieťa vkladá a rodič počíta. Potom idete jablká odvážiť. Dieťa ich položí na váhu a Vy mu pomôžete nájsť správnu ikonku – obrázok jablka, ktorú stlačí a etiketu nalepí na vrecúško (na váhe je zväčša obrazovka, ktorú môžete stláčať a to dieťa veľmi zaujme).



ROZVÍJAME

slovnú zásobu (aktívnu/pasívnu, poznávanie a pomenúvanie ovocia a zeleniny, identifikáciu predmetov, spojenie predmetu s piktogramom (obrázkom) na váhe, matematické zručnosti, hrubú a jemnú motoriku, spoluprácu, komunikáciu a reč

NÁŠ TIP

- Pri vyberaní, počítaní a vážení postupne znižujte svoju pomoc.
- Pri imobilných deťoch sa snažte robiť jednotlivé úkony s Vašou asistenciou.
- Ak dieťa stratí záujem, nákup skráťte a len opisujte, čo nakupujete a aká to bude doma zábava, keď si pripravíte z danej potraviny dobrotu.

NEZABUDNITE

- Nakupovanie je zábavné, ak trvá krátko.
- Nakupujte len to, na čom sa dohodnete, aby ste dieťa neunavili a aby sa nezačalo nudiť, zvlášť, ak sa zameriate na to, že chcete dieťa v rámci nakupovania učiť počítat a vážiť.