

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 sztucze 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:
