

ŠKOLNÍ PŘIPRAVENOST

aneb co by dítě mělo zvládat
před nástupem do ZŠ
a v čem mu můžeme
pomoci.



ŠKOLNÍ PŘIPRAVENOST

Přechod z mateřské do základní školy je pro dítě významným krokem. Přizpůsobit se nové roli, novému režimu, prostředí a všem změnám, které s sebou tento krok přináší, může být pro některé děti náročný. Abychom si byli jisti, že naše dítě zvládne tento přechod a následně i nároky první třídy bez obtíží, sledujeme, zda je dostatečně připravené a zralé pro zahájení povinné školní docházky.

Školní připravenost je úroveň znalostí a dovedností, které dítě získává (učí se) v rodině a v mateřské škole. Proto je důležité vytvořit dítěti příjemné a obsahově bohaté prostředí. Čím podnětnější je prostředí, ve kterém se dítě pohybuje, tím lepší je zpravidla i jeho školní připravenost.

Školní zralost je naopak podmíněna především biologickým aspektem a genetickými předpoklady dítěte. Týká se oblasti fyzické (váha, výška, zdravotní stav), mentální (paměť, práceschopnost, schopnost učení) a sociální (schopnost dítěte odloučit se na určitý čas od matky a od rodiny, zvládání emocí při neúspěchu, emocionální stabilita). Je ovlivněna zráním centrální nervové soustavy (CNS) a souvisí s psychomotorickým vývojem dítěte, který je postupný, žádnou jeho část nemůžeme urychlit ani přeskočit.

Následujících stránky obsahují několik rad, jak co nejefektivněji podporovat školní připravenost dítěte.

MOTORIKA

GRAFOMOTORIKA

ŘEČ

SLUCHOVÉ VNÍMÁNÍ

ZRAKOVÉ VNÍMÁNÍ

VNÍMÁNÍ PROSTORU A ČASU

MYŠLENÍ

SEBEOBSLUHA

SOCIÁLNÍ DOVEDNOSTI

PAMĚŤ

POZORNOST

MOTORIKA

Správně vyvinutá motorika je u dětí předškolního věku velmi důležitou složkou školní připravenosti, protože ovlivňuje takřka všechny ostatní schopnosti dítěte. Její vývoj je spjatý mimo jiné například s vývojem grafomotoriky, sebeobsluhy, řeči nebo koordinace ruky a oka.

Motorika nám může říct mnohé o dítěti i o jeho zdravotním stavu - zda se dítě správně vyvíjí, zda je, či není zdravé. Je spojena s vnímáním, s fyzickou zdatností dítěte, s jeho psychikou a dokonce může ovlivňovat i zapojení dítěte do kolektivu.

Motoriku obvykle dělíme na dvě oblasti - hrubou motoriku a jemnou motoriku. K významnému rozvoji hrubé i jemné motoriky dítěte dochází právě v období předškolního věku.



Hrubá motorika ovlivňuje celkový pohyb těla, funkci svalů, držení rovnováhy a koordinaci pohybů. Úroveň hrubé motoriky je zodpovědná za veškerý pohyb dítěte a má vliv i na jeho psychický stav.

Jemná motorika se týká drobných pohybů. Nejedná se pouze o motoriku ruky a prstů, kde sledujeme, jak dítě dokáže manipulovat s drobnými předměty, výtvarnými potřebami apod. Patří sem také motorika mluvidel (jazyka a rtů), která ovlivňuje artikulaci, a motorika okohybných svalů, která ovlivňuje plynulý a správný pohyb očí.



Jemná motorika je silně ovlivněna motorikou hrubou. Pokud je u dítěte nedostatečně vyvinuta hrubá motorika, nemůžeme očekávat, že jemná motorika dítěte bude dobrá.

JAK ROZVÍJET MOTORIKU DÍTĚTE

DOSTATEK POHYBU

Důležité je zajistit dítěti dostatek přirozeného pohybu, kterého v předškolním věku potřebuje opravdu mnoho. Děti mají často potřebu si vše zkoušet, vše si samy osahat. Tak jim to dopřejme! Zkusit si vše na vlastní kůži je nejlepší cesta, jak rozvíjet jemnou i hrubou motoriku .

PROCHÁZKA SE ZVÍŘÁTKY

Obyčejná procházka či cesta ze školky nemusí být žádná nuda, naopak! Stačí si jen zkusit skákat jako žabka, chodit bokem jako krab, poskakovat jako koník, jít velmi pomalu jako želva. Fantazii se meze nekladou.

PŘEKÁŽKOVÁ DRÁHA


Chůzí mezi různými překážkami či po nich skvěle podpoříme hrubou motoriku dítěte. Můžeme například kličkovat mezi kuželkami, snažíme se jít po čáře aniž bychom šlápli vedle, jdeme po vyvýšené ploše (patník, lavička), přeskakujeme nebo podlézáme překážky. Dráhu nemusíme nijak složitě vymýšlet ani chystat, stačí si jen udělat společnou procházku do lesa.

DALŠÍ AKTIVITY PRO ROZVOJ MOTORIKY

Ruční práce; stavebnice; navlékání korálek; malování pískem; zatloukání hřebíků; šroubování; vytrhávání z papíru; třídění předmětů; přelévání tekutin. Zahrajte si Člověče, nezlob se nebo třeba upečte perníčky. Nejen, že přispějete k rozvoji motoriky vašeho dítěte, ale užijete si i spoustu zábavy.



GRAFOMOTORIKA

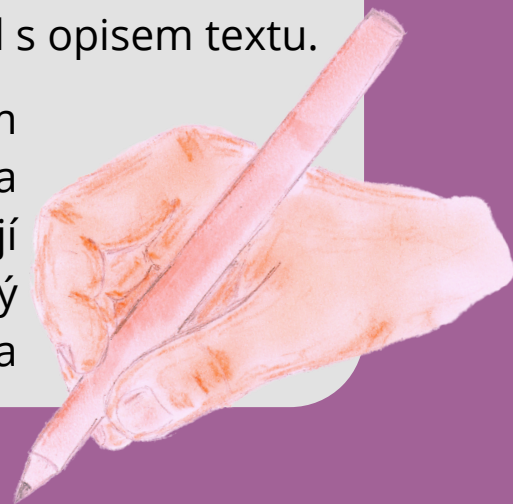


Grafomotorika je zdatnost ruky při psaní a kreslení. Je ovlivňována především jemnou motorikou. Odvíjí se od dobře uvolněné ruky - ruka dítěte by měla být uvolněna od ramene, přes loket a zápěstí až po prsty. To zajistí dítěti plynulý pohyb ruky při psaní a kreslení, správný úchop tužky, a tedy i dobrou grafomotoriku, která nijak nesouvisí s obsahovou stránkou kresby. Schopnost dítěte nakreslit například postavu nemusí nijak vyjadřovat jeho grafomotorické schopnosti.

Pokud má dítě oslabenou grafomotoriku, je pro ně mnohem těžší naučit se psát - nedokáže správně zachytit tvary písmen, může vyvíjet nepřiměřený tlak na tužku, písmo je nepravidelné, neúhledné a špatně čitelné. Neobratnost psaní se poté odráží v tempu psaní i ve vnímání obsahu textu.

Vizuomotorika je koordinace ruky a oka, případně také nohy a oka. Koordinace oko-ruka je důležitá pro schopnost dítěte manipulovat s předměty a později ovlivňuje také jeho schopnost naučit se psát. Při oslabení vizuomotoriky má dítě problém se zachycením tvaru písmen, se zakreslením obrázku podle předlohy, a později například s opisem textu.

Kresba a její obsah a vývoj jsou důležitým ukazatelem vývoje dítěte. Grafomotorika však nesleduje obsah kresby, ale její provedení. Sledujeme správný tzv. špetkový úchop - tužka se opírá o prostředník a shora

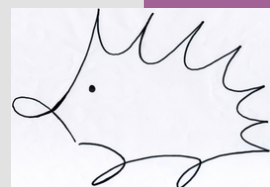


ji přidržuje rovně položený ukazovák a palec. Zbylé prsty jsou volně v dlani. Zápěstí je rovné, pohyb vychází z ramene a lokte, žádná část ruky dítěte není v křeči.

Lateralita - před vstupem do základní školy by dítě již mělo mít vyhraněnou lateralitu, tedy preferovat používání pravé či levé ruky. Lateralitu můžeme zjistit pozorováním dítěte při kresbě, hře nebo sebeobsluze. Dominantní je ruka, která při těchto činnostech převažuje. Lateralita se však netýká pouze ruky, ale také nohy, oka či ucha.

JAK ROZVÍJET GRAFOMOTORIKU DÍTĚTE

JEDNOTAŽKY = jednoduché obrázky kreslené jedním tahem. Děti je několikrát obtahují prstem nebo pastelkou.



KTERÝ PRSTÍK?

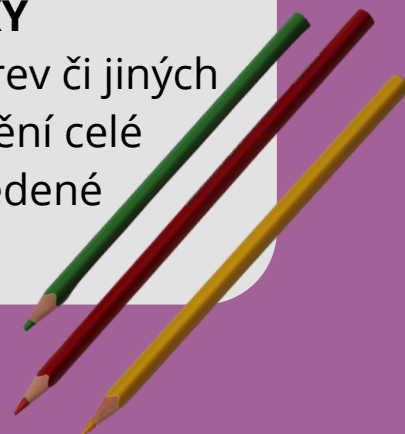
Dítě má zavřenou dlaň a po jednom otevírá prsty. Nejdříve jedna ruka, poté druhá. Zároveň si můžeme opakovat názvy prstů a dítě může zvedat prsty podle pokynů. Také může mít dítě ruku položenou na stole a prsty ťuká do desky.

ORIENTAČNÍ ZKOUŠKA LATERALITY

Nevíme-li jistě, zda je dítě levák či pravák, můžeme mu zadat pár jednoduchých úkolů a sledujeme, kterou ruku při nich primárně používá, například hra Dobble (dítě bere kartičky preferovanou rukou); ukazuje části obličeje podle pokynů. Dítěti dáme např. krasohled a sledujeme, kterým okem se skrz něj dívá = lateralita oka a ruky.

DALŠÍ AKTIVITY PRO ROZVOJ GRAFOMOTORIKY

Volná kresba; omalovánky; použití prstových barev či jiných výtvarných pomůcek; cviky a básničky pro uvolnění celé ruky; kreslení či malování podle hudby; rukou vedené autíčko po dráze; modelovací hmota.



ŘEČ

Nedostatky ve vývoji řeči mohou vést k problémům v myšlení, protože jako nástroj myšlení právě řeč slouží, a tak může být ovlivněno poznávání a vzdělávání dítěte.

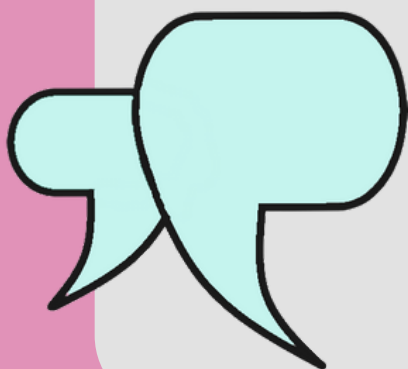


Řeč samozřejmě slouží také jako nástroj sociální interakce, a tak ovlivňuje vnímání a komunikaci mezi lidmi. To má velmi často vliv na utváření sociálních vztahů a celkově na život ve společnosti.

Špatná řeč může ovlivnit zrakové a sluchové vnímání, motoriku a může stát za vznikem specifických poruch učení. Je-li u dítěte patrná narušená komunikační schopnost, je nutné zahájit logopedickou péči.

Nevíte si rady, zda, případně kdy zahájit logopedickou péči? To samozřejmě záleží na rozsahu poruchy řeči a především na konzultaci s logopedem. Obecně ale platí, že pokud u dítěte pozorujeme jakoukoliv vadu řeči, neměli bychom návštěvu logopeda odkládat.

Při nástupu do první třídy by již dítě mělo zvládat správnou výslovnost všech hlásek.

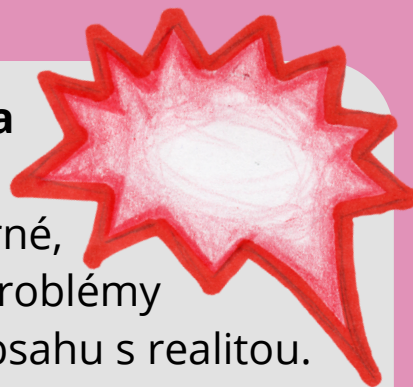


Expresivní složka řeči (= vyjadřování)

Zahrnuje obsahovou (slovní zásoba – aktivní i pasivní, gramatika, stavba vět, schopnost vyjádřit myšlenky) a zvukovou (výslovnost, tempo, přízvuk) stránku řeči. Vady v této složce řeči jsou obvykle patrné na první pohled.

Receptivní (= vnímání) a centrální složka řeči (= porozumění)

Dítě se nám může zdát například nepozorné, nesoustředěné, to může poukazovat na problémy s pochopením řeči či propojením jejího obsahu s realitou. Dítě potřebuje sdělení několikrát zopakovat a měli bychom používat jasné, jednoduché věty, nezahlcovat dítě informacemi.



JAK ROZVÍJET ŘEČ DÍTĚTE

ROZVOJ MOTORIKY MLUVIDEL

Motorika mluvidel je důležitá pro správnou výslovnost. Rozvíjet ji můžeme pomocí jednoduchých cviků, které ideálně podpoříme příběhem, např. "Kočka se probudila, protáhla se (*vyplázneme jazyk co nejdál*) a vyhřívala se na sluníčku (*vyplázneme jazyk co nejvíce k nosu*) a když dostala hlad, podívala se, jestli nemá něco dobrého v misce (*vyplázneme jazyk k bradě*). V misce bylo mléko, a tak ho kočka všechno vypila (*střídavě vyplazujeme a schováváme*). Po jídle se kočka umyla (*přejíždíme jazykem nejdříve po vnitřní, poté po vnější straně horních i dolních zubů*)."

PROTIKLADY

Dítěti říkáme jednoduchá přídavná jména a dítě hledá protiklady (velký - malý, nízký - vysoký). Ideálně vymýšlíme celé věty a dítě nám v celých větách i odpovídá. (Slon je velký. - Mravenec je malý.; Zajíc je rychlý. - Želva je pomalá.)

DALŠÍ AKTIVITY PRO ROZVOJ ŘEČI

Napodobování zvuků; dokončení příběhu (začneme dítěti vyprávět příběh, poté ho vyzveme, ať příběh dopoví samo); vymýšlení přirovnání; popis předmětů (k čemu slouží); nadřazené pojmy; říkanky spojené s rytmicí.

SLUCHOVÉ VNÍMÁNÍ

Sluchové vnímání významně ovlivňuje řeč dítěte, její vývoj, a tím pádem pochopitelně také myšlení. Stejně jako řeč je nástrojem komunikace. Sluch je zároveň smyslem, který dítě využívá ještě před narozením. Po narození a s rostoucím věkem dítěte se sluchové vnímání vyvíjí a zdokonaluje.

Občas můžeme mít pocit, že nás dítě zabrané do hry neposlouchá, ignoruje naše pokyny. Než se začneme na dítě zlobit, je třeba se ujistit, že sluchové vnímání dítěte je v pořádku a vyvíjí se tak, jak by mělo.



Vývoj sluchového vnímání je postupný a naše požadavky na dítě by mu měly odpovídat. Rozhodně není v silách předškoláka například určit, z jakých hlásek se skládá slovo, rozlišit délky samohlásek v běžné řeči či to, zda jsou slabiky měkké nebo tvrdé apod. Sluchová diferenciacie této úrovně se obvykle začíná rozvíjet až mezi šestým a sedmým rokem dítěte.

V rámci sluchové (fonologické) diferenciacie by mělo dítě v předškolním věku zvládnout rozlišit první (případně i poslední) hlásku ve slově, mělo by zvládnout rozložit slova podle slabik a určit (například vytleskat) tak rytmus slov.

Důležité je také to, aby dítě zvládlo nejen naslouchat našemu sdělení, ale také mu rozumět a případně zvládnout toto sdělení interpretovat, za což odpovídá sluchová paměť.

Předškolák by měl být dále schopný určit směr a pohyb zvuku, měl by poznat zda jsou zvuky shodné, nebo zda se liší a v neposlední řadě by měl zvládnout rozlišit jeden konkrétní zvuk (figuru) od zvuků okolí (pozadí).

JAK ROZVÍJET SLUCHOVÉ VNÍMÁNÍ DÍTĚTE



NÁVŠTĚVA ZOO

Hra začíná větou "Byli jsme na návštěvě ZOO a viděli jsme..." a postupně přidáváme zvířata. Střídáme se, vždy musíme zopakovat všechna zvířata, která jsme vyjmenovali, a přidáme jedno další. (Na návštěvě ZOO jsme viděli lva. Lva a žirafu. Lva, žirafu a krokodýla. ...)

ROZEZNÁVÁNÍ ZVUKŮ

Svět kolem nás je plný různých zvuků a toho můžeme třeba na procházce lesem či městem využít. S dětmi určujeme, co konkrétní zvuky vydává (zvuk aut, zpěv ptáků, šustění listí apod.). Také můžeme určovat směr, odkud daný zvuk slyšíme.

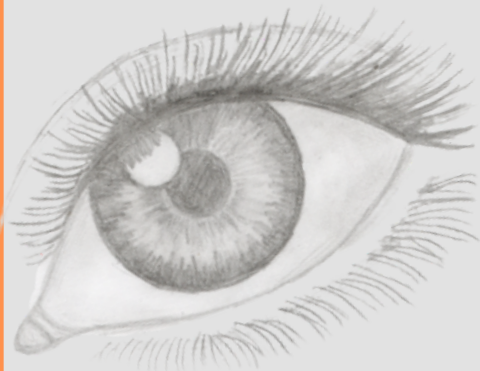
Obdobně můžeme zkusit i variantu v místnosti. Dítě se zavřenýma očima určuje původ zvuků, které vydáváme (zvuk trhání papíru, tekoucí vody, zavírání dveří,...)

DALŠÍ AKTIVITY PRO ROZVOJ SLUCHOVÉHO VNÍMÁNÍ

Rozeznání jiné hlásky (postel - kostel, kráva - tráva); poslech příběhu; učení se básniček a písniček; sluchové pexeso; rytmizace s pomocí hudebních nástrojů; hledání rýmů; reakce na konkrétní slovo v příběhu.

ZRAKOVÉ VNÍMÁNÍ

Zrak je velmi důležitý smysl, který bychom měli nejen správně rozvíjet, ale také o něj dobře pečovat, protože právě pomocí zrakového vnímání získáváme nejvíce informací o okolním světě a pomáhá nám se v něm orientovat. Zrakové vnímání je ale také velmi důležité pro schopnost naučit se číst a psát a jeho oslabení může vést k problémům ve vzdělávání.



Zrakové vnímání u předškolních dětí je typické zaměřením se zprvu na celek. Až s postupujícím věkem a vývojem zraku se oko začne soustředit i na konkrétní detaily celku.

Stejně jako u sluchového, i u zrakového vnímání pozorujeme schopnosti, jako je například zraková diferenciacce, tedy schopnost odlišit prvky na základě jejich odlišnosti, ale také rozpoznat shodné prvky. Předškolák by měl dále také zvládnout rozložit celek na detaily a naopak, složit detaily v celek (puzzle), měl by zvládnout odlišit objekt, na který se soustředí (figuru) od jeho okolí (pozadí). V rámci zrakové paměti by si měl dokázat zapamatovat viděné (pexeso).

Pro pozdější schopnost číst a psát jsou důležité oční pohyby = v naší kultuře zleva doprava a shora dolů.

Často se u dítěte může objevit zájem o písmena. Dítě je schopno napsat své jméno, někdy i jednoduchá slova. Písmena jsou ale většinou chápány spíše jako „obrázky“ a často dochází k zrcadlení jednotlivých písmen. To může být způsobeno dosavadní nezkušeností s písmeny, ve výjimečných případech to však může poukazovat na nedostatečně vyvinuté zrakové vnímání.

JAK ROZVÍJET ZRAKOVÉ VNÍMÁNÍ DÍTĚTE

CO VIDÍM

Aktivita, která je velmi jednoduchá, ale přitom efektivní. Navíc nám může pomoci zkrátit čas například při dlouhé cestě autem, ale můžeme si ji zahrát i na procházce. Hledáme konkrétní předměty v našem okolí - červené auto, ptačí budku, listnatý strom,... Případně si můžeme zahrát soutěžní variantu "Kdo dřív uvidí..."

ČÍM JSME STEJNÍ

Postavíme se s dítětem naproti sobě, chvíli si prohlédneme jeden druhého, všímáme si detailů. Potom se snažíme vyjmenovat co nejvíce věcí (necháme jmenovat především dítě), které máme stejné (barva očí, barva nebo délka vlasů, oblečení,...)

Obdobou je varianta **ČÍM SE LIŠÍME**, kdy se naopak snažíme vyjmenovat co nejvíce věcí, ve kterých se lišíme.

DALŠÍ AKTIVITY PRO ROZVOJ ZRAKOVÉHO VNÍMÁNÍ

Puzzle; skládání obrázku z několika částí; pexeso; dokreslování obrázků; modelování z modelíny podle vzoru; navlékání korálků podle vzoru; doplnění chybějící části obrázku; prohlížení knih a obrázků; třídění předmětů na základě barvy/velikosti/tvaru.



VNÍMÁNÍ PROSTORU A ČASU

Vnímání prostoru je podmíněno znalostí a uvědoměním si vlastního těla, pomocí kterého se v prostoru orientujeme a pohybujeme. Orientaci v prostoru se dítě učí již od útlého věku, v podstatě od prvních krůčků, které udělá.

Mimo uvědomění si vlastního těla je schopnost vnímání prostoru ovlivněna také motorikou a hmatovým, zrakovým a sluchovým vnímáním.

Dítě zaměřuje svoji pozornost na objekty a zvuky ve svém okolí, zajímá se o ně a reaguje na ně. Pokud je u dítěte některá z těchto oblastí oslabená, může docházet také k oslabení schopnosti vnímání prostoru a následně i k oslabení koordinace dítěte.

Vnímání času je u dítěte většinou velmi zkreslené. Pojmy jako hodina, minuta či vteřina jsou mu cizí, nedokáže se v nich orientovat ani si správně představit jejich hodnotu. Pro schopnost vnímání času si dítě musí nejdříve upevnit znalost

opakování se určitých posloupností, jevů a činností (roční období, den a noc, fáze dne - ráno, poledne, odpoledne, večer). Všimá si, že pro každý z těchto časových úseků existují pravidelně se opakující typické znaky a činnosti – jak vypadá příroda v zimě, v létě, jaké jsou znaky jednotlivých ročních období,



v noci je tma a musím spát, když se vzbudím, je ráno (světlo) a jdu se nasnídat, obléknout, jdu do školky, ...



JAK ROZVÍJET ORIENTACI V PROSTORU A ČASE

HRA NA OPIČKY

Stojíme naproti dítěti a předvádíme jednoduché pohyby (zvedneme jednu ruku, ukloníme se na stranu apod.). Dítě má za úkol po nás pohyb zopakovat - "opičit se".

Před začátkem hry si ujasníme, zda dítě opakuje pohyby zrcadlově nebo ne (my zvedáme levou ruku, dítě naproti pravou apod.)

DALŠÍ AKTIVITY PRO ROZVOJ VNÍMÁNÍ PROSTORU

Stavebnice (kostky, magnetické,...); mozaiky; rozpoznávání předmětů hmatem poslepu; určování a porovnávání velikosti okolních předmětů; orientace na svém těle; puzzle; skládání obrázku z více částí; popis obrázku; aktivní používání pojmů týkajících se orientace prostoru v řeči.

ČÁSTI DNE, TÝDNE, ROKU

Části dne je dobré propojit vždy s konkrétními situacemi: ráno - když vstáváme, snídáme, čistíme si zuby, dopoledne - když si hraješ ve školce, v poledne - když obědváš, odpoledne - když přijdeš ze školky,... Stejně postupujeme u ročních období (léto - když je teplo, koupeme se; zima - když padá sníh, jsou Vánoce;...), dnů v týdnu a pojmů jako včera, zítra, pozítří, za týden,...

Všechny tyto pojmy při komunikaci s dítětem užíváme. Dítě je sice obvykle v komunikaci aktivně neužívá, ale jejich znalost a pasivní užívání napomáhá k jejich pozdějšímu pochopení a osvojení.

MYŠLENÍ



Myšlení dětí v předškolním věku se neopírá o logiku, naopak je velmi ovlivněno dětským pohledem na svět. Pokud si dítě neví s nějakou situací rady, neumí si ji vysvětlit, jednoduše mu v tom pomohou jeho fantazie, potřeby a možnosti. Z tohoto důvodu je myšlení a poznávání okolního světa velmi zkreslené.

Pro děti v mateřské škole je většinou nemožné přemýšlet a získávat informace komplexně, děti se naopak soustředí obvykle na jeden nejvýraznější (ovšem velmi často ne nejvýznamnější) znak, na základě kterého si vytváří pohled a názor na celý objekt. Zároveň děti ještě neumí myslet zcela objektivně, neumí nahlížet na situaci či předmět, nad kterými přemýšlí, z různých úhlů pohledu, protože díky mírnému egocentrismu, který se u nich stále ještě místy projevuje, k tomu nemají důvod. Zkrátka a dobře - "to, co vidím tady a teď, je pravda."

Myšlení a úsudky, které se již opírají o jednoduchou logiku, se u dětí začínají objevovat obvykle kolem šestého roku. V tuto chvíli již dětský mozek zvládá provádět jednoduché myšlenkové operace, kterými jsou například analýza a syntéza, abstrakce a konkretizace nebo třídění informací. Tyto operace jsou důležité pro pozdější schopnost naučit se číst, psát a počítat.

JAK ROZVÍJET MYŠLENÍ DÍTĚTE

MÉNĚ ČI VÍCE

Dítě pomocí kartiček (případně pomocí konkrétních předmětů) určuje, čeho je více, méně nebo stejně. Aktivitu si můžeme zahrát například také na procházce, kdy určujeme, zda je na ulici zaparkovaných více aut nebo kol apod.

KROKOVÁNÍ

Postavíme se s dítětem vedle sebe, několikrát zatleskáme, dítě udělá tolik kroků (skoků, dřepů,...), kolik slyšelo tlesknutí. Aktivitu si opět můžeme zahrát na procházce, cestou domů ze školky, případně kdekoliv jinde.

ORIENTACE V ŘADĚ

Dítě se orientuje v řadě předmětů či obrázků a určuje, co je první, druhé, poslední, předposlední apod. Také může řadu samo poskládat podle našich pokynů.

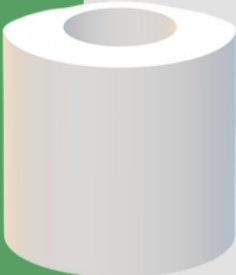
JAKÝ MÁ TVAR

Venku nebo v místnosti mohou děti hledat předměty stejného geometrického tvaru. není nutné, aby děti uměly pojmenovat jednotlivé geometrické tvary, důležité je spíše to, aby je uměly rozeznat - např.: obraz má stejný tvar jako zrcadlo, oba předměty jsou hranaté, apod.

DALŠÍ AKTIVITY PRO ROZVOJ MYŠLENÍ

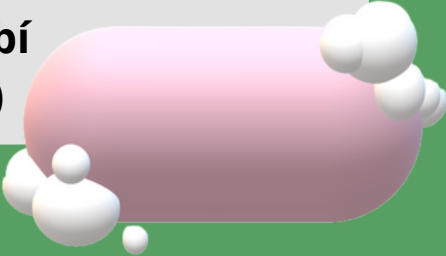
Domino; Člověče nezlob se a jiné obdobné deskové hry; překreslování obrázků podle jednoduché předlohy; házení míče (šišky) do kruhu a počítání úspěšných hodů; stavění komína z určitého počtu kostek (případně podle konkrétního uspořádání barev); skládání předmětů či obrázku podle velikosti; hledání rozdílů na obrázcích; hádanky; řešení různých hlavolamů (dbáme na to, aby obtížnost odpovídala věku dítěte); stavebnice.

SEBEOBSLUHA



Sebeobsluha je další důležitou složkou školní připravenosti, na jejíž podporu a rozvoj bychom se měli zaměřit ještě před zahájením docházky do mateřské školy, tedy ve věku dvou až tří let dítěte. V tomto období obvykle u dětí přichází období "já sám" - dítě chce vše dělat samo, vše si chce osahat a vyzkoušet na vlastní kůži. A právě tohle je ideální období, kdy můžeme dítě začít spontánně a nenásilně vést k rozvoji sebeobsluhy tím, že mu k tomu dáme dostatek prostoru.

V oblasti sebeobsluhy se zaměřujeme na podporu zejména v těchto oblastech:

- hygienické návyky dítěte (má osvojené základní návyky používání WC včetně splachování; zvládne si samostatně umýt ruce a obličej, utřít se; vyčistit si zuby; při kýchání, kašlání nebo zívání si bez vyzvání zakrývá ústa rukou; správně a samostatně používá kapesník)
 - oblékání (samostatně se obleče a vysvleče; pozná své oblečení; poradí si s knoflíky, zipem, tkaničkami; pozná přední a zadní část oděvu a zda je oděv naruby; poskládá věci na své místo)
 - stolování (správně drží a používá příbor; zvládne klidně sedět u jídla a dodržovat pravidla slušného chování; samostatně si přinese nádobí ke stolu a po jídle nádobí opět uklidí)
- 

Důležitým předpokladem pro úspěšné zvládnání sebeobsluhy je dobře vyvinutá hrubá i jemná motorika dítěte, vizuomotorika, vnímání a také jeho obecná mentální vyspělost. Nezapomínáme, že ohled bychom měli vždy brát také na osobnost a individualitu dítěte. Každé dítě je jiné a jinak rychle se učí. Některé děti si běžné sebeobslužné návyky osvojí bez problému ihned a naprosto spontánně, jiné děti naopak potřebují více času, trpělivosti a důslednosti ze strany dospělých (rodičů, učitelů MŠ). V potaz musíme brát také schopnosti a věk dítěte, kterým by měly naše požadavky na sebeobsluhu vždy odpovídat.



Př: Dítěti se převrhne hrníček, tekutina se vylije na stůl.

Co nedělat: Rodič obvykle ihned přispěchá na pomoc s hrstí ubrousků a pohromu začne hekticky uklízet. Bohužel si často také neodpustí sarkastickou poznámku ve stylu "Ty jsi ale

nešika, to neumíš dávat pozor?" Nejen, že je tato situace nepříjemná dítěti i rodičům, ale také jedině, co si dítě odnese? Že je nešika a problém za něj musí vyřešit rodič.

Lepší řešení této situace: "Vylil se Ti hrníček? To nevadí, může se to stát i mně, pro příště budeš vědět, že musíš být trochu opatrnější. Takovou potopu tady ale přece nemůžeme nechat, co s tím uděláme?"

Pokud si dítě neví s řešením situace rady, podáme mu pomocnou ruku: "Pokud se něco vylije, musíme to utřít. Pojd', půjdeme pro ubrousky a společně to uklidíme."

Takové řešení bude jistě příjemnější nejen pro nás, ale také pro dítě. Navíc tak dítě vedeme k empatii.

SOCIÁLNÍ DOVEDNOSTI



V této oblasti se u dětí objevují velké rozdíly. To proto, že jejich úroveň je závislá na prostředí, ve kterém dítě žije - rodina. Sociální vývoj dítěte je ovlivněn situací rodiny (sociokulturní a ekonomické podmínky, životní styl, výchova), ale také zdravotní anamnézou, mentálním vývojem a osobností dítěte. Další společenství, kde si dítě osvojuje nové sociální dovednosti, je obvykle mateřská škola.

Úroveň sociálních dovedností, které dítě získává většinou formou nápodoby, ovlivňuje nejen jeho působení v mateřské škole, ale také přijetí do kolektivu a pozdější působení v základní škole.

Při přechodu do první třídy je dítě vystaveno velkému množství stresových faktorů:

- odloučení se od rodičů na delší dobu
- nové prostředí
- nová autorita
- nová kolektive
- vyšší míra samostatnosti
- vyšší nároky na sebekontrolu a vnitřní motivaci, než tomu bylo v mateřské škole



Právě dostatečná úroveň sociálních dovedností dítěte zodpovídá za to, aby se dítě s těmito změnami dokázalo vyrovnat bez výraznějších potíží.

I přesto, že jsou sociální dovednosti pro vstup do základní školy velmi důležité, jsou bohužel také často opomíjenou složkou školní připravenosti. Když je například dítě u zápisu do první třídy stydlivé a nechce spolupracovat, obvykle se tato "maličkost" odbyde slovy "to přejde, dítě přes prázdniny dozraje" apod. To samozřejmě může, ale také nemusí být pravda a tato stydlivost může být projevem nedostatečně vyvinutých sociálních schopností dítěte.

Jak již bylo zmíněno, sociálním schopnostem se dítě učí především formou nápodoby, v podstatě tedy můžeme říci, že dítě se chová tak, jak se chovají lidé (nejčastěji dospělí) v jeho nejbližším okolí, kterým je právě rodina a mateřská škola. Pokud tedy od dítěte vyžadujeme nějaké chování, měli bychom mu my sami být vzorem.

JAK ROZVÍJET SOCIÁLNÍ DOVEDNOSTI DÍTĚTE

JAKÉ JSEM ZVÍŘÁTKO

Každému členovi rodiny zkusíme přiřadit zvíře, které ho dle našeho názoru vystihuje. Př.: Máma je včelka - je pracovitá,... Ideálně pracujeme samostatně, abychom dítě neovlivňovali. Poté můžeme diskutovat o výsledku - zvolili jsme stejná zvířátka? Proč ano?/Proč ne?

DALŠÍ AKTIVITY PRO ROZVOJ SOCIÁLNÍCH DOVEDNOSTÍ


Hra na obchod, na školu, na doktora; společenské hry - průběh hry korigujeme tak, aby počet výher i proher dítěte byl vyrovnaný a dítě tak poznalo pocit výhry, ale také se dokázalo vyrovnat s prohrou.

PAMĚŤ

Paměť chápeme jako schopnost uchovávat a vybavovat informace a vjemy. Je propojená s myšlením, jejich rozvoj je úzce spjatý. Schopnost dítěte zapamatovat si určité vjemy, závisí na myšlení dítěte, na tom, které informace se dítěti zdají podstatné, a které jsou pro dítě naopak nepodstatné.



Jinak řečeno, dítě si mnohem lépe zapamatuje informace, které vyhodnotí jako důležité. Ty informace, které mu naopak důležitou nepřijdou, si zapamatuje mnohem hůře. S postupujícím věkem dítěte a vývojem myšlení dochází i k vývoji a následnému zlepšování krátkodobé a dlouhodobé paměti. Úroveň myšlení se kolem šestého roku dítěte zlepšuje a zrychluje, pracování informací je tak kvalitnější a efektivnější. Díky tomu si dítě zapamatuje získané informace a vjemy mnohem kvalitněji, déle a zvyšuje se také kapacita paměti.



Správný vývoj a správná, efektivní podpora paměti je samozřejmě nedílnou součástí školní připravenosti, protože dobře vyvinutá paměť má vliv nejen na pozdější schopnost dítěte naučit se číst, psát a počítat, ale má vliv také na celkový průběh vzdělávání dítěte.

JAK ROZVÍJET PAMĚŤ DÍTĚTE

NA NÁKUPU

Aktivita začíná větou "Maminka (případně tatínek, jméno dítěte,...) šla na nákup a koupila:"

Střídavě opakujeme větu a přidáváme, co maminka koupila, vždy vyjmenujeme vše, co už bylo řečeno. Př: "Maminka šla na nákup a koupila mouku."

"Maminka šla na nákup a koupila mouku a rohlíky."

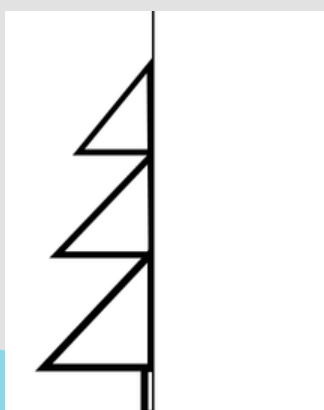
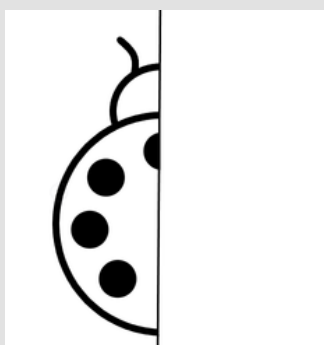
"Maminka šla na nákup a koupila mouku, rohlíky a mléko." ...

Můžeme zkusit spočítat, kolik věcí si zvládneme zapamatovat.

KIMOVA HRA

Před dítě položíme několik předmětů. Dítě se na ně cca minutu dívá. Poté předměty zakryjeme a dítě vyjmenovává (maluje) co nejvíce předmětů, které si zapamatovalo.

Obdobou je hra "**CO SE ZMĚNILO**". Dítě si prohlíží předměty a poté, tak aby to nevidělo, jeden předmět odstraníme (přidáme). Dítě pak hádá, který předmět zmizel (přibyl). Počet předmětů by měl vždy odpovídat věku dítěte (3-6 předmětů).



DALŠÍ AKTIVITY PRO ROZVOJ PAMĚTI

Můžeme si společně zaspívat písničku či převyprávět básničku, které jsme se naučili, případně nám dítě může předvést, co se naučilo ve školce; pexeso; dokreslování obrázků podle předlohy; dokreslování druhé poloviny obrázku; "co se změnilo" (v místnosti, na obrázku, na těle, v okolí...); různé obměny a varianty Kimovy hry; vyřizování krátkých vzkazů mezi kamarády, rodiči.

POZORNOST

Pozornost je schopnost dítěte soustředit se na určitou činnost a ideálně ji také dokončit, aniž by bylo ovlivňováno okolním ruchem.

Dobře vyvinutá pozornost je pro vstup do základní školy důležitá, protože se zde od dítěte očekává, že zvládne po určitý čas sedět v lavici, přičemž věnuje pozornost učiteli či aktivitě, aniž by se nechalo vyrušovat svým okolím nebo naopak vyrušovalo ostatní děti.

Sledujeme, zda dítě k aktivitě přistupuje se zájmem, zaujetím, je zvědavé, je schopné po vysvětlení zadání pracovat samostatně, nebo naopak zda pracuje povrchně a zbrkle, nechce pracovat v kolektivu dětí, je znuděné, snadno unavitelné a od činnosti odbíhá. To nejen u hry či aktivity, kterou si dítě samo vybere, ale především u řízených činností a aktivit, které dítěti zadá dospělý.

Pozornost můžeme s dítětem trénovat pomocí vhodných aktivit, při kterých bychom mu měli zajistit odpovídající podmínky, jako například klidné prostředí bez rušivých elementů (hluk ulice, TV,...), aby se dítě dostatečně soustředilo na jednu konkrétní aktivitu.

Náročnost a délku trvání aktivity volíme podle věku a schopností dítěte. Pozornost dítěte může být negativně ovlivněna únavou. Unavené dítě se nedokáže dostatečně soustředit, proto se snažíme



s dítětem pracovat pouze ve chvílích, kdy je odpočaté, nezapomene vhodně volit případné přestávky. Pokud chceme s dítětem pracovat delší dobu, nezapomínáme činnosti pravidelně střídat po kratších časových intervalech. Při práci s dítětem vždy volíme formu hry.



JAK ROZVÍJET POZORNOST DÍTĚTE

POPLETENÁ POHÁDKA

Dítěti vyprávíme pohádku, kterou dobře zná, a místy měníme obsah. (např. "*Karkulka nasbírala babičce v lese houby.*" - správně: natrhala květiny). Všimáme si, zda dítě změnu pozná, reaguje na ni. Vyzveme ho, ať danou část děje převypráví správně.

HESLO

Je obdobou předchozí aktivity. Příběh vyprávíme správně, ale zvolíme si heslo - konkrétní slovo (či více slov), na které dítě reaguje například zvednutím ruky, výskokem apod.

Role můžeme měnit - nejdříve vyprávíme příběh my a dítě poslouchá, poté se vyměníme.

KDO DŘÍV UVIDÍ

Ideální aktivita jen tak na procházku do lesa, po městě, zkrátka kamkoliv. Dáváme pokyny, např.: červené auto, rozkvetlý strom, paní s taškou,... Dbáme na to, aby hledané objekty odpovídaly prostředí. V zadávání pokynů se můžeme s dítětem střídat.

DALŠÍ AKTIVITY PRO ROZVOJ POZORNOSTI

Dobble a obdobné postřehové hry; pexeso; Kimova hra; hledání rozdílů na obrázcích; hádanky; řešení různých hlavolamů (dbáme na to, aby obtížnost odpovídala věku dítěte); bludiště; labyrinty; stavění ze stavebnice podle návodu.

Publikací na téma školní připravenosti existuje nepřehledné množství. Proto může být někdy náročné se v tolika informacích orientovat, především pro rodiče předškolních dětí. Proto jsem se rozhodla jako téma své bakalářské práce vypracovat tento dokument a doufám, že pomůže rodičům se v tomto tématu lépe orientovat. V případě zájmu je tato bakalářská práce volně přístupná k přečtení na stánkách Masarykovy univerzity pod názvem Školní zralost a připravenost.

Adéla Musilová

Literatura

- Otevřelová, H. (2016). *Školní zralost a připravenost*. Praha: Portál.
- Jucovičová, D., Žáčková, H. (2014). *Je naše dítě zralé na vstup do školy?*. Praha: Grada Publishing.
- Kutálková, D. (2014). *Jak připravit dítě do 1. třídy*. Praha: Grada Publishing.
- Poussin, Ch. (2018). *Nauč mě, jak to mám udělat sám: pedagogika Montessori vysvětlená rodičům*. Přeložil: Klimšová, Z. Praha: Svojtka & Co.
- Bilbao, Á. (2015). *Dětský mozek vysvětlený rodičům*. Přeložil: Bílková, J. (2018). Bratislava: NOXI, s.r.o.
- Bednářová, J., Šmardová, V. (2015). *Školní zralost: co by mělo umět dítě před vstupem do školy*. Brno: Edika.
- Další zdroje a literatura jsou uvedeny v bakalářské práci.