Registrační číslo projektu: CZ.02.02.XX/00/23_018/0013117
Název projektu: Implementace dlouhodobého záměru v Olomouckém kraji

ŠKOLNÍ ZRALOST

Autoři: Mgr. František Štefek, Mgr. Lucie Vrbová, Mgr. Milada Sovadinová, Mgr. Eliška Vodáková
Grafické zpracování obálky: Mgr. Gabriela Hanzlíčková
Rok vydání: 1/2026
Cílová skupina: Rodiče předškolních dětí, pedagogové MŠ, ZŠ, pracovníci ŠPZ
Vzdělávací oblast: Připravenost na školní docházku
Hlavní cíl: Poskytnout praktické rady, které připravují dítě na nástup do 1. třídy základní školy.

Tento výstup vychází pod licencí Creative Commons BY-SA (Uveďte původ – Zachovejte licenci). Licenční podmínky najdete na adrese https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/.
This result is licensed under a Creative Commons BY-SA license (Attribution – ShareAlike). The license terms can be found at https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/

Vydání bylo financováno v rámci projektu Implementace dlouhodobého záměru v Olomouckém kraji, registrační číslo projektu: CZ.02.02.XX/00/23_018/0013117

Neoprávněné užití tohoto díla je porušením autorských práv a může zakládat občanskoprávní, správněprávní, popř.trestněprávní odpovědnost.

1.vydání

Úvod

Vstup do první třídy je významným krokem v životě dítěte i celé rodiny. Období před nástupem do školy bývá spojeno s řadou otázek týkajících se připravenosti dítěte na školní docházku. Přechod z předškolního do školního období klade na dítě zvýšené nároky nejen v oblasti kognitivních schopností, ale také v oblasti motoriky, regulace chování, sociálních dovedností a emoční stability.

Každé dítě se vyvíjí vlastním tempem. Přičemž jednotlivé složky vývoje nemusí dozrávat rovnoměrně. Školní zralost proto nelze chápat jako jednorázově dosažený stav, ale jako přirozený proces dozrávání schopností a dovedností v oblasti tělesné, sociální a emoční oblasti. Úroveň školní zralosti významně ovlivňuje, jakým způsobem se dítě adaptuje na školní prostředí a jak zvládá nové povinnosti.

Včasné rozpoznání případných oslabení nebo vývojových nerovnoměrností umožňuje cílenou podporu dítěte ještě v období před zahájením povinné školní docházky.

Tento materiál poskytuje základní orientaci v problematice školní zralosti a praktické náměty, jak období dítěte před nástupem do školy přirozeně podpořit.
Navrhované aktivity vycházejí z přirozených činností dítěte a jsou určeny k využití, jak v rodinném, tak pedagogickém prostředí.

Cílem není urychlovat vývoj dítěte, ale podporovat jeho individuální předpoklady tak, aby zahájení školní docházky proběhlo, co nejpřirozeněji.

Obsah

Úvod 2
1 Školní zralost 4
1.1 Tělesná (fyzická) zralost 4
1.2 Psychická zralost 4
1.2.1 Řečové schopnosti 4
1.2.2 Zrakové vnímání 4
1.2.3 Sluchové vnímání 5
1.2.4 Motorické dovednosti 5
1.2.5 Rozumové schopnosti 5
1.2.6 Pracovní zralost 5
1.3 Sociální a emoční zralost 5
1.4 Neurovývojový pohled na školní zralost 6
2 Diagnostika dětí předškolního věku 7
3 Klíčové oblasti sledování 9
3.1 Grafomotorika 9
3.2 Zrakové rozlišování 11
3.2 Sluchové vnímání 12
3.3 Matematická představivost 13
3.4 Vnímání prostoru a času 14
4 Zápis do 1.třídy – praktické informace 15
4.1 Odklady školní docházky – praktické informace 16
4.2 Posuzování připravenosti do školy 17
5 Praktické rady pro rodiče a pedagogické pracovníky 18
5.1 Jak připravit dítě na přechod do školy 18
Denní režim 19
Nástup do školy 19
5.2 Podpora vývoje dítěte v praxi 20
Národní doporučení pro pohybovou aktivitu v České republice 23
5.3 Specificky zaměřené programy 26
Příloha 1 29

1 Školní zralost

Školní zralost označuje úroveň vývoje dítěte v oblasti tělesné, psychické, sociální i emoční, která zásadně ovlivňuje jeho schopnost vyrovnat se s požadavky spojenými se zahájením povinné školní docházky v 1. třídě.

Menší projevy vývojové nezralosti se vyskytují u všech dětí a souvisejí s individuálním tempem jejich vývoje. Pokud je však nezralost výraznější v některé z níže uvedených oblastí, může výrazně komplikovat plnění školních povinností a stát se příčinou neúspěchu či nespokojenosti dítěte ve škole.

1.1 Tělesná (fyzická) zralost

Zahrnuje celkovou tělesnou vyspělost a zdravotní stav dítěte. Tuto oblast sledují pediatři v rámci pravidelných preventivních prohlídek. Tělesná vyspělost (výška a váha) není a nemůže být prvotním ukazatelem zralosti. Důležitá je nejen úroveň motoriky, ale také schopnost zvládat pravidelný režim, zvýšenou zátěž a delší dobu soustředění. Děti, které mají zvýšenou absenci, obtížně dohánějí učivo a zároveň se jim hůře daří začlenění do třídního kolektivu. Podle Z. Matějčka děti dozrávají přibližně v 6 letech a 4 měsících.

1.2 Psychická zralost

Týká se úrovně rozumových a poznávacích schopností, motorických dovedností a pracovní vyspělosti dítěte. Patří sem zejména:

- Úroveň řeči a komunikačních dovedností
- Zrakové a sluchové vnímání
- Pozornost a paměť
- Myšlení a předmatematické představy
- Pracovní tempo a vytrvalost

Psychická zralost umožňuje dítěti porozumět instrukcím, pracovat systematicky, regulovat své chování a zvládat nároky školy.

1.2.1 Řečové schopnosti

Dítě by mělo komunikovat ve větách či jednodušších souvětích, rozumět běžným pokynům a správně vyslovovat většinu hlásek. V případě přetrvávajících potíží s výslovností je vhodné vyhledat logopedickou péči, protože řečové obtíže mohou negativně ovlivňovat jak čtení, tak psaní. Současně by dítě mělo být schopné v 6-7 větách plynule vyprávět o rodině, zájmech, trávení volného času.

1.2.2 Zrakové vnímání

Dítě by mělo být schopné rozlišovat detaily a rozdíly mezi obrázky, odlišit tvarem podobné podněty a orientovat se v pojmech nahoře–dole a vpravo–vlevo. Nedostatečná zraková diferenciace může vést k záměnám písmen a číslic lišících se pouze detailem (např. b–d, m–n, 6–9).

1.2.3 Sluchové vnímání

Zahrnuje schopnost rozpoznat počáteční a koncovou hlásku ve slově, dělit slova na slabiky a jednoduchá slova na jednotlivé hlásky, stejně jako rozlišovat, zda dvě slova znějí stejně či odlišně. Nezralost v této oblasti se může projevit obtížemi při čtení (pomalejší tempo, problémy se skládáním slabik a porozuměním textu) i při psaní (vynechávání písmen, chyby v délce hlásek či záměny podobně znějících hlásek).

1.2.4 Motorické dovednosti

Zahrnují vyspělost hrubé, jemné motoriky a grafomotoriky.

Hrubá motorika se projevuje přiměřenou pohybovou obratností, zvládáním chůze, běhu a chůze po schodech se střídáním nohou.

Jemná motorika se týká schopnosti manipulovat s drobnými předměty a zvládat základní činnosti, jako je stříhání nebo lepení.

Grafomotorika vyžaduje správný úchop a uvolněnou ruku, aby dítě dokázalo provádět základní grafomotorické prvky potřebné pro psaní (vedení čáry, změny směru, horní smyčky). Součástí grafomotoriky je také kresba, nejčastěji postavy. Hodnotí se jak obsah kresby (zobrazení všech částí těla včetně detailů), tak její provedení, zejména držení tužky, tlak a plynulost linie.

1.2.5 Rozumové schopnosti

Před nástupem do školy by dítě mělo mít základní orientaci v okolním světě, rozlišovat barvy a tvary, porovnávat množství a určovat pořadí. Důležitá je také orientace v čase a prostoru a rozvoj paměti, která by měla být cílenější a stabilnější.

1.2.6 Pracovní zralost

Zahrnuje schopnost rozlišit hru a práci, dokončovat zadané úkoly i v situacích, kdy jsou obtížnější nebo se nedaří hned. Dítě by mělo pracovat přiměřeným tempem, zvládat soustředění a odolávat rušivým vlivům, a to i u činností, které pro něj nejsou na první pohled atraktivní.

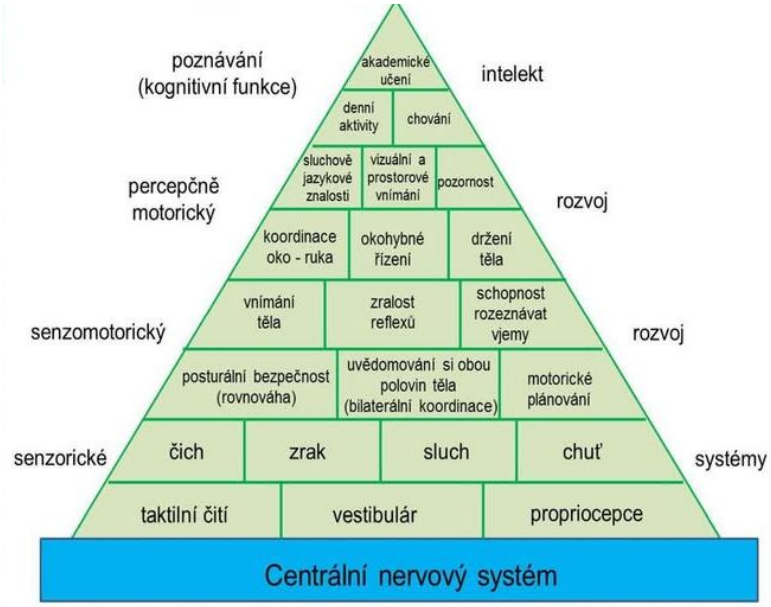
1.3 Sociální a emoční zralost

Při vstupu do školy by dítě mělo zvládnout odloučení od rodičů, zapojení do kolektivu vrstevníků a respektování autority učitele. Důležitá je schopnost spolupráce, přijímání různých rolí ve skupině a umění odložit okamžité uspokojení vlastních potřeb. Patří sem také schopnost řešit drobné konflikty a adekvátně reagovat v různých sociálních situacích.

Děti s nižší sociální a emoční zralostí mívají potíže s adaptací na nové prostředí. Často jsou více zranitelné a snadno ovlivnitelné. Pokud navíc reagují na zátěžové situace pláčem nebo nepřiměřenou agresí, mohou se rychle ocitnout na okraji kolektivu a navazování přátelských vztahů pro ně bývá obtížné.

1.4 Neurovývojový pohled na školní zralost

Pedagogická diagnostika směřuje k celkovému posouzení vývoje dítěte ve všech oblastech tak, aby bylo možné účinně plánovat a realizovat podporu jeho dalšího rozvoje, Opírá se o systematické poznávání dítěte, jeho individuálních schopností, dovedností, potřeb i podmínek, které ovlivňují jeho vývoj. Jejím důležitým úkolem je nejen zachytit případné nezralosti, ale rozpoznat silné stránky dítěte a na nich stavět další pedagogické působení.



Pyramida učení (Williams & Shellenberger, 1996)

Umožňuje posoudit, na které úrovni pyramidy se dítě aktuálně nachází a zda jsou jeho vývojové základy dostatečně upevněné. Pyramida učení často vychází z neurovývojového a senzomotorického pojetí, zdůrazňuje, že vyšší kognitivní dovednosti (např. čtení, psaní, počítání či soustředění) jsou podmíněny stabilitou nižších základních úrovních vývoje. Pokud nejsou tato ,,nižší" patra dostatečně vybudována, mohou být dovednosti vyšší úrovně nestabilní a obtížně dosažitelné.

Např. Pokud má dítě obtíže s grafomotorickou, může být příčina v nedostatečně rozvinuté jemné motorice nebo slabém tělesném schématu. Pokud selhává v předmatematických představách, může chybět dostatečná zkušenost s manipulací a konkrétní činností.

Diagnostika tedy nehledá jen nezralosti dítěte, ale odhaduje hlubší souvislosti ve vývojové struktuře. V edukativním prostředí se toto propojení projevuje tak, že:

- učitel sleduje nejen výkon, ale i proces
- při zjištění oslabení nevolí automaticky trénink vyšších dovedností, ale vrací se k rozvoji základů
- plánované aktivity vychází z vývojové úrovně dítěte, nikoliv pouze z věku.

Zvažujeme-li, jaký obsah má mít pedagogická diagnostika dítěte a které oblasti jeho vývoje budeme sledovat, je nezbytné nejprve jasně vymezit vzdělávací cíle, k nimž směřujeme. Obsah diagnostiky totiž nemůže být nahodilý – musí vycházet z koncepce vzdělávání a z očekávaných výstupů, které jsou pro daný stupeň vzdělávání stanoveny.

V současném předškolním vzdělávání jsou tyto cíle formulovány prostřednictvím klíčových kompetencí vymezených v **Rámcový vzdělávací program pro předškolní vzdělávání**. Jejich osvojování, systematické rozvíjení a průběžné sledování tvoří základ edukace nejen v předškolním období, ale i na dalších stupních vzdělávání, s přesahem do dalšího osobního i společenského života dítěte.

RVP PV vymezuje tyto klíčové kompetence: kompetence k učení, kompetence k řešení problémů, kompetence komunikativní, kompetence sociální a personální a kompetence činnostní a občanské.

Cesta k jejich naplnění je dlouhodobým procesem, který se opírá o postupné rozvíjení dílčích schopností, dovedností a vědomostí dítěte. Nedílnou součástí tohoto procesu je také budování sebedůvěry a pozitivního vztahu k učení, které dítěti umožňují své kompetence dále rozvíjet a uplatňovat.

2 Diagnostika dětí předškolního věku

V současné době existuje několik ucelených diagnostických nástrojů určených pro posuzování dovedností dětí předškolního věku, například iSophie, Diagnostika školní připravenosti (varianta pro pedagogy škol a školní poradenská pracoviště), Pedagogická diagnostika v mateřské škole, MaTeRS aj. Tyto nástroje se liší svou koncepcí, rozsahem, mírou standardizace i způsobem využití v praxi.

ISophi diagnostika je praktický, standardizovaný a vizuálně přehledný diagnostický systém, který umožňuje učitelům získat kvalitní, srozumitelná a použitelná data o vývoji dítěte. Je koncipovaná jako komplexní pedagogická diagnostika pro učitele v MŠ, zaměřená na 13 oblastí dovedností: grafomotorika, předmatematické představy, prostorová představivost, časová orientace, zrakové vnímání, sluchové vnímání, verbální myšlení, sociální porozumění, sebeobsluha, jemná motorika, hrubá motorika, pozornost, řeč. Nástroj je praktický především pro diagnostiku školní zralosti a průběžné sledování rozvoje dětí ve věku přibližně 3–7 let. Obsahuje testové úkoly, pracovní listy, záznamové archy a možnost digitálních reportů.

Diagnostika školní připravenosti, varianta pro pedagogy škol a školní poradenská pracoviště je standardizovaná diagnostická baterie určená učitelům 1. stupně základních škol a pracovníkům školních poradenských pracovišť, která slouží k posouzení schopností a dovedností žáků nezbytných pro úspěšné zvládnutí školní výuky a pro včasné plánování podpory tam, kde se objeví potřeby žáků. Tato diagnostická baterie má pevně stanovený postup administrace a vyhodnocení, který je popsán v oficiálním manuálu. Použití není volné – manuál si mohou pořídit pouze absolventi specializovaného kurzu k diagnostice školní připravenosti, což zaručuje, že ji budou používat osoby s odpovídající kvalifikací a schopností výsledky interpretovat. Mezi hlavní diagnostické oblasti baterie patří – motorické dovednosti – grafomotorika, vizuomotorika; vnímání a percepce – zraková a sluchová percepce, pravolevá a prostorová orientace; jazykové schopnosti a řeč – verbální vyjadřování, porozumění řeči, základní jazykové gramotnosti; předmatematické a matematické představy – počítání a početní představy, práce s množstvím a čísly; pozornost, pracovní tempo a koncentrace; sociální a emoční zralost.

Pedagogická diagnostika v mateřské škole je diagnostická baterie - program**,** který existuje jako autorský diagnostický systém a je spojen s akreditovaným kurzem, který lektorují jeho autorky Zdeňka Janhubová a Jana Kratochvílová**.** Tento kurz opravňuje pedagogy využívat samotnou diagnostickou sadu v praxi. Diagnostická baterie zahrnuje záznamový arch a pomůcky pro různé věkové kategorie. Diagnostika hodnotí oblast motoriky, grafomotoriky, vnímání prostoru, znalost barev, upřednostnění ruky, zrakové vnímání – rozlišování a paměť, základní matematické představy, sluchové

vnímání, vnímání času – logická posloupnost, řeč a myšlení, hra, sebeobsluha, sociální dovednosti a sebehodnocení.

MaTeRS (*Test mapující připravenost pro školu*) je standardizovaný screeningový nástroj českého původu, který se používá k orientačnímu posouzení připravenosti dítěte na vstup do povinné školní docházky. Funguje jako psychodiagnostická metoda, kterou vytvořily české autorky a která se uplatňuje v odborné diagnostice školní připravenosti předškolních dětí. Je zaměřen na více vybraných vývojových oblastí, jež jsou považovány za důležité pro úspěšné začlenění dítěte do školního prostředí. Test sestává z asi 34 úloh rozdělených do několika subtestů, které společně pokrývají oblasti klíčové pro školní adaptaci. Při vyšetření se sleduje například vizuomotorická a grafomotorická koordinace, zrakové a sluchové vnímání, pozornost a pracovní tempo, řečové a jazykové schopnosti, předčíslicové či matematické představy, sociální zralost a další funkční dovednosti, které společně tvoří obraz školní připravenosti dítěte. MaTeRS lze podat částečně ve skupině i individuálně a jeho cílem je získat komplexní přehled o tom, jak dítě zvládá různé oblasti důležité pro úspěšné zahájení školního vzdělávání.

Ke klíčovým diagnostickým metodám využívaným pro získání informací o dítěti řadíme pozorování, rozhovory, analýzy produktů činností, hodnotící škály a záznamové archy, didaktické úkoly a testové metody.

Z pohledu kognitivního vývoje je **jazyková schopnost** zásadní. Ve školním prostředí se od dětí očekává, že budou rozumět mluvenému slovu i instrukcím i pravidlům a budou schopné se adekvátně vyjadřovat, což je důležité pro zvládání výuky i komunikaci ve třídě. Dobře rozvinuté řečové a komunikační dovednosti jsou rovněž spojeny s následným učením čtení a psaní a patří mezi klíčové faktory, které ovlivňují úspěšnou socializaci dítěte. Vývoj řeči probíhá postupně podle určitých vývojových pravidel a úrovní, které na sebe navazují a vzájemně se ovlivňují. Kontakty na klinické logopedy v jednotlivých krajích ČR je obsažen na webu https://www.klinickalogopedie.cz/index.php?pg=verejnost--adresar-logopedickych-pracovist.

VĚK	ROZVOJ SLOVNÍ ZÁSOBY	VÝVOJ VÝSLOVNOSTI
do 1 roku	rozumí jednoduchým pokynům začíná opakovat jednoduchá slova, která slyší	M B P / T D N J A E I O U
do 2,5 let	tvoří jednoduché věty od 2 let se ptá "co to je?", rozšiřování slovní zásoby	K G H CH V F OU AU
do 3,5 let	mluví ve větách, gramatizace řeči, ptá se "proč?" rozšiřování slovní zásoby, tvorba verbální paměti	T D N L (i artikulačně) Bě Pě Mě Vě
do 4,5 let	dokončování gramatizace chápe děj a umí ho vyprávět	Ť Ď Ň vyvíjí se Č Š Ž
do 6,5 let	chápe složité děje velká slovní zásoba gramaticky zvládá i souvětí	C S Z R Ř kombinace Č Š Ž a C S Z

Asociace klinických logopedů ČR, ©2021

3 Klíčové oblasti sledování

3.1 Grafomotorika

Grafomotoriku můžeme chápat jako soubor jemnomotorických dovedností a souvisejících psychických funkcí, které dítě uplatňuje při grafickém projevu jako je kreslení a psaní. Nejde tedy jen o pohyb ruky, ale o komplexní schopnost, na které se podílí koordinace oka a ruky, zrakové a prostorové vnímání, pozornost a paměť. Vývoj grafomotoriky je ovlivněn celkovým motorickým dozráváním dítěte.

Postupný rozvoj grafomotoriky se promítá do kvality kreseb i psaní a představuje důležitý předpoklad pro úspěšné zvládání školních dovedností. Při hodnocení nesledujeme pouze samotný grafický projev, ale také pracovní návyky dítěte – například způsob držení tužky, stabilita sedu či celkové zapojení ruky.

Při posouzení úrovně grafomotoriky je vhodné nejprve zařadit volnou kresbu a teprve následně nápodobu konkrétních tahů. Pokud dítě dosáhne určité vývojové úrovně, projeví se dané prvky přirozeně i ve volné kresbě.

V rámci posouzení školní zralosti se jeví jako optimální realizovat Zkoušku laterality (Matějček, Žlab). V případě potřeby je možné vyšetření dominance oka doplnit o odborné vyšetření u očního lékaře. Zkřížená lateralita může ovlivnit školní výkon a je nezbytné ji dále kompenzovat.

U dětí preferujících levou ruku je důležité zajistit odpovídající pomůcky (psací potřeby, nůžky, písanky pro leváky).

Při kreslení a psaní je nezbytné dbát na správné držení tužky v tzv. špetce – viz obrázek. Tužka leží na posledním článku prostředníčku a na kožní řase mezi palcem a ukazovákem, palec a ukazovák jsou na tužku zlehka přiloženy, ukazovák se neprolamuje, vzdálenost od hrotu je cca dva centimetry, konec tužky je nasměrován mezi loket a rameno k tělu, malíček a prsteníček jsou volně pokrčeny v dlani.

Nácvik je vhodný podpořit vhodným psacím nářadím – na trhu je velké množství trojhranných pastelek, dále lze využívat tužku Pelikán Griffix 2 či fixy Stabilo Scribbi s odpruženým hrotem, které jsou určeny ke korekci zvýšeného přítlaku na psací potřebu.

Grafomotorický prvek		Věk
Svislá a vodorovná čára		3
Kruh		3-3,5
Dolní a horní oblouk		4-4,5
Spirála		4,5
Vlnovka		4-5
Šikmá čára		4,5
Zuby		5
Spojené vrchní a dolní oblouky		5,5-6
Horní smyčka		5,5
Spodní smyčka		5,5-6
Horní oblouk s vratným tahem		6
Spodní oblouk s vratným tahem		6

Vývoj grafomotorických tahů dle Bednářové (2022)

3.2 Zrakové rozlišování

Souvisí dle Bednářové (2017) se schopností rozlišit tvar bez ohledu na jeho velikost a polohu. Zraková percepce společně s dovednostmi z oblasti jemné motoriky jsou nezbytné pro rozvoj vizuomotorické koordinace, jakožto schopnosti spojit zrakové vjemy jemnými motorickými pohyby. Podle Kutálkové (2014) se slabá zraková paměť u dítěte projevuje tím, že si těžko ukládá a vybavuje vizuální tvary, což zahrnuje také písmena, takže písmena, která jsou si tvarem podobná, dítě považuje za stejná a neumí je spolehlivě rozeznávat či zapamatovat.

V rámci diagnostiky sledujeme dovednosti dítěte:

- poskládání obrázků ze dvou, tří i více částí dle vzoru;
- přiřazování plného tvaru / obrázku ke stínu;
- vyhledávání dvojic totožných obrázků z pole;
- označení tvaru či symbolu, který se na řádku liší od ostatních;
- z řady symbolů či obrázků označení dvou stejných tvarů;
- rozlišování shodné a neshodné dvojice;
- vnímání figury a pozadí;
- vnímání barev;
- pohyb očí na řádku.

Dovednost z oblasti vizuální percepce	*Věk*
Přiřadí základní barvy.	3
Poskládá obrázek ze dvou částí.	3-3,5
Odliší výrazně jiný obrázek v řadě.	3,5
Poskládá obrázek ze 4 částí.	3,5-4
Pojmenuje základní barvy.	4
Odliší jiný obrázek v řadě.	4,5
Figura a pozadí: vyhledá známý objekt na pozadí.	4-5
Figura a pozadí: Odliší dva překrývající se obrázky.	4-5
Odliší v řadě obrázek lišící se detailem.	5
Jmenuje objekty zleva doprava.	5
Doplní chybějící části obrázku.	5,5-6
Odliší obrázek lišící se vertikální polohou.	5,5-6

Vývoj vizuálních dovedností vzhledem k věku (Bednářová 2022)

3.2 Sluchové vnímání

Podle Bednářové a Šmardové je sluchový aparát jedním ze základních faktorů, které ovlivňují řeč a myšlení, a právě proto se ve spojitosti se školní zralostí klade důraz na úroveň tzv. fonematického uvědomování – tedy schopnost dítěte naslouchat, rozlišovat zvuky v pozadí, analyzovat a syntetizovat je, pamatovat si je a vnímat rytmus. Pokud tyto sluchové funkce nejsou dostatečně vyvinuté, může to negativně ovlivnit pozdější úspěch ve škole a být spojeno s rizikem specifických poruch učení, jako je dysortografie nebo dyslexie. Současné přístupy kladou oprávněně důraz na rozvoj zrakového a sluchového vnímání v předškolním období jako klíčové atributy k rozvoji trivia.
Diagnostika **sluchového vnímání** je cílená na zjištění uvědomování si slabičné a hláskové struktury slova, analýzu, syntézu a diferenciaci jednotlivých slabik a hlásek.

V rámci diagnostiky sledujeme dovednosti dítěte:

- vytleskání slova na slabiky;
- identifikace iniciální a finální hlásky ve slově;
- analýza a syntéza významových slov;
- sluchová diferenciace smysluplných a významových slov;
- úroveň fonematického sluchu (schopnost rozlišování jednotlivých distinktivních rysů hlásek);
- úroveň fonologické manipulace.

Dovednost z oblasti auditivní percepce	*Věk*
Lokalizace zvuku v prostoru.	3
Zopakuje větu o třech slovech, zopakuje tři čísla.	3
Roztleská slovo na slabiky.	4
Určí počet slabik ve slově.	5
Určí iniciální hlásku slova.	5
Určí poslední souhlásku ve slově.	5,5-6
Určí poslední samohlásku ve slově.	6-7
Z hlásek složí a analyzuje na hlásky jednoslabičné slovo.	6-7
Z hlásek složí a analyzuje dvouslabičné slovo.	7

Vývoj auditivních dovedností vzhledem k věku (Bednářová 2022, Odstrčilíková, Volná, Papajová, 2022)

3.3 Matematická představivost

Podle Otevřelové (2016) se **matematické představy** u dítěte nevyvíjejí izolovaně, ale jsou úzce propojené s dalšími oblastmi vývoje – zejména s rozvojem hrubé a jemné motoriky, zrakového a sluchového vnímání, prostorového a časového vnímání i řeči, a právě jejich vzájemná úroveň ovlivňuje, jak dítě chápe a používá základní matematické pojmy. Pro pozdější osvojení matematických dovedností nestačí, aby dítě v předškolním věku pouze mechanicky vyjmenovalo číselnou řadu nebo zvládlo napsat číslice. Základ předčíselných představ tvoří dovednosti z oblasti zrakového vnímání, porozumění slovům a prostorové vnímání. Pokud nemá dítě dostatečně zvládnuté předčíselné představy, nelze u něj budovat ani představy číselné. U dětí předškolního věku hodnotíme dovednosti z oblasti řazení, třídění a porovnávání, množství.

V rámci diagnostiky sledujeme dovednosti dítěte:

- řazení předmětů či obrázků podle velikosti;
- třídění, co do řady geometrických tvarů nepatří;
- jmenování číselné řady;
- určování počtu prvků ve skupině;
- přiřazování stejného množství předmětů či obrázků k předloze;
- označení většího či menšího počtu předmětů či obrázků;
- pochopení významu předmatematických pojmů – více, méně, nic, přidej, uber.

Věk dítěte	*Porovnávání, pojmy, vztahy*	*Třídění*	*Řazení*	*Číselná řada, počet*	*Tvary*
3 roky	malý-velký, hodně-málo,	Podle druhu, barvy, velikosti	seřadí tři prvky podle velikosti	počet do 2	Kruh
3,5-4	méně-více, menší-větší, kratší-delší, nižší-vyšší			počet do 3	čtverec
4-4,5	některé, žádné, nic		pojmenuje největší a nejmenší	počet do 5	
5-5,5	Méně, více, stejně při odlišné velikosti a uspořádání prvků	Podle tvaru; pozná, co do skupiny nepatří;	Seřadí 5 prvků podle velikosti; pojmenuje malý, střední, velký; málo, méně, nejméně	jmenuje č. řadu do 10; počet od 6 do 10	trojúhelník
5,5-6	o jeden více, o jeden méně	podle dvou kritérií		dopočet do 5	obdélník
6		podle tří kritérií		dopočet do 6	

Vývoj matematických představ dle Bednářové (2022)

3.4 Vnímání prostoru a času

Vnímání prostoru a času je klíčová pro řadu dovedností, které dítě během školní docházky využívá, protože ovlivňuje nejen orientaci v okolí, ale i grafomotorické a další školní činnosti, sebeobsluhu a pohybové aktivity. Předškolní děti často ještě nemají plně rozvinuté schopnosti odhadnout prostorové vztahy, což se projevuje například přeceňováním blízkých objektů a podceňováním vzdálených či spoléháním se pouze na to, co vidí. Ve vztahu k časové orientaci děti rozlišují jednoduché pojmy jako „dříve“ a „později“, ale jejich schopnost strukturovat delší časové úseky (např. týdny nebo měsíce) a představit si je v reálném kontextu je teprve ve fázi rozvoje.

4 Zápis do 1.třídy – praktické informace

Změny ve školské legislativě týkající se nástupu dětí do první třídy přinášejí od září 2025 několik novinek:

- Posun termínu zápisu k povinné školné docházce, která se nově koná v **období od 15.ledna do 15. února.** (konkrétní datum zápisu si každá škola stanovuje individuálně).
- K zápisu jsou povinny dostavit se všechny děti, které do 31.srpna daného roku dovrší 6 let, dále děti, jimž byl v minulosti povolen odklad školní docházky a které mají letos do školy nastoupit.
- Zápis musí absolvovat i děti, u nichž rodiče plánují o odklad teprve požádat – v případě jeho schválení se zápis v následujícím roce opakuje.
- Lze zvolit spádovou, i nespádovou ZŠ, dítě se může ucházet o přijetí do vícero ZŠ. **Spádová škola** je ta škola, ve které má dítě vzhledem k trvalému bydlišti nárok na přednostní přijetí. Informace o školských obvodech je možné zjistit na obecním úřadě či úřadu městské části. Pokud je dítě přijato na více škol, rodiče následně volí jednu z nich.
- Žádost o přijetí se podává datovou schránkou, emailem s elektronickým podpisem, poštou nebo osobně (v případě podaní poštou se doporučuje využít obálku s modrým pruhem).
- Zákonný zástupce ani dítě **nemají povinnost zúčastnit se zápisu osobně.** Pokud se dítě zápisu účastní, má zákonný zástupce právo být celou dobu s ním. V praxi se ukazuje, že osobní návštěva školy je přínosná. (Pro dítě představuje první kontakt se školním prostředím bez hodnocení a stresu, pro rodiče je to pak možnost, jak získat informace, poznat školu a ujistit se, že odpovídá potřebám jejich dítěte).
- K zápisu je **nutné doložit žádost o přijetí, rodný list dítěte a doklad totožnosti** zákonného zástupce.
- V žádosti se nově také uvádí informace o tom, kterou MŠ dítě navštěvovalo v posledním roce, případně jakým způsobem plnilo povinné předškolní vzdělávání.
- **Výsledek zápisu ZŠ zpravidla zveřejňuje na svých webových stránkách**, na veřejně přístupné nástěnce nebo úřední desce, nepřijaté děti obdrží písemné rozhodnutí o nepřijetí spolu se zdůvodněním.
- V případě nepřijetí dítěte se lze odvolat prostřednictvím ZŠ. Poučení o odvolání je součástí rozhodnutí o nepřijetí.
- Pokud dítě není přijato ve spádové oblasti, doporučujeme se obrátit na obec, ve které má dítě trvalé bydliště a která je povinna místo v ZŠ dítěti zajistit.

Samotný zápis se skládá ze dvou částí:

- **Povinná administrativní část** zahrnuje podání žádosti o přijetí. K žádosti je třeba přiložit rodný list dítěte a ověřit totožnost rodiče – buď osobně při podání žádosti, nebo formou identifikace při dálkovém podání.

- **Motivační část zápisu,** kterou školy obvykle nabízejí, představuje krátké a nenucené setkání s dítětem. Jejím cílem je dítě seznámit se školním prostředím a zmírnit případné obavy z nástupu do školy. Učitel si s dítětem může krátce povídat, dítě může kreslit, zapojit se do jednoduché hry nebo si prohlédnout třídu. Na některých školách probíhá tato část ve skupinkách, kde děti spolu krátce spolupracují. Smyslem není srovnávání dětí, ale jejich poznání a příprava školy na jejich individuální potřeby. Rodiče mohou být přítomni po celou dobu zápisu.

4.1 Odklady školní docházky – praktické informace

Jak je to s odklady školní docházky?

- O odklad je potřeba požádat už k datu zápisu. Pokud ještě rodič nemá všechna potřebná vyšetření, lze je doložit později.
- Nově je odklad možný pouze ze závažných zdravotních důvodů na základě doporučení odborného lékaře nebo klinického psychologa.
- Rodič řediteli ZŠ doručí doporučující posouzení z PPP nebo SPC. Tato podmínka však v roce 2026 platí pouze pro děti narozené do konce března 2020, tedy asi pro jednu třetinu potenciálních žadatelů o odklad.
- Děti narozené po 1.4.2020 mají možnost odkladu povinné školní docházky podle původních pravidel a rodič tedy k žádosti o odklad ředitelství ZŠ dokládá doporučení od odborného lékaře nebo praktického dětského lékaře a doporučující posouzení PPP nebo SPC.

Jak probíhá posouzení zralosti v PPP nebo SPC?

- Odborný pracovník školského poradenského zařízení nejprve setká s rodičem, s nímž hovoří o dosavadním vývoji dítěte, jeho docházce do mateřské školy či jiných zařízení.
- Následná práce s předškolním dítětem trvá přibližně 30–40 minut a je vedena hravou, pro dítě přirozenou formou.
- Odborník prostřednictvím různých metod posuzuje jednotlivé oblasti vývoje dítěte přiměřeně jeho věku – zejména komunikační schopnosti, úroveň kresby a grafomotoriky, zrakové a sluchové vnímání, orientaci v prostoru a čase, předpočetní dovednosti i sociální chování.
- K hodnocení využívá komplexní testové nástroje, jako jsou například test Maters, iSophi či Test školní zralosti, doplněné o řadu dalších nestandardizovaných úloh.
- Dítě v průběhu vyšetření kreslí lidskou postavu, překresluje obrázky podle předlohy a napodobuje základní grafomotorické tvary.
- Během rozhovoru se sleduje správnost výslovnosti, úroveň vyjadřování a všeobecný přehled, například znalost barev, ročních období či schopnost třídění pojmů (ovoce, nábytek, nádobí apod.)
- Součástí vyšetření je také orientační posouzení počítání na základní úrovni a úkoly zaměřené na zjištění rozvoje předmatematických představ.

Důležité informace pro školu vašeho dítěte

Pokud má vaše dítě zjištěné speciální vzdělávací potřeby, případně jiné zdravotní obtíže, proberte tyto skutečnosti s ředitelem školy a třídním učitelem. Škola s vámi bude spolupracovat, aby bylo zajištěno odpovídající zohlednění a podpora potřeb vašeho dítěte, poskytněte škole kopie relevantních zpráv.

4.2 Posuzování připravenosti do školy

Dítě by mělo zvládat základní dovednosti, které naznačují jeho školní zralost.

1. Samostatnost a sebeobsluha

- zvládat oblékání včetně zavazování tkaniček
- samostatně používat příbor při jídle
- dodržovat základní hygienické návyky
- umět si uspořádat a uklidit své věci

2. Komunikační schopnosti

- správná výslovnost hlásek
- vyjadřování v souvislých a rozvitých větách
- schopnost převyprávět krátký příběh
- znalost svého jména, příjmení a bydliště

3. Sociální dovednosti

- zvládnutí odloučení od rodičů
- respektování autority dospělých
- spolupráce s vrstevníky
- dodržování základních pravidel chování

4. Pracovní návyky

- schopnost setrvat u zadané činnosti
- dokončování započaté práce
- udržování pořádku na pracovním místě
- správný úchop tužky

5. Orientace v prostoru

- rozlišování pravé a levé strany
- znalost základních geometrických tvarů
- orientace v pojmech nahoře, dole, před a za

6. Orientace v čase

- znalost ročních období
- porozumění pojmům včera, dnes a zítra
- chápání časové posloupnosti

7. Základní vědomosti

- rozlišování barev
- počítání alespoň do deseti
- znalost jednoduchých písniček a říkanek
- orientace v základních pojmech

8. Grafomotorické dovednosti

- schopnost nakreslit lidskou postavu
- zvládání základních grafomotorických cviků
- správné držení psacího náčiní

9. Schopnost soustředění

- udržení pozornosti při práci po dobu 15–20 minut
- naslouchání čtenému textu
- plnění jednoduchých instrukcí

10. Všeobecný přehled a zvídavost

- orientace v blízkém okolí
- základní povědomí o přírodě
- zájem o nové informace
- aktivní kladení otázek

5 Praktické rady pro rodiče a pedagogické pracovníky

5.1 Jak připravit dítě na přechod do školy

- **Seznamujte dítě se školní budovou** (projděte se kolem školy, projeďte se autem, ukažte mu školu).
- Pokud je to možné, **setkejte se s budoucím učitelem**, nebo dítěti sdělte jeho jméno.
- **Navštivte webové stránky** školy, prohlédněte si fotografie, videa.
- **Zapojte dítě do výběru** školní tašky, svačinového boxu, pouzdra /dítě si může vybrat motiv, barvu, který má rádo), dbejte na to, aby se všechny věci snadno otevíraly a zavíraly.
- **Mluvte o škole pozitivně** (děti velmi citlivě vnímají obavy dospělých), sdílejte s dítětem, co jste měli ve škole rádi, když jste byli malí. Propojujte školní činnosti se zájmy dítěte (např. pokud má rádo fotbal, mluvte o tělocvičně nebo školním hřišti).
- **Ujistěte dítě**, že ve škole jsou pracovníci i učitelé, kteří mu v případě potřeby pomohou.
- **Čtěte s dítětem příběhy o nástupu do školy.** Pomáhá to lépe si představit, co ho čeká (např.
- **Vytvořte si s dítětem vlastní album nebo příběh o jeho nové škole**, můžete do něj zahrnout fotografie, krátké poznámky o školní budově, o tom, koho dítě ve škole zná (sourozence, kamarády, sousedi, děti ze školky)

Denní režim

- **Začněte alespoň 2 týdny před zahájením školy** zavedením ranní a večerní rutiny. Během tohoto období postupně posouvejte čas ukládání ke spánku, aby si dítě na nový režim přirozeně zvyklo a bylo na začátek školy dostatečně odpočaté.
- **Stanovte pravidelný režim**, který pomůže dítěti usínat vklidu a ráno vstávat. Posledních 30 minut před spaním by mělo být bez obrazovek (telefon, tablet, televize).
- **Nacvičujte jak večerní, tak ranní rutinu.** (vstávání, čištění zubů, snídaně, oblékání, chystání školní tašky). Snažte se mít vše připravené večer, aby se ráno předešlo stresu a spěchu.

Nástup do školy

- **Připravte si věci už předem**, abyste předešli rannímu stresu (sbalená školní taška, připravené oblečení, promyšlená snídaně).
- **Nechte si dostatečnou časovou rezervu**, abyste dorazili několik minut před začátkem vyučování. Pomůže to vám i dítěti začít den v klidu.
- **Podpořte dítě a mluvte s ním** o tom, na co se může ve škole těšit.
- **Snažte se nedávat najevo vlastní obavy** nebo nejistotu a první ráno se zbytečně nezdržujte – dlouhé loučení může dítě znervóznit.
- Ujistěte sem, že dítě ví, kdo ho bude vyzvedávat a kde.
- **Využívejte setkání, semináře, kurzy pro rodiče i děti**, které škola nabízí. Získáte tak více informací o fungování školy možnostech podpory dítěte a zároveň příležitost se setkat s dalšími rodiči.

Čím více si dítě bude potřebné dovednosti procvičovat doma, tím lépe bude připravené zvládat běžné situace ve škole. Snažte se dovednosti zařazovat přirozeně do každodenního režimu dítěte

- Podpora samostatnosti a sebeobsluhy
- Procvičujte oblékání v klidných chvílích, kdy má dítě dostatek času
- Podporujte dítě, aby si samo oblékalo a svlékalo bundu a obouvalo, nazouvalo boty
- Nacvičuje otevírání a zavírání svačinového boxu, lahve na pití, manipulace se školní taškou.
- Podpora nacvičování hygienických návyků, učíme ho správnému mytí rukou, použití mýdla, využití obrázků, které znázorňují jednotlivé kroky
- Označit dítěti věci jménem (taška, oblečení, klihy, svačinový box), usnadní orientaci, případné hledání ztracených věcí.
- Volte oblečení a pomůcky, které dítě snadno zvládne (boty na suchý zip, jednoduchá taška)
- Tabulka se samolepkama může být pro mnoho dětí bráno jako odměna.

5.2 Podpora vývoje dítěte v praxi

Vývojové milníky popisují dovednosti, které většina dětí v určitém věku již zvládá. Každé dítě se vyvíjí vlastním tempem, ale pokud máte obavy ohledně vývoje vlastního dítěte, určitě se obraťte na svého praktického lékaře.

Než nastoupí dítě do první třídy, je vhodné pracovat na rozvoji některých funkcí, které jsou důležité pro výuku čtení, psaní a počítání. Jde především o přesné zrakové a sluchové vnímání, hrubou a jemnou motoriku, grafomotoriku, paměť, pozornost, myšlení a řeč.
Tyto funkce můžete společně se svým dítětem rozvíjet běžnými a nenáročnými cvičeními.

Oblast motivace

- **Lépe se učíme to, co nás upoutá, zaujme**. Snažte se posilovat hlavně vnitřní motivaci dětí – aby se učily pro sebe a pro radost z toho, co už dokážou a co pokud možno mohou použít v životě.
- **Odpovídejte na jejich dotazy**, podporujte u nich přemýšlení, pokládejte jim také otázky.
- **Neopravujte po dětech jejich výtvory**. Ani v případě, že jde o méně podařené pokusy. Pochvalte je za fantazii a neotřelý přístup, za snahu a ochotu spolupracovat. Dítě je pyšné na vše, co dokáže a potřebuje od Vás slyšet slova chvály, nikoli připomínky, co je špatně, nebo by mohlo být jinak.
- Děti potřebují pevně daný řád a pravidelný denní režim. Potřebují mít jasno v tom, co se od nich očekává, lépe pak spolupracují, rychleji a snadněji se učí novým věcem, jsou klidnější a přístupnější.
- **Vytvořte si společně časový a pracovní prostor**, kdy a kde budete hloubat a učit se novým věcem. Využívejte k tomu i běžné situace, při procházce, domácí práci, při jízdě autem apod. Dávejte dítěti najevo, že Vás společná práce s ním a učení se novému baví.

Oblast pozornosti a pracovní zralosti:

- K rozvoji pracovních návyků a koncentrace pozornosti doporučujeme **pravidelně**, nejlépe denně, krátce po chvilkách **provádět řízenou činnost**, vhodné je využít některé z doporučených, níže uvedených pracovních listů, stačí 1 list denně – vždy zleva doprava, shora dolů, systematicky. Případně využít stejným způsobem práci s dětským časopisem.
- Důležité je předem si nastavit **jasná a srozumitelná pravidla a hranice**, ta dodržovat s laskavou důsledností.
- Doporučujeme začít na úrovni, kterou dítě dobře zvládá, trénovat tak schopnost úkol dokončit. Postupně čas prodlužovat – zvyšovat zátěž. S postupným vývojem se bude zlepšovat i schopnost záměrné pozornosti.
- Následně je **důležitá zpětná vazba**, ocenění snahy, spolupráce, zaujetí, dokončení úkolu – pochvalou, úsměvem, pohlazením. Je potřeba se zaměřit na to, aby dítě zažilo úspěch, poskytovat mu pozitivní zpětnou vazbu, ocenit i drobný krůček k lepšímu.
- Celkově doporučujeme při procvičování nezralých oblastí včetně rozvoje řeči pracovat denně, krátce, dokončovat úkoly, střídat činnosti.

- Nezapomínejte na **každodenní vhodný způsob odreagování se a uvolnění napětí**, ideálně pohybem a volnou hrou (honěná, houpačky, trampolína, plavání, aj.). Řízenou činnost zažívá Vaše dítě ve školce, v kroužcích apo

Zrakové vnímání

- **Skládání obrázků z drobných dílků** – rozstříhané pohlednice, obrázky, fotky, puzzle – začněte s menším počtem dílků, postupně je navyšujte.
- **Vyhledávání dvojic stejných obrázků (Pexeso**) – začněte se třemi až šesti dvojicemi, postupně přidávejte. Vhodná je i karetní hra Černý Petr.
- Vyhledávání dvou stejných obrázků mezi více obrázky, **hledání rozdílů mezi obrázky.**
- **Rozlišování figury a pozadí** (bývá v dětských časopisech) – doporučujeme např. vybarvování plošek podle značek – tím vznikne obrázek, hledání obrázku ve změti čar, vyhledávání „ukrytých“ věcí na obrázku, hledání překrývajících se obrázků, příp. i písmen.
- Vhodné jsou tzv. **„Kimovy hry“,** které cvičí pozornost, paměť, postřeh. Na stůl položte několik předmětů (klíče, tužku, míček…). Děti si je prohlédnou. Pak předměty zakryjte a jeden tajně odeberte. Po odkrytí dítě hádá, která věc zmizela. Můžete naopak i nějakou věc přidat nebo dítě jmenuje po zakrytí předměty, které si zapamatovalo. Začněte s menším množstvím předmětů, které jsou výrazněji odlišné, postupně jejich počet můžete navyšovat.
- **Souhra oka a ruky (vizuomotorika)** – pro její rozvoj doporučujeme podporovat děti v manipulaci se stavebnicemi a mozaikami nejlépe dle návodu, dále v hledání cest různými bludišti (dítě ukazuje prstem, kreslí), ve stavění ze špejlí či zápalek, v kreslení jednoduchých obrázků dle návodu, dokreslování chybějících částí obrázků či spojování teček dle předlohy.

Sluchové vnímání

- **Cvičení rozeznávání hlásek na začátku slova, na konci slova** – „Co slyšíš na začátku slova kočka?“ pro rozeznávání hlásky na konci slova využijte hru Slovní fotbal (vymýšlíme slovo na poslední hlásku předchozího slova – např. pes – slon – nos …). Poslední hlásku se snažte zdůraznit. Můžete zkusit i postřehování hlásek uprostřed slov („Slyšíš hlásku „e“ ve slově pes?“).
- **Rozlišování hlásek ve slovech** – „Jsou dvě slova stejná, nebo ne?“, např.: les/pes, nes/nes – „Čím se liší? Je tam hláska navíc?“

- **Skládání slov z hlásek, rozkládání slov na hlásky** – „hra na Marťany“ – vyslovíme např. slovo pes“ jako „p-e-s“ a dítě se pokusí slovo složit (je to těžké – buďte trpěliví).
- **„Slovíčko mě probudí“** – čtěte dítěti pohádku a dítě má reagovat na domluvené slovo, když ho v textu uslyší.
- **Zvukové pexeso** – můžete mít dvojici krabiček, které mají stejný zvuk (naplněné pískem, kuličkami…).
- **Rytmická cvičení** – dítěti předveďte rytmus, který má napodobit – ťukání tužkou, klepání prsty, hůlkou, tleskání, pískání, dupání, hra na jednoduché hudební nástroje; veďte jej k rozlišování slabého a silného zvuku (ťukání/bouchání) či krátkého a dlouhého zvuku (pískání, bzučení).
- Zkoušejte **tleskat či dupat k říkankám a písničkám**, vytleskávejte slova po slabikách (ne-se, me-le, do-ma).

Řeč a komunikace

- Pro rozvoj řeči a komunikace je potřeba s dítětem mluvit, ale neméně důležité je i naslouchání – opravdovým zájmem dáváte dítěti najevo jak je pro Vás důležité: „Zajímáš mě“. Případně: „Mluv, zajímáš mě“. **Vytvořte pro komunikaci bezpečné prostředí**, buďte trpěliví a počkejte, až se dítě vyjádří.
- **Využijte večerní chvilky k předčítání pohádek a příběhů**, veďte dítě k převyprávění toho, co slyšelo. Povídejte si o zážitcích uplynulého dne. Vyprávějte příběh podle obrázků.
- **Trpělivě odpovídejte** na dětské dotazy, komentujte činnosti, které společně děláte.
- **Společně si zpívejte, tvořte rýmy**, můžete si zahrát divadlo, dějové hry (na obchod, školu, doktora, aj.). U říkanek a písniček zvolte pomalejší tempo, aby dítě slyšelo jednotlivá slova a mohlo se zapojit.
- **Můžete zkoušet dechová cvičení** (foukání, pískání, dýchání do bříška, „houpání plyšáka na břiše jako na vlnách“), rozvíjet motoriku mluvidel (jazýček cvičí jako hodiny – zprava doleva, houpačka – nahoru-dolů, jazýček je jako kartáček – „umývá zoubky dokola“,…, napodobování zvuků koňských kopyt/mlaskání, střídavé nafukování tváří). Vyzkoušejte také jazykolamy.
- **Učte dítě informace o sobě** – jméno, příjmení, bydliště, kolik má roků, adresu, jména rodičů…
- Pokud Vaše dítě ještě nezvládá správnou výslovnost všech hlásek, neváhejte kontaktovat logopeda, který Vám s rozvojem řeči Vašeho dítěte pomůže.
- **Hry zaměřené na naslouchání**: pomáhají rozvíjet pozornost, schopnost porozumět delším instrukcím. Tyto dovednosti jsou důležité pro učení i fungování ve třídě (Kuba řekl…)

Hrubá a jemná motorika

Rozvoj motoriky je přirozenou součástí každodenních aktivit dítěte. Není nutné zařazovat speciální cvičení – důležitější je pestrost pohybu a pravidelná příležitost k praktickým činnostem.

Hrubou motoriku podporují všechny běžné pohybové aktivity, zejména ty, které zapojují celé tělo:

- hry s míčem: házení, chytání, kopání, míření na cíl (nejdřív použít větší a měkký míč na kratší vzdálenost, poté zvyšovat náročnost)
- běhání, lezení, přeskakování překážek, podlézání překážek chůze do schodů střídavě
- skákání panáka, přes švihadlo, gumu, trampolínu, skoky na jedné noze, stoj na jedné noze
- jízda na kole, odrážedle, koloběžce, pohyb se změnou směru
- pohyb na hřišti (prolézačky, houpačky, skluzavky)
- aktivity zaměřené na rovnováhu (chůze po obrubníku, kladině, úzké linii, balanční pomůcky, nerovný terén, ortopedické chodníky)
- hry s překážkami (využit jako přelézačky polštáře, podložky a další pomůcky doma)
- hry na tlačení a tahání (vzájemné tlačení dlaněmi, chodidly, přetahování s lanem)
- pohyby inspirované zvířaty (skoky jako žába, krabí chůze…)
- volnočasové aktivity (plavání, gymnastika, všestranná pohybová příprava, fotbal, tanec, pohybové kroužky)

Jemnou motoriku lze rozvíjet zejména prostřednictvím běžných denních činností a her:

- sebeobslužné aktivity (oblékání, zapínání knoflíků, zipů, zavazování tkaniček, smrkání)
- manipulace s drobnými předměty (stavebnice, korálky, mozaiky)
- modelování (plastelína, těsto)
- kreslení, vybarvování, obtahování, vystřihování (dbejte na správný úchop a provedení)
- trhání, mačkání, skládání a lepení papíru
- hry s kolíčky, navlékání korálků, šroubování šroubků
- běžné praktické činnosti (přendávání drobných předmětů, otevírání krabiček, používání příboru, otevírání víčka od lahve, nalévání vody do sklenice, česání, čištění zubů)

Rozvoj jemné motoriky úzce souvisí s grafomotorikou, koordinací oka-ruky i pracovními návyky dítěte.

Národní doporučení pro pohybovou aktivitu v České republice

Na základě mezinárodních doporučení (WHO) a Národního zdravotnického informačního portálu (NZIP) by všechny děti a dospívající měli být každý den pohybově aktivní alespoň 60 minut ve střední až vysoké intenzitě. Pohybové aktivity by měly alespoň 3 týdně zahrnovat cvičení zaměřená na posilování svalů, rozvoj flexibility, podpora zdraví kostí.

Pohyb může být pro děti zábavný, podporujte je v aktivitách, které je baví, například jízda na kole, procházky se psem, běhání, hry, pobyt na hřišti, fotbal, plavání, apod. Každodenní pohyb lze přirozeně zařadit i cestou do školy – chůze, jízda na kole nebo koloběžce.

Přínosy pohybové aktivity:

- Zlepšuje kvalitu spánku.
- Snižuje úroveň úzkosti a stresu.
- Podporuje rozvoj sociálních dovedností.
- Zlepšuje schopnost soustředění.
- Přispívá ke zdravému tělesnému vývoji.
- Posiluje sebevědomí a sebedůvěru.
- Podporuje rozvoj koordinace a pohybových dovedností.

Grafomotorika

- **Zkoušejte uvolňovat horní končetinu**, a to postupně od ramene, přes loket, zápěstí až k prstům (napodobování létání, dirigování, máchání kouzelnickou hůlkou, kroužky, motání klubíček, válení míčků, vhodný je také trénink špetky nápodobou solení moukou, pískem, apod.).
- Následně provádějte **uvolňovací grafomotorické prvky** – nechte dítě opakovaně obtahovat kruhy, postupně ovály, jednoduché dráhy či jednotažné obrázky, vhodné je začít na velkém formátu a postupně jej zmenšovat, pracovat na svislé i vodorovné ploše. Výhodné je využívat různé básničky, písničky, neboť rytmus podporuje plynulost pohybu.
- Při dostatečně uvolněné ruce **začněte trénovat základní grafomotorické prvky**, které jsou základem prvků písma. Je nutné začít s prvky, které dítě zvládá, a to vždy od většího formátu postupovat k menšímu. Jedná se o následující prvky: rovné čáry různými směry, kruhy, jednotlivé oblouky horní i dolní, spirály, vlnky, zuby, opakované oblouky, kličky horní i dolní.
- Doporučujeme **dbát na plynulé provedení**.

Početní představy

- **Můžete trénovat při běžných činnostech** a hraní doma i venku, používejte předměty denní potřeby (hračky, nádobí, kostky, víčka…).
- Zkoušejte **porovnávat určité množství předmětů zpočátku shodných**, postupně rozdílných, budujte pojmy vedoucí k porovnávání (velký/malý, méně/více/stejně, menší/větší, o jedno více/méně, apod.). Řaďte prvky dle velikosti (začněte od tří prvků), pojmenovávejte nejmenší/největší prvek.
- Můžete **třídit předměty dle jednoho, postupně až tří kritérií** (např. „Vyber červené kostky. Najdi malé žluté korálky“, aj.). Vytvářejte skupiny, které mají stejnou vlastnost (např. „Co potřebujeme na výlet?“), hledejte, který prvek do skupiny nepatří a proč.

- **Počítejte předměty** (začněte od množství, které dítě zvládá), hrajte hry s kostkami (např. „Postav komín z tolika částí, kolik teček padne na kostce.“), postupně zkoušejte také dopočítávat („Mám tři lžíce, potřebuji jich pět, kolik ještě donesu?“), optimálně v oboru do pěti.
- **Automatizujte pojmenování** základních geometrických tvarů (kruh, čtverec, trojúhelník, obdélník).

Orientace v čase a prostoru

- **Povídejte si o ročních obdobích a změnách v přírodě**, o zvycích s nimi spojenými; večer si povídejte o prožitém dni, co Vás čeká další den, o víkendu, apod., budujte tak pojmy včera – dnes – zítra.
- **Využívejte týdenní/měsíční kalendář** – zaznamenávejte pravidelné činnosti (kroužky) i významné události (návštěvy, dovolené).
- **Můžete pracovat také s obrázkovými příběhy** – řadit obrázky dle časové posloupnosti.
- **Podporujte dítě v samoobsluze včetně oblékání** (např. „Nejprve si oblékni mikinu, bundu, pak rukavice.“).
- **Posilujte orientaci na vlastním těle** – pojmy nahoře/dole, vpředu/vzadu, vpravo/vlevo.. (př. „Nahoře je hlava, dole nohy,…“). Pro budování těchto pojmů využijte také povídání nad obrázky („Co vidíš nahoře/dole/uprostřed?“), navigujte dítě při úklidu („Dej vařečky do spodní zásuvky.“) i při hledání předmětů doma i venku („Jdi dopředu, podívej se nahoru,..“), řaďte předměty do fronty („Na první/poslední místo dej…… Za/před …polož…“).

Hra jako přirozený nástroj rozvoje

Hra představuje pro dítě přirozený způsob učení. Prostřednictvím hry si dítě osvojuje nové dovednosti, rozvíjí myšlení, řeč, pozornost, sociální schopnosti a dále také schopnost zvládat pravidla a emoční reakce.

Společné hraní navíc posiluje vztah mezi dítětem a dospělým a vytváří prostor pro sdílenou radost i přirozený trénink důležitých školních dovedností. Vhodné jsou zejména společenské a deskové hry, které podporují:

- Pozornost a soustředění
- Paměť
- Logické myšlení
- Schopnost dodržovat pravidla
- Zvládání prohry

Například: Aktivity Junior, Carcassonne, Dobble, Ubongo, Monopoly junior, Cink, Cink junior, Uno, Batanimo, Želví závody, stejně jako klasické hry: Pexeso, Kvarteto, Domino, Člověče, nezlob se, hry s kostkami, Prší, Válka. Hry je možné půjčovat i v knihovně

5.3 Specificky zaměřené programy

K cílenému rozvoji dovedností nezbytných pro úspěšné zahájení povinné školní docházky lze využít specificky zaměřené programy např. **HYPO, Maxík, Trénink jazykových schopností podle D. B. Elkonina atd.** Školní úspěšnost může být u dětí nepřímo podporována **Neurovývojovou stimulací**.

Program HYPO

je speciálně pedagogicky zaměřený stimulační program pro předškolní děti, jehož cílem je posílit percepčně-motorické a kognitivní funkce včetně pozornosti a tím podporovat jejich připravenost na nároky základní školy. Program je rozpracován ve formě 10 lekcí**,** které obvykle probíhají jako týdenní bloky úkolů**.** V každé lekci dítě dostává 6–7 každodenních úkolů, které jsou navrženy tak, aby se postupně zvyšovala jejich náročnost, a tím bylo možné cíleně posilovat rozvoj sledovaných dovedností.

Maxík

je stimulační program zaměřený na rozvoj dovedností klíčových pro úspěšné učení a školní život**.** Aby byl program Maxík efektivní je nezbytný pravidelný domácí režim, kdy rodič s dítětem pracuje pět dní v týdnu 10 min, kdy veškeré materiály obdrží v rámci intervence. Důraz je kladen na uvědomělé sezení dítěte, jasné a srozumitelné zadávání pokynů dospělým, důslednost při kontrole plnění úkolů. Program pomáhá dětem:

- rozvinout motorické a grafomotorické dovednosti – stabilní postoj, správné sezení, úchop psacího náčiní a pohyb ruky potřebný pro psaní, kreslení a další školní činnosti;
- zlepšit percepční schopnosti – zrakové a sluchové vnímání, prostorová orientace a schopnost propojit různé smyslové vstupy (intermodalita);
- posílit koncentraci pozornosti – zaměření na úkol a udržení pozornosti po určitou dobu;
- rozvíjet komunikační dovednosti a myšlení – porozumění pokynům, tvoření vět, slovní vyjadřování a pojmové myšlení;
- zlepšit paměť, orientaci v čase a serialitu – schopnost pracovat s informacemi ve správném sledu a čase.

Trénink jazykových schopností podle D. B. Elkonina

je metodický program určený k systematickému posilování jazykových dovedností u dětí, zejména s důrazem na fonologické vědomí, tedy schopnost rozlišovat a pracovat se zvukovou strukturou slov (bez přímé výuky písmen). Klíčovým cílem je pomoci dětem pochopit, že slovo není jen význam, ale že je složené z jednotlivých hlásek, a učit je tyto zvuky rozpoznávat a manipulovat s nimi (např. segmentovat slovo na hlásky, najít určitou hlásku ve slově). Metodika tak připravuje děti na snazší a úspěšnější osvojování čtení a psaní, protože fonematické uvědomování bývá považováno za jeden z nejdůležitějších předpokladů pro pozdější čtenářské a psací dovednosti; jeho nedostatečná úroveň bývá často spojována s obtížemi ve čtení, jako je dyslexie. Program probíhá formou strukturovaných lekcí a aktivit, během kterých děti pracují se zvukovou stránkou mluveného jazyka často prostřednictvím hravých úkolů a pomůcek, a postupně se učí chápat zvukovou strukturu slov jako celek, než přecházejí k práci s písmeny.

Neurovývojová stimulace

představuje komplexní strukturovaný program psychomotorické terapie, jehož účelem je ovlivnit a snížit vliv primárních reflexů, které by měly spontánně odeznít, ale mohou přetrvávat a ovlivňovat další vývoj dítěte. Metoda využívá cílené, opakované pohybové cviky založené na vzorcích raného psychomotorického vývoje, které mají pomoci nervovému systému „druhou šanci“ naučit se lepší kontrolu pohybů a koordinace, jež někdy nebyla plně rozvinuta v raném dětství. Program je často doporučován především pro děti předškolního a raného školního věku, ale může být použit i u starších dětí či dospělých. Je navržen tak, aby podporoval **rozvoj** základních psychomotorických funkcí — jako je stabilita těla, pohybová koordinace, rovnováha, jemná a hrubá motorika, vnímání a schopnost soustředění — které jsou důležité pro efektivní učení a každodenní fungování. Podstatou metody je diagnostika přetrvávajících primárních reflexů a následná práce s nimi prostřednictvím jednoduchých denních cviků (obvykle několik minut denně po dobu mnoha týdnů či měsíců). Tento postup se často doplňuje spoluprací s odborníky a může zahrnovat i prvky senzorické integrace a další pohybové vzorce, s cílem optimalizovat celkový neurovývoj daného dítěte.

Pracovní listy a vhodná literatura pro rodiče i paní učitelky MŠ, které je možné zakoupit přímo v PPP Olomouc:

Bednářová J.: Kreslení před psaním
Jedním tahem
Zrakové vnímání– Optická diferenciace I
Sluchové vnímání
Předčíselné představy (vše vydavatelství PPP Brno)

Jucovičová, D., Žáčková, H.: Děti s odkladem školní docházky a jejich úspěšný start ve škole, D&H.

Dále doporučujeme:

Dětské časopisy: Sluníčko, Dráček, Předškolák, Puntík, Šikulka, Méďa Pusík

Literatura: Bednářová, J. ,Šmardová, V. : Školní zralost – Co by mělo umět dítě před vstupem do školy.
Kutálková,D.: Jak připravit dítě do 1.třídy
Budíková, J. a kol.: Je vaše dítě připraveno do první třídy?
Jucovičová, D., Žáčková, H.: Je naše dítě zralé pro vstup do školy?
Sindelarevá, B: Předcházíme poruchám učení

Pracovní listy:

Bednářová, J: Mezi námi předškoláky (pro děti od 4 do 6 let nebo pro děti od 5 do 7 let)
Mezi námi pastelkami – Graf. cvičení a nácvik psaní pro děti od 3 do 5 let, 1. díl
Co si tužky povídaly – Graf. cvičení a rozvoj kresby pro děti od 4 do 6 let, 2. díl
Na návštěvě u malíře - Graf. cvičení a rozvoj kresby pro děti od 5 do 7 let, 3. díl
Rozvoj zrakového vnímání - tři díly (pro děti 3 - 5, 4 - 6 a 5 do 7 let)
Počítání soba Boba – Cvičení pro rozvoj matematických schopností
Orientace v prostoru a čase

Vlková, I.: Od zápisu do lavice (Předmatematické představy, Sluchové vnímání a další)
Michalová, Z.: Shody a rozdíly
Vargová, T: Nejoblíbenější Hráškovy úkoly pro předškoláky
Šimonovy pracovní listy 2.-11 – pracovní listy zaměřené na různé oblasti (grafomotorika, uvolňovací cviky pro psaní, logopedie, zrak.vnímání, log.myšlení)

Webové stránky: www.predskolaci.cz, www.zabavneuceni.cz, www.uceni-v-pohode.cz/category/rozvijecky/, www.eschovka.cz

Příloha 1

Ukázka diagnostického záznamu
pro posuzování znalostí a dovedností dítěte předškolního věku.

1. *Pracovní charakteristiky:* *(navazování zrakového kontaktu, respektování autority, schopnost přijímat požadavky, pracovní tempo, pracovní negativismus, střídání rolí, schopnost spolupráce)*
2. *Komunikace:* ☐ vada výslovnosti: ☐ tempo řeči: ☐ latence: ☐ dysgramatismy: ☐ úroveň vyjadřování: ☐ slovní zásoba:
3. *Grafomotorika:* úchop tužky: SPRÁVNĚ - PATOLOGICKY LHK - PHK - NEVYHRANĚNÝ ☐ přítlak na podložku: ☐ plynulost vedení čáry: ☐ nápodoba vlastního podpisu ☐ nápodoba skupiny bodů: ☐ nápodoba geom. tvarů: ☐ kresba postavy: ☐ grafomotorické cviky:
4. *Zrakové vnímání a rozlišování:*
5. *Vizuomotorika:* *(skládání a řazení předmětů dle předlohy)*
6. *Sluchové vnímání:* ☐ vytleskání slova na slabiky: ☐ určení iniciální hlásky: ☐ určení finální hlásky slova: ☐ sluchová analýza: ☐ sluchová syntéza: ☐ sluchová diferenciace:

7. Matematická představa:: ☐ jmenování číselné řady: ☐ řazení dle velikosti: ☐ určování počtu prvků: ☐ vyskládání počtu: ☐ označování většího/menšího: ☐ přiřazování stejného množství k předloze:
8. Všeobecné znalosti: ☐ znalost základních údajů o sobe: ☐ barvy: ☐ geometrické tvary: ☐ časoprostorová orientace:
9. Další informace: