

## **Máte doma budúceho prváka?**

### **Premýšľate možno nad tým, čo všetko by ste mohli s Vaším dieťaťom rozvíjať ešte pred nástupom do školy, aby ste mu uľahčili učenie?**

V nasledujúcich riadkoch sa môžete inšpirovať rôznymi možnosťami, nápadmi, ako rozvíjať Vaše dieťa a súčasne ho zábavnou a hravou formou pripravovať na plnenie povinností v školskom prostredí.

Do pozornosti Vám dávam i podcast Výskumného ústavu detskej psychológie a patopsychológie na tému *Čo by mal vedieť budúci prvák – školská zrelosť a pripravenosť* [Čo by mal vedieť budúci prvák? » VÚDPaP \(vudpap.sk\)](http://vudpap.sk)

### **Ako rozvíjať jemnú motoriku dieťaťa a uľahčiť mu nácvik písania?**

Jemná motorika sa týka motoriky prstov a je potrebná pri rôznych činnostiach, napríklad aj v škole pri písaní, či kreslení. Vhodné aktivity na rozvoj jemnej motoriky sú napríklad:

- ❖ zapínanie zipsu, gombíkov na svetri, vetrovke
- ❖ viazanie šnúrok na topánkach, viazanie uzlíkov na vreckovke, odstrihnutom pásiku látky...
- ❖ manipulácia s drobnými predmetmi - preberanie ryže, šošovice, umiestňovanie fazuliek, cíceru do fľaštičky s tenším hrdlom...
- ❖ šúpanie mandarínok (ak dieťa potrebuje, môžete mu pomôcť načať šupku)
- ❖ miešanie polievky, cesta... vareškou
- ❖ utieranie príboru
- ❖ navliekanie korálok (alebo stačí len nastrihať slamku na drobné kúsky)
- ❖ trhanie papierikov (vytrhávajúce nakresleného obrazca z papiera, trhanie papiera na malé kúsočky, trhanie papiera na pásiky – môže byť aj novinový papier, letáky)
- ❖ strihanie nožnicami (ak viete, že máte doma ľaváka, kúpte mu nožnice pre ľavákov, bude sa mu s nimi strihať lepšie)
- ❖ skladanie oblečenia, utierok
- ❖ skladanie z papiera (napr. lodičku, lietadielko ...)
- ❖ lepenie
- ❖ práca s plastelínou (modelovanie, vtlačanie korálok, fazuliek do podkladu z plastelíny a vytváranie obrazcov)
- ❖ hra s pinzetou alebo klieštikmi na kockový cukor, (prenášanie drobných predmetov pinzetkou posilňuje motoriku prstov, ktoré držia ceruzku)
- ❖ zabaviť sa môžete aj odtláčaním tzv. zemiakových pečiatok ...
- ❖ ak chcete rozvíjať aj hybnosť zápästia, aby boli ťahy Vášho dieťaťa pri písaní plynulé, ved'te dieťa ku kresleniu veľkých tvarov - kruhov, oblúkov, špirál, vlnoviek (kl'dne na väčší formát papiera), dieťa môže pomôcť pri strúhaní farbičiek, namotávaní kľbka vlny alebo špagátu, mletí mlynčekom... Kl'by, dôležité pri písaní pomôžu precvičiť aj veľké krúživé pohyby rúk, ale aj hádzanie lopty horným oblúkom, driblovanie lopty, či skákanie na švihadle.

### **Aká by mala byť reč budúceho školáka?**

- ❖ reč dieťaťa by mala byť čistá, zrozumiteľná, výslovnosť hlások zvládnutá
- ❖ dieťa by malo mať primeranú slovnú zásobu
- ❖ má rozumieť inštrukciám
- ❖ dokáže pomenovať, čo je na obrázku
- ❖ vyjadruje sa vo vetách a súvetiach
- ❖ reč je gramaticky správna
- ❖ dokáže prerozprávať príbeh, rozprávkou
- Ak niečo z uvedeného Vaše dieťa nedokáže, alebo zvládne len s ťažkosťami a pomocou, je v poriadku obrátiť sa na pomoc logopéda

### **Ako rozvíjať reč dieťaťa?**

- ❖ V prípade, že má dieťa ťažkosti s vyslovovaním niektorých hlások (najčastejšie *c, č, s, š, l, r*), zabezpečte, aby ešte pred nástupom do školy navštívilo logopéda
- ❖ Môžete skúsiť s Vaším dieťaťom vypracovávať logopedické maľovanky. Zakúpiť ich je možné napríklad na: [Logopedické maľovanky | Albatrosmedia.sk](http://albatrosmedia.sk) (Pri pracovaní s logopedickým materiálom dajte pozor, aby maľovanky boli písané v slovenskom jazyku).
- ❖ Vhodné sú aj logopedické riekanky: [Logopedické riekanky na rozvoj reči | eduworld.sk](http://eduworld.sk)
- ❖ Nezabudnime na spoločné čítanie, pri ktorom rozvíjate nielen slovnú zásobu a vyjadrovacie schopnosti dieťaťa, ale aj sluchovú pozornosť a budujete tiež pozitívny vzťah k čítaniu. Alternatívou sú aj nahrávky rozprávok na počúvanie (napríklad pri ceste autom). Vhodné je porozprávať sa o prečítanom, počutom príbehu, vybrať podstatné, klásť otázky.

## Vidíte, že dieťa drží nesprávne ceruzku?

- ❖ Môžete skúsiť zábavné aktivity na nácvik správneho úchopu:
  - ✓ Aktivita 1: Úchop tromi prstami využívaný pri písaní je rovnaký ako úchop lyžice. Pripravte si dve misky, čajovú lyžičku a šošovicu, či iný drobný materiál. Úlohou dieťa je presypať pomocou lyžice obsah z jednej misky do druhej. Okrem toho, že prirodzene **vykonáva pohyb vychádzajúci z pohybu dlane a prstov** (dolný oblúk), nepriamo sa pripravuje na písanie (správny úchop písadla, pravo-ľavá orientácia, uvoľnenie drobných svalov rúk) i na matematiku (logická postupnosť činnosti).
  - ✓ Aktivita 2: Zrejme doma nájdete mozaikové stavebnice, či korálky – oboje je skvelé na posilňovanie drobných svalov ruky. Úlohou dieťaťa je napr. poskladať obrázok mozaiky len s pomocou pinzety, bez využitia prstov.
  - ✓ Aktivita 3: Dieťa otvorí ruku dlaňou hore. **Vložíme mu na dlaň fazuľku** a vyzveme ho, aby ju zachytilo malíčkom a prstenníkom. Ostatné prsty sú pri tom vystreté (akoby dieťa ukazovalo počet tri). U väčších detí (4 – 6) môžete **vytvárať obraz zo strukovín** → na výkres dieťa ukladá 3 prstami strukoviny tak, aby z toho vznikol obrazec (dopredu vytlačíme obrázky napríklad domčeka, slniečka, srdiečka a pod.), pričom prstenníkom a malíčkom dieťa celú dobu drží fazuľku. Týmto spôsobom trénuje držanie ceruzky (správny úchop) a posilňuje drobné svaly prstov a zápästia. Dôležité je diferencovať pravákov a ľavákov (u nevyhranenej lateralítity je možnosť vytvárania napr. 2 menších obrazcov, každý s inou rukou). Podmienkou je, aby dieťa vyberalo strukoviny, ktoré chce na obraz použiť len tromi prstami, pričom jednu fazuľku stále drží pod prstenníkom a malíčkom.
- ❖ Využiť sa dajú aj násadky na ceruzky – zakúpiť ich môžete napríklad tu: [Archivy Firesara - násadky na písacie potreby - eshop.rozvojdietata.sk](http://Archivy.Firesara-nasadky.na.pisacie.potreby-eshop.rozvojdietata.sk). Odporúčené násadky vyberajte podľa nasledujúceho návodu: [Ako fungujú naše násadky - eshop.rozvojdietata.sk](http://Ako.funguju.nase.nasadky-eshop.rozvojdietata.sk)
- ❖ Čiary, vlnovky učíme deti písať vždy v smere zľava doprava (a nie opačne!)
- ❖ Neupravujte Vaším deťom prsty na ceruzke, radšej im ukážte ako držíte ceruzku Vy.
- ❖ Je dôležité, aby si Vaše dieťa osvojilo správny úchop písacieho materiálu ešte pred nástupom do školy.

## Podpisuje sa Vaše dieťa zrkadlovo?

- ❖ Ukážte dieťaťu, ako sa má podpísať správne. Dieťa si časom osvojí správny podpis.
- ❖ Zrkadlovo sa niekedy podpisujú deti, ktoré sú ľavákmi, nemusí to však platiť vždy.
- ❖ Rozlišovanie zrkadlovo obrátených tvarov môžete s dieťaťom rozvíjať prostredníctvom rôznych úloh pre predškôľakov – hľadanie rovnakého/odlišného obrazca, porovnávanie obrázkov, hľadanie rozdielov.
- ❖ Pri vypracovávaní pracovných listov je vhodné viesť dieťa pracovať zľava doprava - príprava na pohyb očí pri písaní a čítaní (čítať, písať začíname po riadkoch smerom zhora dole, zľava doprava...).

## Nie ste si istí, či je Vaše dieťa pravákom alebo ľavákom?

- ❖ Ak je Vaše dieťa predškôľakom a od septembra si má začať plniť školské povinnosti, je dôležité vedieť, či je pravákom alebo ľavákom.
- ❖ Ako to zistíte? Môžete si všimnúť, že Vaše dieťa častejšie používa pravú alebo ľavú ruku – v hre, pri jedení lyžicou, pri kreslení... Niekedy to však nemusí byť až také jasné, dieťa môže ruky pri rôznych činnostiach striedať.
- ❖ Ak si nie ste istí, či je Vaše dieťa pravákom alebo ľavákom (zdá sa, že dieťa je „nevyhranené“), obráťte sa na Centrum psychologicko-pedagogického poradenstva a prevencie (v Piešťanoch na adrese: E. F. Sherera 40, [CPPPaP Piešťany \(webnode.sk\)](http://CPPPaP.Piestany.webnode.sk) )

**Máte radi hry, ktoré si môžete zahrať doma alebo aj počas vychádzky, či cesty autom/vlakom? Aj v bežnom živote môžete rozvíjať schopnosti a zručnosti, ktoré dieťa využije pri nástupe do školy:**

- Hra *meno-mesto-zviera-vec* → pomáha dieťaťu naučiť sa rozlišovať, ktorá hláska je na začiatku slova (**v**-iktor, **V**-rbové, **v**-lk, **v**-aňa)
- Obdobne sa môžete s dieťaťom zahrať hru: *Ktoré písmeno je na začiatku slova...* (alebo *čo počuješ ako prvé, keď poviem...?*) Ak to zvládne, môžete skúsiť rozlišovanie poslednej hlásky v slove. Cvičením rozvíjate tzv. fonematické uvedomovanie – schopnosť rozlišovať hlásky v slove, čo bude dôležité pre rozvoj písania.
- *Vytlieskavanie slov na slabiky* (Jur-ko; ja-bl-ko; ma-mič-ka)
- *Hádanky*, hra *Hádaj, na čo myslím?* (napr. *je to červené, rastie to na strome*)... Povzbudíte dieťa v tom, aby kladlo otázky. Podporujete tým logické myslenie, uvažovanie.
- *Pexeso* – touto hrou sa u dieťaťa rozvíja vizuálna pamäť (tú dieťa bude potrebovať napríklad i na to, aby si zapamätalo ako vyzerajú písmená na papieri )
- Hra *Dobble* – takýto typ hry pomáha dieťaťu rozvíjať vizuálnu pozornosť a rýchlo vyhľadávať, porovnávať objekty. Dobble si môžete zakúpiť alebo si obrázky stiahnuť, vytlačiť a vystrihnúť napríklad i tu: [English ESL worksheets, activities for distance learning and physical classrooms \(x92300\) \(islcollective.com\)](https://www.islcollective.com/x92300)
- *Puzzle* – dieťa sa učí orientovať na ploche, vyhľadávať správne kúsky, spájať ich, otáčať si ich tak, aby pasovali a skladaním vytvára celok.
- *Nájdí 10 rozdielov* – túto hru majú deti veľmi radi, podporuje vyhľadávania rozdielov, pravoflavú orientáciu, orientáciu hore-dole, rozlišovanie zrkadlovo odlišených objektov. Pracovné listy si môžete vyhľadať na internete, napríklad: [Fifik.sk - Zábava/Nájdí 10 rozdielov - časopis pre školákov \(fifik.sk\)](http://fifik.sk)
- *Labyrinty, bludiská* – okrem toho, že dieťa hľadá cestu von z bludiska, trénuje aj svoju jemnú motoriku a grafomotoriku tým, že prechádza po bludisku ceruzkou (napr. [Labyrinty a bludišťa k vytisknutiu - č. 1 - 25 \(omalovanky-zde.cz\)](http://omalovanky-zde.cz) )
- *Detské sudoku* – deti si môžu štvorčeky vystrihnúť a nalepiť ich na chýbajúce miesta. Spočiatku je potrebné im pomôcť a vysvetliť im princíp sudoku [detské sudoku obrázky - Bing images](https://www.bing.com/images)
- Pracovné listy k trénovaniu rozlišovania figúry a pozadia – dieťa vyhľadáva všetky štvorce, všetky kruhy a podobne [figúra a pozadie - Bing images](https://www.bing.com/images); obťahuje len konkrétny objekt [figúra a pozadie - Bing images](https://www.bing.com/images)
- Veľmi vhodná je pre deti hra *s legom, skladačkami* – rozvíja priestorové vnímanie, kreativitu, základy matematických schopností (tie pomáha rozvíjať aj hra *Domino, kolky*)
- *Človeče nehnevaj sa* – pomáha rozvíjať základné matematické schopnosti. Dieťa sa okrem toho podobne ako pri iných spoločenských hrách učí aj **trpezlivosti, výdrži, pravidlám i tomu, že nie vždy sa každému darí** (- teda odolnosti k istej záťaži).
- Počas prechádzok a pohybu vonku nezabúdajte ani na rozvoj hrubej motoriky a koordinácie. Preliezanie, hojkanie, kolotoče, rôzne druhy poskokov (na jednej nohe, cez gumu, na švihadle...), pochodovanie, hry s loptou či rôzne zostavy cvikov alebo tanečných krokov. Pohyb má mozog rád.

Ak Vás zaujímajú ďalšie tipy ako rozvíjať schopnosti Vášho predškoláka, do pozornosti Vám dávam aj stránku [WELCOME IDEA \(welcome-idea.eu\)](http://welcome-idea.eu), na ktorej je možné rozvíjať Vaše dieťa v 6 oblastiach (sociálna, komunikačná, motorická, kognitívna, emocionálna a zmyslová oblasť) a v rôznych aktivitách (online alebo je možné si aktivity vytlačiť). Bližšie informácie k uvedenej metodike si môžete prečítať tu: [Welcome-Pomoc-v-mimoriadne-j-situacii.pdf \(vudpap.sk\)](http://vudpap.sk)

**Prajeme Vám i Vaším deťom, aby Vám spoločné aktivity prinášali veľa radosti a zábavy. ☺**