

Praktický průvodce pro rodiče předškoláků

Milí rodiče,

vstup do první třídy je pro vaše dítě velkým krokem. Aby bylo úspěšné a cítilo se jistě, je dobré rozvíjet klíčové dovednosti ještě před nástupem do školy. Připravili jsme pro vás přehled oblastí, na které se zaměřit, a tipy, jak je procvičovat hravou formou.

1. Jemná motorika a grafomotorika

✓ **Proč?** Dobře rozvinutá jemná motorika pomáhá s držením tužky, psaním, kreslením a manipulací s drobnými předměty.

- Pro psaní ve škole je důležitá vyhraněnost laterality – zda dítě upřednostňuje pravou či levou ruku, nohu, oko, ucho. Doporučuji si všimnout, kterou ruku (nohu, oko, ucho) preferuje při činnostech, hře.
- Vhodné je vést dítě při psaní, kreslení, sledování obrázků apod. vždy zleva doprava. Zaměřte se také na správný úchop psacího náčiní (např. při čmáraní, kreslení, vybarvování atd.). Jde o špetkovité držení (třemi prsty).

Jak procvičovat?

- Navlékejte korálky, modelujte z plastelíny, skládejte stavebnice.
- Stříhejte a lepte různé tvary z papíru.
- Kreslete kroužky, vlnovky a jednoduché tvary.
- Trénujte správný úchop tužky pomocí trojhranných pastelek.
- Stříhejte (proužky po čáře, vystřihování), skládejte z papíru (čepice, lodička, harmonika)

Další činnosti:

- zapínání knoflíků, zipů
- hnětení těsta, vykrajování, zdobení
- zámek – zamykání, odemykání
- motání klubíček, vytváření bambulí, figurek
- šroubování – uzávěry lahviček, dětské nářadí
- ťukání prsty na podložku, postupně, doteky jednotlivých prstů palce...

2. Hrubá motorika a koordinace pohybů

✓ **Proč?** Pohybová zdatnost pomáhá s koncentrací, koordinací pohybů a celkovou obratností.

Jak procvičovat?

- Skákejte panáka, házejte a chytejte míč, skákejte přes švihadlo.
- Chodte po rovné čáře nebo přes překážky.
- Hrajte hry, které vyžadují běhání a rychlou reakci.
- Jezděte na koloběžce, bruslích nebo kole.

3. Řečové dovednosti a slovní zásoba

✓ **Proč?** Správná výslovnost a bohatá slovní zásoba pomáhají s porozuměním zadání a vyjadřováním myšlenek.

Jak procvičovat?

- Čtete si společně pohádky a povídejte si o příběhu.
- Hrajte slovní hry (např. „Co začíná na...?“, „Hádej, co myslím“).
- Popisujte předměty a situace – „Jak vypadá jablko? Jak chutná?“
- Trénujte říkanky, básničky a jazykolamy.
- Procvičujte motoriku mluvidel (jazyk, rty).

- Zařaďte dechová cvičení.

4. Pozornost a paměť

✓ **Proč?** Dítě se musí umět soustředit na úkoly, pamatovat si pokyny a sledovat výuku.

🧠 Jak procvičovat?

- Hrajte pexeso, Kimovu hru („Co zmizelo?“), skládání puzzle.
- Opakujte dětské říkanky a pohádky z paměti.
- Dělejte krátké úkoly na pozornost, např. „Najdi pět rozdílů“.

5. Základní matematické dovednosti

✓ **Proč?** Počítání, porovnávání a orientace v prostoru usnadní matematiku ve škole.

- Rozvoj matematického myšlení u předškoláků se netýká pouze práce s čísly či geometrickými obrazy.
- Jeho součástí je i chápání prostorových vztahů, množství, tvarů a velikostí.

🧮 Jak procvičovat?

- Seřazujte předměty podle velikosti, barvy nebo tvaru.
- Třídte předměty do skupin (hračky, barva, tvar,...).
- Používejte pojmy jako nad, pod, před, hned před, za, hned za, více, méně, první, poslední.
- Hrajte hry s kostkami – Zkuste postřehnout na hrací kostce sestavu 1-6, ne přepočítáváním, ale seskupením teček.
- Počítejte předměty kolem sebe („Kolik je na stole jablek?“), naprosto stačí vyjmenování řady do 5 nebo 6. Zařazujte dětem do života, např. počítání věcí, předměty kolem sebe. Dávejte jednoduché úkoly typu: spočítej, kolik nás tu je, kolik máš prstů na ruce, kolik tam stojí lidí, kolik máš autíček, přines 3 kostky...
- Až když si dítě utvoří představu čísla a počtu věcí, tak přecházíme k matematickým operacím. Je dobré znát pojmy na sčítání: dám ti, dostaneš, koupíš, najdeš, auto přiveze ... a na odčítání auto odvezlo, ztratil, snědl, rozbil, dal něco ...
- Předškolák by měl pojmenovat kruh, čtverec, obdélník, trojúhelník.

6. Samostatnost a sebeobsluha

✓ **Proč?** Dítě by mělo zvládat základní sebeobsluhu, aby bylo ve škole sebevědomé a samostatné.

👤 Jak procvičovat?

- Oblékání a zavazování bot, zapínání zipů a knoflíků.
- Uklízení hraček, stolování, používání kapesníku.
- Dodržování denního režimu (vstávání, příprava na školu).

7. Sociální dovednosti a emoční zralost

✓ **Proč?** Dítě se musí umět zapojit do kolektivu, dodržovat pravidla a vyjadřovat své pocity.

🤝 Jak procvičovat?

- Hrajte si s jinými dětmi, učte je spolupracovat a střídat se.
- Povzbuzujte dítě k vyjadřování pocitů a řešení konfliktů slovy.
- Cvičte trpělivost a čekání na řadu v různých situacích.

8. Sluchové vnímání

✓ **Proč?** Dobře rozvinuté sluchové vnímání pomáhá dítěti v rozpoznávání a porozumění zvuků, písmen, slov a skládání vět. Podporuje také rozvoj řeči, čtení i psaní. Děti, které mají dobře rozvinuté sluchové vnímání, mají větší šanci uspět v prvních ročnících školy a v budoucím vzdělávání.

👂 Jak procvičovat?

- Poslech pohádek a příběhů: Přehrávejte dětem audiopohádky nebo si je čtete nahlas. Po poslechu si s dítětem povídejte o tom, co si zapamatovalo.
- Rozpoznávání zvuků: Hrajte si na „zvukové hádanky“. Používejte zvuky různých zvířat, dopravy nebo přírody a nechte dítě hádat, co to je.
- Rytmus a melodie: Zpívejte společně písničky a tleskejte, dupejte do rytmu.
- Sluchové paměťové hry: Hrajte hry, ve kterých dítě poslouchá sérii zvuků nebo slov a poté je musí zopakovat ve správném pořadí.

Akustická pozornost:

- Dospělý říká slova, na předem domluvené slovo (později slabiku, hlásku) dítě např. tleskne, vyskočí...
- Vyhledávání slova ve čteném příběhu, dítě na domluvené slovo reaguje.
- Vymyšlení slov na určitou slabiku, později hlásku.
- Reakce na pravdivé výroky – dospělý říká např. kočka mňouká, pes mečí, žába štěká...dítě reaguje pouze na pravdivý výrok.
- Ve vyprávění pohádky děláme záměrně chyby, měníme obsah (např. modrá Karkulka šla přes louku, nesla v košíku prádlo...dítě by chybu mělo opravit)

Sluchová paměť:

- Učení se básniček, písniček.
- Slovní řady – hry typu: Šla babička do města, koupila tam hrušku, dítě zopakuje a přidá další slovo.

Sluchové rozlišování:

- Dospělý říká dvě stejná slova, občas změní jednu hlásku. Dítě má poznat, kdy jsou obě slova stejná a kdy jiná – např. puk x puk, buk x puk, koš x kos.
- Obdobně měníme délky samohlásek (rada x ráda, Míla x milá, dráha x drahá).

Sluchová analýza a syntéza:

- Vyhledávání a tvoření rýmů, můžeme přiřazovat dvojice obrázků, jejichž názvy se rýmují.
- Rozkládání slov na slabiky a určení jejich počtu– pomocí vytleskávání, razítkování atd.
- Hra na mimozemšťany – slova slabikujeme (po-le-no), pokud zvládá hláskujeme (l-e-s)
- Rozeznávání slabik na začátku slova – předkládáme obrázky a ptáme se, co začíná např. na me...medvěd, na ko...kočka...
- Hledání, které slovo je delší (had x hadice, myš x myška...) podle slabik, podle hlásek
- Slovní kopaná – dítě určí poslední slabiku (hlásku) ve slově, vytvoří nové slovo, které na tuto slabiku začíná

9. Zrakové vnímání

✓ **Proč?** Silné zrakové vnímání usnadňuje dítěti správné rozeznávání písmen, čísel, tvarů a orientaci v prostoru, což je klíčové pro psaní, čtení a matematiku.

👁️ Jak procvičovat?

- Kreslení a malování: Učte dítě správně držet tužku a postupně kreslit různé tvary, linie, geometrické obrazce a postavy.

- Stavění z bloků nebo puzzle: Dítě může skládat různé tvary a obrázky, což podporuje rozpoznávání a paměť zrakových informací.
- Hračky pro zrakové vnímání: Používejte obrázkové knížky, kartičky s písmeny nebo čísly, abyste dítě naučili přiřazovat obrázky k názvům.
- Sledování pohybujících se předmětů: Hrajte hry s míčem nebo jinými předměty, které se pohybují a dítě musí sledovat jejich pohyb očima.
- Základní barvy a jejich odstíny – od pasivního – ukaž, co je červené ...
přes přirovnání – žlutá jako sluníčko
až po jmenování barvy: jakou má sluníčko barvu ...
- Hledání a třídění předmětů podle barvy, tvaru velikosti (např. knoflíky, kostky, korálky), napřed podle jednoho kritéria, poté přidáváme další.

Figura a pozadí:

- Vyhledávání obrázků podle vzoru. Hledané může být také v jiné velikosti a poloze.
- Vyhledávání částečně ukrytých objektů na obrázcích, využívání pracovních listů.
- Vybarvování mozaiky podle daných značek (př. puntík červeně, hvězdička zeleně...), po splnění úkolu vystoupí ze změní čar obrázek.

Zrakové rozlišování:

- Co se změnilo (v místnosti, oblečení...), co zmizelo se stolu (zpočátku malý počet předmětů)
- Vyhledávání dvojic stejných obrázků, shod a rozdílů ve dvojicích obrázků.
- Hledání cesty bludištěm.
- Pracovní listy s vyhledáváním jednoho tvaru lišícího se detailem, polohou.
- Vyhledávání dvojic stejných obrázků – pexeso, vyhledávání shod a rozdílů.

Zraková analýza a syntéza:

- skládky z několika částí
- Skládání rozstříhaných obrázků.
- Dokreslování obrázků.
- Překreslování určitého obrazce zakresleného v síti.


Zraková paměť:

- Rozvíjíme, když si povídáme, co dítě vidělo např. na výletě, v zoo, na obrázku.
- Kimovy hry – záměrně si zapamatovávat viděné předměty, jejich počet zvyšujeme.
- Opakování určitých vzorů při řazení – např. navlékání korálků, kuliček, koření.
- Co na obrázku přibylo? – postupně malujeme obrázek a dítě musí najít, co jsme přimalovali, když se nedívalo.
- Do řady sestavíme několik předmětů (od 3, maximálně do 8), dítě si má zapamatovat jejich umístění, poté předměty přehodíme a dítě je má sestavit ve stejném pořadí jako předtím.

Závěr

Příprava na školu nemusí být složitá – stačí, když dětem nabídnete dostatek podnětů v běžném denním životě. Nejlepší učení probíhá hravou a přirozenou formou. Pokud budete s dítětem procvičovat postupně a nenásilně, první třídu zvládne s radostí a bez zbytečného stresu.

Přejeme vám i vašemu předškolákovi úspěšný start do školního života!

 **Váš tým pro podporu předškolního vzdělávání**