

Máme doma předškoláka

Orientační přehled pro rodiče předškoláků

Rodiče se velmi často zajímají, jak oni sami mohou podpořit správný vývoj jejich dítěte, aby nástup do školy proběhl hladce a jejich předškoláček byl připravený na tento významný krok. Každé dítě se vyvíjí individuálním tempem, tak jako každé jablko na stromě dozrává v tu pravou chvíli a nedozrávají všechny společně. V přírodě nás rozdílné tempo zrání nepřekvapí. Zkusme přijímat tyto jemné odlišnosti i u dětí. Všimějme si a pomáhejme dítěti na jeho cestě k optimální školní zralosti.

Zde máte přehled jednotlivých oblastí, které můžete jako rodiče ovlivnit.

1. Fyzická zralost - je ovlivněná dodržováním vhodné životosprávy (vyvážená strava - nadměrná konzumace cukru bývá dávána do souvislosti s hyperaktivitou a poruchami pozornosti, pohyb na čerstvém vzduchu, vytváření a dodržování základních zdravotních návyků)

Dítě by mělo umět:

- pozorovat a napodobovat sportovní aktivity
- být pohybově aktivní delší dobu
- pohybovat se v různém prostředí - ve městě, v lese, ve vodě, ve sněhu, písku..zdolávat překážky, zvládat různé druhy lezení, skákání, běhání, leze po žebříku, seskakovat z přiměřené výšky, při chůzi ze schodů a do schodů střídát nohy
- být obratné - stát na 1 noze, skákat.
- jezdit na tříkolce, koloběžce, kole, lyžích, bruslích. Házet si a chytat míč, trefit cíl, kopat do míče, trefit se do brány
- zvládat osobní hygienu - umýt si a osušit ruce, používat kapesník a vysmrkat se používat toaletní papír, splachovací zařízení
- samostatně se najíst, používat příbor, stolovat čistě, pít brčkem
- prostřít stůl
- postarat se o svoje hračky a udržovat si pořádek
- zapojovat se do běžných domácích prací, pomáhat při vaření a pečení, při práci na zahradě nebo dílně
- sebeobsluhu - obléknout se, svléknout se, zapnout a rozepnout zip, knoflíky, about si boty, zavázat si tkaničky, obléct si čepici a rukavice
- poskládat si svlečené oblečení na jedno místo, popř. je uložit do skříně nebo do koše na špinavé prádlo

Je dobré vědět, že se v předškolním věku zdokonaluje pohybová koordinace a ta se může zdokonalovat jen pohybem samotným. Dospělým se může přemíra pohybové aktivity a zdánlivě netrpělivé poskakování jevit jako obtěžující, ale z vývojového hlediska je to zdravá podmínka k vývoji dlouhých kostí a jejich chrupavčitého zakončení a k vnímání svého těla a prostoru kolem.

2. Psychická zralost - cílené rozvíjení všech základních psychických funkcí nezbytných pro školní výuku (pozornost, vnímání, paměť, myšlení, předmatematické dovednosti, řeč a dorozumívání, grafomotorické schopnosti)

Pozornost:

- umí ovlivnit pozornost vůlí
- je schopné se věnovat soustředěně i činnostem, které pro ně nejsou aktuálně moc zajímavé a které mu byly zadány
- umí postupovat podle pokynů i samostatně se soustředit
- udrží soustředěnou pozornost po určitou dobu (cca 10-15 minut)
- dokáže sledovat divadelní, filmové, hudební představení
- poslouchá vyprávění nebo čtení pohádky bez přerušování a dokáže vyprávět obsah
- vydrží si hrát s jednou hračkou, pracovat na jednom úkolu, nakreslit celý obrázek, dokončit započatou činnost

Vnímání:

- umí najít rozdíly na dvou obrázcích, doplňovat detaily u předmětů
- všímá si změn - co je nového nebo co chybí na obrázku i ve skutečnosti
- rozlišuje podstatné znaky předmětů - barvy, tvary, figuru a pozadí
- skládá obrázky z několika tvarů
- rozlišuje zvuky - hudební a rytmické nástroje
- umí poznat první hlásku ve slově, rozložit slovo na slabiky, vytleskat slabiky, skládat slova ze slabik

Paměť:

- zná různá říkadla, básničky, písničky
- dokáže převyprávět, co prožilo, vidělo, slyšelo
- využívá záměrného zapamatování si nových věcí, příběhů, situací a po přiměřené době si je umí vybavit a reprodukovat
- pamatuje si, jak se jmenují rodiče, kde bydlí - zná adresu, název města a umí jednoduchým způsobem popsat cestu
- ví, kam chodí do školky, kde je hřiště, obchody

Myšlení:

- umí řešit jednoduché problémy a situace, přemýšlí si "nahlas"
- zvládá hádanky, kvízy, rébusy, labyrinty
- rozumí časoprostorovým pojmům - nad, pod, dole, nahoře, dnes, včera, zítra, dříve, později..
- Má základní povědomí o dnech v týdnu, měsících v roce, ročních obdobích
- rozlišuje pojmy označující velikost, hmotnost, délku - malý, velký, největší, nejmenší, krátký, dlouhý, těžký, lehký..
- umí rozlišovat a porovnávat vlastnosti předmětů a nacházet společné a rozdílné znaky
- dokáže třídit a seskupovat předměty podle určitého kritéria - např. kostičky podle tvaru, velikosti, barvy

Předmatermatické dovednosti:

- chápe, že číslovka vyjadřuje počet
- vyjmenuje číslice, jak jdou za sebou (vnímá číselnou řadu)
- dokáže určit počet (v rozsahu do 6)
- rozlišuje a napodobuje tvary číslic
- ukazuje na prstech a předmětech určitý počet
- učí se posoudit početnost dvou souborů - určí, co je více a co méně
- učí se napodobit a rozlišit základní geometrické obrazce

Řeč a dorozumívání:

- mluví ve větách a většinou gramaticky správně (používá správně rod, číslo, čas, tvary slov, předložky, slovosled)
- umí vyslovovat správně všechny hlásky
- mluví přirozeně a srozumitelně s dětmi i dospělými, umí vést rozhovor a domlouvat se
- umí zformulovat otázku, vyprávět příběh, popsat situaci, kterou prožilo..
- rozumí většině slov, které se používají v jeho sociálním prostředí a pokud nerozumí, zeptá se
- má zájem a chuť mluvit

Grafomotorické schopnosti:

- upřednostňuje používání pravé nebo levé ruky - mělo by být zřejmé, jestli je dítě pravák nebo levák
- rozlišuje pravou a levou stranu
- zvládání výtvarných a pracovních činností
- správný úchop tužky - třemi prsty s uvolněným zápěstím (procvičujeme uvolnění kloubů celé paže - rameno, loket, zápěstí)
- při procvičování postupujeme od jednodušších tvarů ke složitějším - začínáme s kroužky, vlnovkami, spirálami
- vede stopu tužky a pastelky a pohyb má pod kontrolou - obkresluje, vybarvuje, vede plynulé tahy
- umí napodobit tvary písmen, číslic, geometrické obrazce a zkouší se podepsat
- zachází zručně s předměty denní potřeby, pomůckami a nástroji - modeluje z různých materiálů, kreslí, maluje, stříhá, navléká korálky, staví si stavebnice, skládá papír
- zvládání činností s drobnými předměty - malé kostičky, korálky..