

Podpora rodičů při přípravě předškoláka na školu

Zápisy jsou za dveřmi, byť budou letos bez přítomnosti dětí (zatím dle rozhodnutí MŠMT), tak si ukažme, jak lze dobu, kdy „nuceně“ zůstáváme s dětmi doma, efektivně využít.

Když si vezmeme skupinu předškoláků, bývají za běžného režimu ze všech věkových dětských skupin doma vlastně nejméně. Protože se o sebe nemohou bezpečně sami postarat, zůstávají v mateřských školách od brzkých hodin do večera. Takový je prostě fakt. Nyní zůstávají se svými rodiči doma. Ve školce je pro předškoláky připravovaný cílený program, aby dítě bylo přiměřeně připraveno k nástupu do školy, řada rodičů ale nemusí být představa, co vše je vhodné s dítětem dělat, nebo mají předškoláka, u kterého uvažují, že by byl vhodný odklad školní docházky. Na řadě příkladů si ukážeme, jaké přirozené aktivity, do nichž dítě zapojíme, napomůže rozvoji obdobných dovedností, jako se o to snaží odborně v mateřských školách.

Motorika – řada dětí nemá dostatečně rozvinutou hrubou a jemnou motoriku. To znamená, že dítě nemá dostatečně uvolněný pohyb v oblasti velkých (hrubá motorika) nebo malých kloubů (jemná motorika – prsty). Ideálním procvičováním, ať už preventivním nebo cíleně zaměřeným na zlepšení stavu, mohou být **různé domácí práce**, s nimiž dítě může pomáhat. Aniž nám to přijde, budeme rozvíjet několik dovedností najednou. Např. při **věšení prádla** - dítě podává kousky prádla, kolíčky, přitom může říkat, jakou barvu má kolíček - rozvíjíme hrubou motoriku (pohyb paže), jemnou motoriku (úchop kusu prádla, kolíčku), barvičky (rozumové schopnosti, řeč), třídění (pokud bude **kolíčky** párovat podle barvy nebo tvaru), přitom působíme i na sociální interakci, zlepšujeme pocit odpovědnosti, sounáležitosti, samostatnosti. Podobně může dítě pomáhat při vaření – **najít suroviny** (trénování orientace v prostoru – vpravo nahoře apod.), pohyb, provádění řady činností, které jsou bezpečné (míchání těsta, válení rohlíčků, pečení sušenek...).

Z her jsou vhodné např. **mikádo, hry s figurkami, stavebnice s menšími částmi**.

Dobrý pomocník v rozvoji motoriky je **pomoc na zahradě, sázení semínek, přesazování větších sazeniček, dále pomoc tatínkům v dílnách** (šroubování, natírání štětečkem). Ve všech těchto činnostech se samozřejmě musíme připravit na „nižší“ kvalitu, než na jakou jsme zvyklí, možná delší čas, kterou nám aktivita zabere, ale v konečném součtu zjistíte, že času máte více a děti práce baví, protože nemají pocit, že se stále „učí“.

Cíleně můžeme motoriku pak rozvíjet konkrétním **cvičením, zacvičíme si společně, kreslením nebo vybarvováním** (obrázky pro babičky, dědečky, okolí, paní učitelku, kamarády), stříháním (výroba **origami** na nadcházející Velikonoce – opět výzdoba pro široké okolí), **výroba papírového loutkového divadla** (stříhání, barvení, lepení na špejli, vybarvování kulis apod.) s vytvářením příběhu (rozvoj fantazie, slovní zásoby, výslovnosti), **modelování** (z tvarovacích hmot, slaného, vizovického těsta), **malování**

na sklo, práce s látkami, tvůrčí práce s recyklovatelnými materiály, s petlahvemi...

Vhodné je rovněž zařazovat **uvolňovací cviky** – krouživé pohyby od velkých kloubů postupně k malým – zápěstí – např. zde: <http://www.jak-spravne-psat.cz/video-uvolnovaci-cviky/> (první minuta videa), předesílám, že ne všechna videa jsou ideální (hledala jsem dobrou půlhodinu☺).

Velmi důležité je dbát na to, aby při kreslení dítě drželo dobře tužku. Pokud si nejsme jisti, jak to správně má být, tak se tím netrapme, oni odborníci, až to půjde, poradí, motivujme i tak dítě ke kreslení. Kdo chce být iniciativnější, může si z modelíny (nebo ze slaného, vizovického těsta), vyrobit pomocnou násadku na tužku, nejjednodušší je tvar trojbokého hranolu, do kterého, dokud je těsto měkké vsuneme tužku, aby v něm vznikl dostatečný prostor. Náročnější, ale „lepší“ jsou tvarované násadky, to bych ale doporučila jen těm rodičům, kteří jsou si jisti, že mají sami správný úchop tužky... na tužku navlékneme „kuličku“ nějaké tvarovací hmoty, stiskneme ji vhodným úchopem a necháme zatvrdnout. Dítě pak poskládá prstíky do již vytvořených oblých předtisků, čímž si fixuje lepší úchop (ideální ukázka je asi zde, <https://www.promaminky.cz/vychytavky/zabava-hra-sport-8/spravny-uchop-tuzky-332>).

Vhodné je používat pastelky Stabilo, i když jsou dost drahé, pomáhají.

Řeč – slovní zásoba a výslovnost dětí není v posledních letech na příliš dobré úrovni. Sledujeme nárůst dětí s logopedickými obtížemi při nástupu do škol a vidíme, jaké obtíže nedostatečná zásoba i horší výslovnost dítěti přináší při zvládnutí školních požadavků. V tomto okamžiku je lhostejné, zda má dítě diagnostikovanou poruchu či nemá, rozvíjení řečových dovedností je otázkou frekvence a kvality. Tedy využijme vzniklý prostor pro vzájemné **povídání, předčítání, zpívání, učení se básničkám, říkankám**. Řada rodičů se mylně domnívá, že sezením u televize, sledováním pohádky (ani nebudu uvažovat jiné programy, přesto, že z praxe víme, že děti sledují všechno), si dítě slovní zásobu rozšíří. Dítě, resp. velká část dětí, které sledují televizi, primárně sleduje obrázky, které v televizi běží, je to dáno převahou typu smyslové paměti. V naší populaci převažují lidé se zrakovým typem paměti, těch s dobrou sluchovou pamětí je v populaci nejméně. Proto je **důležitá vzájemná interakce, náš slovní projev**.

Sluchové a zrakové vnímání. Zde je nutné s ohledem na laiky text zjednodušit, tedy prosím kolegy, aby text brali bez ambice používat správnou terminologii☺. Dítě, které nastupuje do školy, by mělo rozlišit písmena, z kterých se slovo skládá. Řada dětí to dnes nezvládá a i tak nastupují do školy, tedy není důvod propadat panice. Přesto je ale dobré tuto dobu využít k procvičování. Jak na to? U předškoláka je ideální hrou **slovní fotbal, povídání u pexesa** (je to tygr – vyhláskujme t-y-g-r), **hádanky**... co to je? A slovo říkáme nejdřív po písmenech a dítě hádá, co to je.. nebo která kartička by na takové písmeno mohla začínat. Pro rozvoj zrakového vnímání můžeme použít **řadu dětských časopisů, hledání rozdílů v obrázcích, detailů**.

Rozvíjet můžeme i **předmatické představy**...kde je více věcí a kde méně, nebo, když mám tři kamínky na stole a nějaké schovám.. kolik jsem jich schovala?. Můžeme velmi dobře trénovat i rozdíly větší – menší, geometrické tvary, zásadně ale hravou formou. Z tvarů skládat stavbu, zahrát si příběh s využitím „kostek“.

Na co při práci s předškolákem a vůbec každým dítětem nesmíme zapomínat je ale umožnit mu dostatečnou dobu nic nedělat, trávit čas svou hrou, jakoukoliv – bezcílným ježděním autíčkem tam a zpět. Máme-li dítě s ADHD, pak upřednostníme přirozené aktivity, v nichž jednotlivé dovednosti budeme rozvíjet a zcela záměrně vytvoříme pravidelnou strukturu dne, v níž dítě bude vědět, že nyní je cílený čas na „práci“, nyní na hru. Využít tuto dobu můžeme i k nastavení výchovných hranic, které dětem často chybí. Postupujeme pomalu, hodně s dětmi mluvíme, vhodné je děti zapojovat do vytvoření pravidel. Obdobné je to u dětí s autistickými rysy. Tyto děti mohou být nyní velmi nespokojené, pravidelný režim, který těmto dětem často vyhovuje, vybočuje z normálu, opět je zde obecně dobrá rada vytvořit bezpečné prostředí pravidelným režimem rodiny.

Závěrem dnešního „dílu“ bych chtěla rodiče požádat, **aby filtrovali množství zpráv, které dítě o koronaviru sleduje**. Nejde o to vytvářet informační embargo, ale musíme si uvědomit, že dítě není malý dospělý. Má jiné vnímání, jinak rozumově informace zpracovává, jinak prožívá. S dětmi má smysl o situaci hovořit otevřeně, ale konstruktivně, s pozitivním nadhledem, využít jejich dosavadní zkušenosti – když jsi měl chřipku, nešťovice: „Víš jaké to bylo – museli jsme pravidelně pupínky mazat, nyní je nutné si pravidelně mýt ruce, být více doma“. Nestrašme děti pobytem v nemocnici, posilujme jejich odpovědnost, že je nutné se naučit řadě preventivních kroků, které lidé nedělali, a že když se to naučí, bude zase situace jako předtím.

Na samý konec přidávám odkaz na **pracovní sešity**, z nichž rodiče mohou čerpat inspiraci, velmi pěkná nabídka je na stránkách **RAABe** (sekce dobrá škola, dobrá školka) <https://dobraskola.raabe.cz/>. Je to nějaká koruna navíc, ale věřte mi, že se opravdu vyplatí ☺

Markéta Švamberk Šauerová