



Podpora dítěte v domácím prostředí



PŘÍRUČKA PRO RODIČE

RAABE

*Společně pro kvalitní
vzdělávání*



DECODE



Spolufinancováno
z programu Evropské unie
Erasmus+



©2023

autorský tým: asist. Maruša Laure, dr. Marta Licardo,
Mgr. Hana Splavcová, Ph.D., doc. PhDr. Zora Syslová, Ph.D.

Tato publikace vznikla v rámci projektu
„DEveloping the CognitivE Potential of Preschoolers
from Disadvantaged Backgrounds“
(2022-1-CZ01-KA220-SCH-000086145).

Tento projekt byl realizován za finanční podpory Evropské unie.

Za obsah publikace (sdělení) odpovídá výlučně autorský tým.

Publikace (sdělení) nereprezentuje názory Evropské komise
a Evropská komise neodpovídá za použití informací, jež jsou jejich obsahem.

Vydalo

Nakladatelství Dr. Josef Raabe, s.r.o.
Husinecká 903/10, 130 00 Praha 3
www.raabe.cz, email: raabe@raabe.cz

v roce 2023, 1. vydání

Grafický návrh, sazba a zlom: Magnus I, s.r.o.

ISBN 978-80-7496-535-7 (online; pdf)

KOORDINÁTOR PROJEKTU

RAABE

*Společně pro kvalitní
vzdělávání*



PROJEKTOVÍ PARTNEŘI



Podpora dítěte v domácím prostředí

PŘÍRUČKA PRO RODIČE

Kolektiv autorů projektu

DEveloping the Cognitive Potential
of Preschoolers from Disadvantaged Backgrounds (DECODE)



Tato publikace vznikla v rámci projektu „DEveloping the CognitivE Potential of Preschoolers from Disadvantaged Backgrounds (DECODE)“ (2022-1-CZ01-KA220-SCH-000086145).

Projekt byl realizován za finanční podpory Evropské unie.

Za obsah publikace (sdělení) odpovídá výlučně autorský tým.

Publikace (sdělení) nereprezentuje názory Evropské komise a Evropská komise neodpovídá za použití informací, jež jsou obsahem publikace.

Více informací o projektu najdete na oficiálních webových stránkách <https://decode.raabe.cz/>.

Obsah

Úvod	7
1. Oblasti podpory dítěte	9
1.1 Vnímání	10
1.2 Pozornost	12
1.3 Paměť	14
1.4 Myšlení	15
1.5 Jazyk a řeč	16
1.6 Motorika a grafomotorika	18
1.7 Socializace	19
2. Jak můžete doma podpořit dítě	21
 Závěr	25
 Zdroje	27

Úvod

Příručka, kterou právě otevíráte, přináší podněty pro činnosti, které můžete s vaším dítětem realizovat na podporu jeho úspěšného přechodu z mateřské do základní školy. Celkově se podpora dítěti soustředí na rozvoj rozumový, tělesný a socioemoční i jeho práce schopnosti.

My se budeme soustředit zejména na rozumový rozvoj. Ten zahrnuje několik oblastí. Jsou to vnímání, pozornost, paměť, myšlení, jazyk a řeč. Pokusíme se vám je přiblížit v úvodní kapitole tak, abyste získali základní představu o tom, co se za pojmy často používanými právě v souvislosti s připraveností dítěte na školní docházku skrývá.

V další kapitole se zaměříme na doporučení, která můžete využít k podpoře svého dítěte v domácím prostředí. Najdete zde inspiraci pro přípravu podporujícího prostředí, ke stimulaci myšlení, k podpoře zdraví a výživy, utváření pozitivního vztahu k učení a lásky k poznávání, které vám pomohou dítě motivovat k činnostem. Povzbudí jeho snahu a udržení pozornosti a ukážou vám, jak oceňovat jeho pokroky.

A nakonec to nejdůležitější. Připravili jsme pro vás soubor námětů na činnosti, které můžete s dítětem realizovat doma nebo venku. Jejich prostřednictvím můžete podpořit své dítě v jeho učení.

Příručka vznikla v rámci projektu DECODE, který se věnuje podpoře dětí ze sociálně znevýhodněného prostředí a jejich rodin. Obdobnou příručku jsme díky projektu DECODE vytvořili i pro učitele mateřských škol, aby podpora vašeho dítěte byla kontinuální a systematická.

Věříme, že vám příručka pomůže najít inspiraci pro rozvoj vašeho dítěte tak, aby pro něj byl vstup do základního vzdělávání plynulý a příjemný.

1. Oblasti podpory dítěte

Hlavními oblastmi rozvoje dítěte, na které se soustředí učitelé v mateřských školách, jsou rozumová, sociální, emocionální, tělesná a pracovní. Tyto oblasti vycházejí z vývojové psychologie a jejich dobrá úroveň je ukazatelem zralosti dítěte a jeho připravenosti pro vstup do základního vzdělávání. Existuje poměrně malé procento dětí v populaci (1–2 %), které ve věku šesti let nedosáhnou dostatečné míry rozvoje v těchto oblastech. V tomto případě je pak žádoucí, aby děti setrvaly ještě jeden rok v mateřské škole, a hovoříme o odkladu povinné školní docházky.

Česká školní inspekce na základě svého šetření označila za nejčastější důvody udělování odkladů povinné školní docházky celkovou nezralost, logopedické vady a poruchy řeči, oblast soustředění a nedostatky v grafomotorice. Příčinou vzniku těchto důvodů mohou být obtížné životní situace, do kterých se rodiny s malými dětmi dostaly a které způsobily, že rodiče či zákonní zástupci dětí nemají čas nebo dostatek prostředků pro podporu rozvoje svých dětí.

Abychom potřebě odkladu povinné školní docházky předešli, je vhodné využít možnosti zapojení dítěte do mateřské školy co nejdříve, nejlépe již od tří let věku. Nemusí to být na celý den, ale již několik hodin denně přispěje k rozvoji dítěte zejména v socioemoční oblasti, kterou je obtížné podporovat v domácím prostředí. V ostatních oblastech pak může mateřská škola velmi dobře doplňovat rodinnou výchovu. Společnými silami mohou rodiče a učitelé dítě včas podpořit v rozvoji těch oblastí, ve kterých vnímají tuto potřebu.

Při posuzování připravenosti dítěte na školu u něj sledujeme schopnost porozumění a regulaci emocí, jejich přiměřené vyjadřování, schopnost prosociálního chování. Důležitý je také tělesný a pohybový rozvoj, který má zásadní vliv na jeho rozumový rozvoj, vývoj řeči a jazyka.

Pojďme se nyní podívat, co se za rozumovým rozvojem dítěte skrývá.

1.1 Vnímání

Co je to vnímání?

Vnímání je složitý proces, který nám umožňuje základní orientaci v prostředí. Svět kolem nás vnímáme pěti smysly: zrakem, sluchem, hmatem, chutí a čichem. Vícenásobné smyslové podněty nám poskytují bohaté vjemové informace o světě, lidech, věcech a činnostech, které děláme, podporují myšlení a paměť. Proto je důležité, aby děti měly možnost poznávat vše kolem sebe všemi smysly.

Jaké jsou klíčové pojmy vnímání?



Zrakové vnímání je proces, při kterém dáváme smysl tomu, co vidíme. To je klíčové pro učení, komunikaci a navigaci. Pomocí zraku určujeme některé vlastnosti věcí kolem nás, jejich velikost, barvy a tvary, vnímáme jejich umístění v prostoru, stálost a proměnlivost. V komunikaci vnímáme zrakem řeč těla, mimiku, gesta. Zrak nám slouží také k orientaci v prostoru a poznávání jevů. Zrakové vnímání je zásadní pro estetické citění. V dospělosti je zrak dominantním smyslem.

Pomocí zrakového vnímání dítě poznává, kde se věci v prostoru nacházejí a jak spolu souvisejí, rozlišuje jejich základní vlastnosti, odhalí shody a rozdíly. Zrakové vnímání pomáhá dítěti ovládat svoje tělo a pohyby. Díky tomu dokáže napodobovat pohyby druhých, postavit na sebe kostky, navléknout korále nebo chytit míč. Před nástupem do školy by dítě mělo zvládnout složit celek (puzzle, domino), zapamatovat si, co vidí (pexeso, Kimova hra). Pro tyto činnosti, podobně jako pro budoucí čtení a psaní, je důležitá také koordinace ruky a oka.



Sluchové vnímání je schopnost porozumět zvukům, rozpoznat a pojmenovat konkrétní zvuky, mluvená slova, hudbu, zvuky zvířat. Sehrává důležitou roli ve vývoji řeči, schopnosti přesně vyslovovat a artikulovat, porozumět významu mluvené řeči. S rozvojem sluchu se pojí schopnost orientace v prostoru a čase. Pomáhá nám rozpoznat známý zvuk nebo hlas v hlučné místnosti a lokalizovat ho. Spolu

s řečí a zrakem je důležitým nástrojem komunikace. V dětství je sluch nejdominantnějším smyslem.

Dítě již v raném věku rozlišuje zvuky, které ho obklopují. Nejprve dokáže určit směr, odkud zvuk přichází, později poznává zdroj zvuku, jeho vzdálenost a čas trvání, dokáže odlišit různé zvuky z prostředí. Na zvukové podněty reaguje zpravidla pohybem a napodobováním zvuků. Dítě dokáže sluchově rozlišit zvuk řeči, zlepšuje výslovnost, intonaci i hlasitost vlastní řeči. Na konci předškolního období dítě dokáže zpravidla rozpoznat první hlásku ve slově, rytmitizovat.



Hmatové vnímání je proces získávání informací prostřednictvím hmatu, který je důležitý pro tělesnou interakci s prostředím. Osaháváním a manipulací s předměty poznáváme jejich vlastnosti, které nejsou postřehnutelné zrakem, můžeme ověřit jejich hmotnost, stálost tvaru, teplotu, strukturu povrchu. Hmatové receptory máme rozmístěny po celém těle, dokážeme rozeznat dotek předmětu, živočicha nebo jiné osoby kdekoli na těle. Nejcitlivější jsou oblasti špičky jazyka a konečků prstů. Jejich prostřednictvím vnímáme také bolest, tlak, teplo a chlad. Hmat užíváme v kontaktu s druhou osobou. Velmi ovlivňuje naše prožívání libých a nelibých pocitů. Hmat je rovněž důležitým ochranným reflexem, ucukneme před horkou vodou nebo ostrým předmětem.

Dítě používá hmatové vnímání ke zkoumání povrchů, struktury a teploty předmětů. Dokonce mu pomáhá pojmenovat předmět a jeho vlastnosti, aniž by ho vidělo. Hmat je stěžejní při experimentování. Dítě poznává, jak může ovlivňovat vlastnosti předmětů, jak může působit na jejich proměnu. S novými zkušenostmi dítě upřednostňuje cílené zkoumání okolí, potřebuje si věci osahat, zdokonaluje jemnou motoriku a koordinaci oko – ruka.



Čichové vnímání je schopnost rozpoznávat vůně a pachy, které mají často emocionální a sociální důsledky. Člověk je k vůním a pachům velmi vnímavý. Rozeznáváme mnoho vůní a pachů, některé, například jídlo, květinu, člověka, dokážeme s využitím čichu i pojmenovat. Člověk je k vůním a pachům velmi adaptabilní, to znamená, že pokud

jsme jim vystaveni, rychle je přestáváme vnímat. Dokážeme vnímat jejich intenzitu, libost a nelibost, zapamatovat si je.

Kromě rozpoznávání vůní a pachů si i dítě dokáže určité vůně a pachy pamatovat, rozpoznávat a porovnávat je, dávat je do souvislosti s dalšími smyslovými vjemy, například pach ohně, vůni jídla.



Chuťové vnímání slouží k rozlišování chutí, jejich intenzity a libosti či nelibosti. Tradičně popisujeme čtyři druhy chutí – sladké, slané, kyselé, hořké. Chuťový vjem je silně propojen s čichem při vytváření celkového zážitku z chutí. Chuťové prožitky si zapamatujeme.

Pomocí chuťového vnímání se dítě může naučit rozeznávat specifické chutě různých potravin a rozlišovat je na základě intenzity chuti. Proto se v tomto období proměňují chutě dítěte. Mělo by mít možnost experimentovat.

1.2 Pozornost

Co je to pozornost?

Procesy pozornosti jsou klíčové pro efektivní fungování v každodenním životě. Představme si nespočet smyslových vjemů kolem nás, vzpomínek. Pozornost nám pomáhá nenechat se zahltnout a soustředit se na to, co je důležité.

Naše pozornost je neustále v pohybu. Koncentrace na jeden určitý podnět vydrží jen maximálně několik málo vteřin. Přesto se dokážeme v případě potřeby soustředit a vracet paměť tam, kam potřebujeme. S drobnými poruchami pozornosti (těkání myšlenek, roztržitost) se setkáváme celkem běžně, není nutné je řešit.

Jaké jsou klíčové pojmy pozornosti?



Soustředěná pozornost (koncentrace) je schopnost zabývat se omezeným počtem podnětů, kterými se chceme vědomě zabývat. To znamená, že si dokážeme ze všeho, co se kolem nás děje, vybrat to, co je důležité.

Dítě, které se dokáže soustředit na svou činnost a nenechá se vyrušit činností jiného dítěte, využívá soustředěnou pozornost. Pro dítě je těžké udržet pozornost na určitou činnost, pokud je rozptylováno jinými vjemy. To se týká zejména situací, kdy má vnímat pouze jedním smyslem. Například se na něco jen dívat nebo poslouchat slovní zadání. U činností, kde může dítě využít více smyslů, aktivně se zapojovat, udrží pozornost déle. I malé dítě nás mnohdy překvapí tím, jak dlouho dokáže opakovaně stavět a bourat stavbu z kostek, přelévát vodu z nádoby do nádoby, hledat v písku drobné předměty.



Výběrovou pozornost využíváme ve chvíli, kdy se dokážeme plně soustředit na zadaný úkol a nevnímáme nebo upozadujeme opakující se bezvýznamné podněty z okolí. Zároveň však jsme schopni reagovat na podnět, který nás zajímá. Například dítě zabrané do hry reaguje na zavolání svého jména.



Rozdělená pozornost je velmi omezená schopnost, kdy se dokážeme věnovat více věcem najednou. Dítě například využívá rozdělenou pozornost ve chvíli, kdy se dokáže oblékat a zároveň si s vámi povídat o tom, co budete venku dělat. Dokud dítě dobře nezvládá sebeobsluhu, nedokáže to. Musí se plně soustředit na to, co dělá, tedy na jednotlivé kusy oblečení.



Společná nebo také **sdílená pozornost** nastane, když vy a vaše dítě věnujete pozornost stejné činnosti. Pokud si například oba prohlížíte obrázkovou knížku a povídáte si o obrázcích, sdílíte pozornost. Podporou sdílené pozornosti učíme dítě spolupracovat, sdílet a také komunikovat s ostatními.



Udržení pozornosti je schopnost soustředit se na jednu věc po nepřetržitou dobu. Výzkumy naznačují, že trvalá pozornost se zlepšuje do 10 let a pak zůstává víceméně stejná, dokud nezačne ve vyšším věku klesat.

Je důležité si uvědomit, že děti se musí soustředit na různé úkoly, což vyžaduje kombinaci myšlení, citění a motivace. Pokud je dítě někdy vystresované, může mu to ztěžovat pozornost.

1.3 Paměť

Co je to paměť?

Paměť nám umožňuje uchovávat a následně využívat informace z předchozích zkušeností v nové situaci. Výrazně ovlivňuje naše rozhodování, rychlost i kvalitu práce.

Paměť je úzce provázána se smysly. Někdo si lépe pamatuje to, co vidí (vizuální paměť), pro jiného je podstatné to, co slyší (sluchová paměť). Děti si obvykle nejlépe pamatují vše ve spojení s pohybem, intenzivními zážitky.

Dětem je také bližší **mechanická paměť**. Proto nás neustále nutí opakovat stejné činnosti, číst stejné pohádky, dělat vše stále stejně. Později se začne prosazovat **paměť logická**, ke které potřebujeme mít dostatek předchozích zkušeností. Umožňuje nám chápat věci v souvislostech.

Pro dětský věk je typická **bezděčná paměť**, kdy si dítě zapamatuje nahodile vjemy ze svého okolí, prožitky. Podporujeme rozvoj **záměrné paměti**, kdy je dítě schopno si vybavit konkrétní situaci. Vhodnými otázkami podněcujeme dítě k vybavování vzpomínek: Kde jsme byli včera? Co jsme tam dělali? Co bylo k obědu? Kdo ti oblékl panenku? O čem jsme četli? Kam jsme už dočetli?

Jaké jsou klíčové pojmy paměti?

Pro lepší pochopení paměťového systému je dobré znát některá základní fakta týkající se paměťových procesů. Mluvíme o třech fázích: zapamatování, uchovávání a vybavování.

- **Zapamatování** je definováno jako počáteční učení informací.
- **Uchovávání** se vztahuje k uchovávání informací v čase.
- **Vybavování** je možnost přístupu k informacím v případě potřeby.

K **zapomínání** dochází, když jsou naše pokusy o vybavování neúspěšné. Tyto různé procesy probíhají v paměťovém systému.

Většina lidí si pamatuje: 10 % z toho, co čtou, 20 % z toho, co slyší, 30 % z toho, co vidí, 50 % z toho, co slyší a vidí, 70 % z toho, co řeknou, a 90 % z toho, co dělají.

Paměť je úzce provázána s myšlením. Dítě si lépe zapamatuje to, co jeho mozek vyhodnotí jako podstatné. V předškolním věku se zlepšuje kapacita paměti i její kvalita.

Dítě si lépe osvojí strategie ukládání informací do paměti, pokud mu předkládáme úkoly, které vyžadují, aby si zapamatovalo instrukce k danému úkolu. Pomohou mu činnosti zaměřené na rozpoznávání podobností a rozdílů na obrázcích nebo předmětech. Vhodné je hrát hry spojené se zrakovou, sluchovou nebo pohybovou pamětí.

1.4 Myšlení

Co je to myšlení?

Myšlení není jen jedna věc. Zahrnuje řadu duševních činností, jako je posuzování, uvažování, řešení problémů a tvorba. Myšlení nám umožňuje vytvářet přesvědčení a názory, zpracovávat informace a komunikovat s okolním světem.

Dítě předškolního věku není schopno abstrakce, neorientuje se v čase, má omezené schopnosti orientace v prostoru, je egocentrické, zaměřené k sobě, proto je jeho pohled na svět velmi zkreslený. První náznaky myšlení opírajícího se o logiku, jistá míra objektivity, schopnost smysluplného třídění informací se objevují u dítěte kolem šestého roku věku.

Jaké jsou klíčové pojmy v myšlení dětí?

Dětské myšlenkové pochody se někdy mohou zdát záhadou, ale existují některé klíčové způsoby, jak děti obecně vnímají svět.

Příkladem reprezentativního myšlení může být situace, kdy si dítě hraje s autíčkem a pak ho odloží. Později může o autíčku přemýšlet a představovat si, jak ho řídí, i když autíčko není fyzicky přítomné. Příkladem egocentrického myšlení zaměřeného k sobě může být situace, kdy si dítě hraje na schovávanou a zakryje

si oči, aby se schovalo, a věří, že se tím stalo neviditelným i pro hledajícího. Dítě předpokládá, že když nevidí hledajícího, pak ani hledající nevidí je.

Dítě předškolního věku by mělo zvládat některé myšlenkové operace. Jejich pochopení vám jako rodičům může pomoci lépe podpořit cestu vašeho dítěte k učení. Jedná se zejména o:

- **Analýzu:** dítě rozdělí celek na části, pojmenuje části těla a podobně;
- **syntézu:** dítě složí z částí celek. Dokáže například složit puzzle, postavit hrad z písku nebo kostek;
- **zobecňování:** dítě odlišuje jednotlivé pojmy a přiděluje jim společný význam. Například pes může být konkrétní pes, kterého zná, může jich rozlišit několik. Zároveň jakéhokoliv psa zařadí mezi zvířata;
- **srovnávání:** s jeho pomocí dítě zjišťuje podobnosti či rozdíly předmětů a jevů. Porovnává a popisuje větší – menší; více – méně – stejně; lehký – těžký; dlouhý – krátký. Dokáže třídit předměty podle 1–3 kritérií (vlastností, znaků), například barva, tvar, funkce.

1.5 Jazyk a řeč

Jazyk a řeč tvoří základní roviny lidské komunikace.

Co je to jazyk?

Jazyk znamená používání zvuků, znaků nebo písemných symbolů za účelem komunikace nebo sebevyjádření. Lidské bytosti komunikují s okolním světem již od svých prvních výkřiků. Kojenci komunikují prostřednictvím zvuků (pláč a vrkání) a řeči těla (ukazování a další gesta). Někdy mezi 8. a 18. měsícem věku však dochází k významnému vývojovému mezníku, kdy kojenci začínají používat slova k mluvení.

Jazyk je pro dítě důležitý ze dvou úhlů pohledu. Jednak je prostředkem vzdělávání. Úloha jazyka jako prostředku vzdělávání je všeobecně známá a jednoznačná. Schopnost dítěte a potažmo i člověka obecně učit se novým faktům a znalostem je do značné míry závislá na schopnosti rozumět jazyku. Druhá úloha jazyka spočívá v rozvoji sociální komunikace, rozvíjení a budování vztahů.

Dítě s oslabenými jazykovými schopnostmi má často problémy s porozuměním. Takové dítě se obtížně prosazuje, má problémy při zapojování do společných dětských her.

Dítě, které reaguje na ostatní vrstevníky nevhodně, obtížně zvládá konflikty vzniklé při komunikaci s jiným dítětem nebo dospělým, bývá mnohdy nesprávně svým okolím označováno za dítě nespolupracující, neukázněné, nevhodně se chovající. Veškeré tyto projevy však často vychází z nedostatečně osvojených jazykových schopností.

Narušení jazykového vývoje se tedy dotýká celé osobnosti dítěte a má dopad na jeho sociální, emocionální i vzdělávací výsledky.

Co je to řeč?

Řeč v sobě zahrnuje obsahové, zvukové a motorické stránky jazykové komunikace. Řečí tak lze rozumět jako zvukové stránce jazykových schopností, která se projevuje prostřednictvím samotného procesu mluvení. Každé zdravé se vyvíjející dítě si osvojuje schopnost komunikovat mluvenou řečí.

Jaké jsou klíčové pojmy jazyka a řeči?

- **Zvuky:** Jazyk zahrnuje zvuky, které vydáváme, když mluvíme.
- **Slova:** Jazyk se skládá ze slov, která mají svůj význam a lze je spojit k vyjádření myšlenek.
- **Věty:** V jazyce se používají věty, což jsou skupiny slov, které vyjadřují ucelené myšlenky a nápady.
- **Významy:** Slova a věty mají významy, které nám umožňují vzájemně si porozumět a komunikovat.
- **Komunikace:** Jazyk nám umožňuje mluvit a rozumět si.

Potřeba podpory dětí s deficitem ve vývoji řeči a jazykových schopností

V současné době dochází k nárůstu počtu dětí s různými deficitem ve vývoji řeči a jazykových schopností. Některé z faktorů působících na opožděný jazykový vývoj dětí lze však ovlivnit již ve velmi časných fázích vývoje vhodným přístupem.

pem rodičů a potažmo i učitelů v mateřských školách. Stimulace vývoje řeči a jazykových schopností v raném věku je pro další celkový vývoj dítěte zásadní. Metody a postupy k rozvoji řeči a jazykových schopností užívaných v logopedické praxi vycházejí z faktu, že dítě si osvojuje komunikační schopnosti nejlépe prostřednictvím přirozené a frekventované stimulace řeči matkou a sociálním prostředím během raného vývoje.

1.6 Motorika a grafomotorika

Jednotlivé oblasti rozvoje dítěte se prolínají, souvisejí spolu. Proto nemůžeme ani tehdy, pokud se zabýváme rozvojem rozumových schopností dítěte, opomenout rozvoj motoriky. Motorika má přímý vliv na rozvoj myšlení, paměti i řeči. Je ovlivněna smyslovým vnímáním, je nezbytná pro rozvoj orientace v ploše, prostoru i čase.

Zatímco hrubá motorika spočívá v koordinaci celého těla, zvládání základních pohybů – chůze, běh, skákání, zvládání terénních nerovností, jemná motorika je soustředěna do pohybu horní končetiny, zejména ruky a prstů – uchopování a ovládání předmětů, podpora špetkového úchopu při práci s jemným materiálem.

V souvislosti se školní připraveností se často setkáváme s pojmem grafomotorika. Ta v sobě skrývá rozvoj hrubé i jemné motoriky, koordinaci ruky a oka, o které jsme psali v části věnované zrakovému vnímání, a také správné sezení.

Mnozí z nás si ze svých školních let pamatují, jak v první třídě vyhlíželi den, kdy nám paní učitelka dovolí vyměnit obyčejnou tužku za plnicí pero. Z toho je patrné, že dítě při vstupu do základní školy nemusí dokonale ovládat psací náčiní. Co by tedy mělo zvládat?

- Dítě by mělo mít zafixováno správné sezení s rovnými zády a alespoň 2/3 stehen na sedadle, pevnou oporou pro chodidla. K tomu potřebuje vhodný stůl a židli. Pokud nemáme k dispozici „rostoucí židli“, pomůžeme dítěti polštářkem na sedadlo a podložení nohou třeba otočeným košem na prádlo nebo stupátkem, a to nejen při kreslení, ale i při jídle nebo jiné činnosti, kdy dítě sedí u stolu.

- Dítě by mělo mít uvolněné celé tělo, horní končetinu v rameni, lokti i zápěstí. K tomu dítěti pomůžeme dostatečným zařazováním přirozeného pohybu do každého dne.
- Dítě by mělo ovládat koordinaci ruky a oka a mít rozvinutou jemnou motoriku. Možnosti k procvičování těchto dovedností najdeme v práci s drobným materiálem. Dovolte dítěti zpracovávat těsto, přebírat hrách nebo rovnat ponožky. K práci s výtvarným materiálem používejte velké plochy, papíry velkého formátu. Dítě může kreslit ve stoje, a to na stole i na zemi. Může kreslit houbou, rozkrojenou bramborou či jinou pomůckou, která umožňuje dlaňový úchop, namočenou do vody nebo barvy. Až později, když má dítě uvolněnou ruku, dáme mu k dispozici tužku nebo pastelky. V tu chvíli už trénujeme špetkový úchop a dbáme na přiměřený tlak psacího náčiní na podložku.

1.7 Socializace

Zcela zásadní pro vstup dítěte do základní školy je oblast sociální. Snažte se dávat dítěti příležitosti k tomu, aby dokázalo:

- Odpoutat se od rodiny na učitou dobu. Můžete to trénovat třeba pobytem dítěte u prarodičů;
- dodržovat pravidla společenského chování. Chtějte po dítěti, aby poprosilo, poděkovalo, pozdravilo. Důležitý je váš vzor;
- udržovat pořádek. Dítě by mělo vědět, že věci mají své místo, pečujeme o ně. Zapojte dítě do domácích prací, úklidu;
- být samostatné. Dítě by se mělo umět obléknout, obout, najíst, napít a také si říct o pomoc. Dopřejte dítěti samostatnost, důvěřujte mu, že zvládne splnit jednoduchý úkol;
- spolupracovat a komunikovat s ostatními. Vytvářejte dítěti příležitosti pro zapojení do skupiny vrstevníků v mateřské škole i jinde;
- alespoň částečně ovládat své emoce. Učte dítě vyrovnávat se s neúspěchem třeba ve hře, odložit svou potřebu nebo přání, přizpůsobit se okolnostem.

2. Jak můžete doma podpořit dítě

Vytvořte mu podporující prostředí

Váš domov je hlavním místem učení vašeho dítěte. Zajistěte, aby byl bezpečným a pečujícím prostředím, které umožňuje zvědavost a zkoumání, a to v rovnováze s řádným dohledem pro zajištění bezpečnosti.

	Vyjádřete dítěti svou lásku	Vytvoření vřelého a láskyplného prostředí je pro kognitivní vývoj dítěte zásadní. Drobná gesta lásky, jako je objetí, přitulení nebo uklidňující dotek, mohou dítěti poskytnout pocit bezpečí a emocionální stability, což podpoří jeho sebedůvěru a duševní pohodu.
	Připravte dítěti čisté a bezpečné prostředí	Zajistěte, aby předměty a hračky, se kterými si dítě hraje, byly čisté a bezpečné. Pravidelně kontrolujte, zda nehrozí nebezpečí. Snížíte tím riziko úrazu nebo jiných zdravotních obtíží.
	Vytvořte dítěti osobní prostor	Uspořádání prostoru je pro vývoj dítěte zásadní, protože podporuje předvídatelnost a jistotu. Vlastní prostor pro spánek pomáhá vytvořit správný spánkový režim, který je zásadní pro paměť a soustředění. Oddělený prostor pro hru nebo učení snižuje rozptylování a podporuje hlubší učení.
	Zavedte dítěti denní rituály	Rutina a pravidelnost poskytují dítěti pocit bezpečí. Zavedení stálého rozvrhu v domácím prostředí může podpořit nejen rozumový vývoj dítěte. Posiluje jeho pocit předvídatelnosti, bezpečí a jistoty.
	Minimalizujte dítěti rozptylování	Rozptýlení může být často překážkou na cestě vašeho dítěte k rozvoji poznávacích schopností. Minimalizací rušivých vlivů, jako je nadměrný čas strávený u obrazovky nebo hluk, můžete vytvořit příznivé prostředí pro jeho učení a celkový rozvoj.

Podporujte jeho přirozenou zvědavost

Pro rozvoj rozumových schopností vašeho dítěte je třeba poskytovat mu různorodé podněty. V jejich výběru vám může pomoci učitel v mateřské škole. Nebojte se zeptat, co by vašemu dítěti udělalo radost, jaké činnosti vyhledává, kde potřebuje podporu.

	Poskytujte dítěti materiály vhodné pro daný věk	Péče o rozvoj rozumových schopností dítěte začíná podnětným prostředím. Proměňte každodenní předměty a situace v jedinečné příležitosti k učení. Jednoduché hračky, jako jsou puzzle nebo stavebnice, mohou podpořit logické myšlení, řešení problémů a kreativitu.
	Pravidelně si s dítětem čtete	Zajistěte, aby byly ve vaší domácnosti snadno dostupné obrázkové knihy, časopisy a knihy s příběhy. Při čtení používejte různé hlasy a výrazy, aby byly příběhy napínavé a příjemné. Podporujte čtení z obrázků, předvídání děje, povídejte si o přečteném.
	Každý den si s dítětem povídejte	Každý rozhovor s dítětem může být příležitostí k učení a růstu. Využívejte každodenní situace k představování nových slov, sdílení zajímavých informací a podpoře přirozené zvědavosti, kladení otázek.
	Hrajte s dítětem hry, které vyžadují přemýšlení	Zapojte své dítě do her, které vyžadují přemýšlení a řešení problémů. Hrajte společně stolní hry, paměťové hry nebo jednoduché karetní hry, skládejte puzzle nebo stavebnici.
	Objevujte s dítětem svět jazyka a čísel	Zpívejte, říkejte si básničky, hrajte slovní kopanou. Odhadujte, co je více, co méně, co je větší, co menší, můžete vážit, měřit, počítat kroky a předměty kolem sebe.

Zaměřte se na jeho zdraví

Pevný základ pro dobré zdraví dětí začíná u jejich výživy. Poskytováním výživné stravy a podporou aktivního životního stylu můžeme podpořit jejich růst, rozumový rozvoj a celkovou pohodu.



Připravujte dítěti výživnou a pestrou stravu

Zajistěte svému dítěti zdravá jídla a svačiny, které podporují jeho růst a rozumový vývoj. Zařaďte do jeho jídelníčku různé druhy ovoce, zeleniny, mléčných výrobků a bílkovin. Omezte sladké svačiny a nápoje. Nezapomínejte na pravidelnost v jídle a způsoby stolování. Tím podpoříte dobré stravovací návyky a celkové zdraví i povědomí dítěte o kultuře stolování a pravidel chování při jídle. –samostatný bod, ale nevím, jak ho vložit. Název **Společně stolujte** – použít ikonu talířku s přílborem, k prvnímu odstavci dát do ikony třeba ovoce



Podporujte aktivní životní styl

Podporujte pohybové činnosti, které rozvíjejí koordinaci, rovnováhu a soustředění. Hrajte venkovní hry, míčové hry nebo se věnujte činnostem, které přimějí dítě k pohybu. Pohybová hra podporuje nejen tělesný vývoj dítěte, ale také posiluje jeho rozumový rozvoj a sociální dovednosti. Buďte dítěti příkladem.

Podněcujte dítě k učení, podporujte lásku k poznání

Pěstování lásky k učení je mocný dar, který může ovlivnit budoucnost dítěte. Pomocí strategií, jako je zpříjemňovat dítěti učení, sledovat jeho zájmy, být dítěti vzorem při učení, přijímat chybu jako přirozenou součást učení, podporovat zvědavost a kladení otázek, můžeme v dítěti vzbudit celoživotní vášň pro učení a poznávání.

	Zpříjemněte dítěti učení	Pomozte dítěti, aby si vytvořilo pozitivní vztah k učení. Zařaďte do denního programu hry, praktické činnosti, díky kterým bude učení poutavé a zábavné.
	Sledujte zájmy dítěte	Věnujte pozornost zájmům svého dítěte a přizpůsobte jim nabídku. Podporujte zkoumání témat, která ho zajímají, a poskytněte mu hračky, knihy nebo jiné materiály související s jeho zálibami.
	Bud'te vzorem pro učení	Podělte se s dítětem o své zájmy. Ukažte mu, že čtete knihy, hledáte nové poznatky nebo se věnujete koníčkům, které zahrnují neustálé učení. Zapojte se aktivně a se zájmem také do jeho činností.
	Přijímejte chyby jako příležitost k rozvoji	Chyby jsou příležitostí k učení a růstu, nebojte se jich. Povzbuzujte dítě, aby přijímalo výzvy a při obtížích vytrvalo. Společně se radujte z pokroků a vynaloženého úsilí. Nezaměřujte se jen na výsledky.
	Podporujte dětskou zvědavost a kladení otázek	Podporujte jeho přirozenou zvědavost tím, že mu budete poskytovat vysvětlení, když o to požádá. Povzbuzujte ho, aby hledal odpovědi a zkoumal svět kolem sebe.

Závěr

Dítě, které čeká jeden z prvních důležitých okamžiků v životě, kterým je vstup do základní školy, potřebuje od nás dospělých podporu, aby byl jeho přechod z mateřské do základní školy plynulý.

Abychom mohli dobře podpořit své dítě, musíme ho dobře znát a poskytovat mu dostatek příležitostí k rozvoji. Tyto příležitosti můžeme dítěti dát ve chvíli, kdy o nich víme, kdy jsme sami přesvědčeni o jejich významu. V příručce jsme se snažili jednoduchým způsobem představit a zprostředkovat vám, rodičům dětí, důležité informace, které mají význam pro rozumový rozvoj vašeho dítěte. Společně jsme se vydali na cestu poznání zákonitostí vývoje dítěte a věříme, že vám tím pomůžeme k jeho promyšlenému a cílenému rozvoji.

Důležitou součástí této příručky je praktická ukázka konkrétních činností, které jsou snadno dostupné pro realizaci v domácím prostředí, bez nutnosti pořizovat speciální pomůcky. Přejeme vám mnoho krásných chvil s vašimi dětmi.

Zdroje

- BYTEŠNÍKOVÁ, I.: *Interdisciplinární přístup v rané logopedické intervenci*. Masarykova univerzita: Brno, 2017.
- BYTEŠNÍKOVÁ, I.: Postupy pro stimulaci vývoje řeči a jazykových schopností – jaká je role rodičů? (Metody pro stimulaci rozvoje řeči a jazykových dovedností – jaká je role rodičů?). *Pediatric pro praxi*. roč. 22, č. 6, s. 387–389, 2021.
- HARTL, P., HARTLOVÁ, H.: *Psychologický slovník*. Portál: Praha, 2004.
- PIAGET, J.: *Psychologie inteligence*. Portál: Praha, 1999.
- PLHÁKOVÁ, A.: *Učebnice obecné psychologie*. Academia: Praha, 2005.
- SMOLÍK, F., SEIDLOVÁ MÁLKOVÁ, G.: *Vývoj jazykových schopností v předškolním věku*. Grada: Praha, 2014.
- ŠKVOROVÁ, J., ŠKVOR, D.: *Proč zlobím? Lehká mozková dysfunkce LMD/ADHD*. Triton: Praha, 2003.
- ŠULOVÁ, L.: *Raný psychický vývoj dítěte*. Univerzita Karlova: Praha, 2004.
- Tematická zpráva – Využívání diagnostických nástrojů a doporučovaná podpůrná opatření v ŠPZ*. Česká školní inspekce: Praha, 2022. Dostupné z: Česká školní inspekce – Tematická zpráva – Využívání diagnostických nástrojů a doporučovaná podpůrná opatření v ŠPZ (csicr.cz)

