

## Z PRAXE ODBORNÍKŮ NA TÉMA: JAK NA POSLEDNÍ ROK PŘEDŠKOLÁKA PŘED VSTUPEM DO ZŠ

**Se začátkem školního roku nastává ideální čas i pro přípravu předškoláků, aby měli dobrý start do školy a do života. Bohužel mnoho rodičů tuto přípravu stále velmi podceňuje, stejně tak nedbají o dostatečný pohyb svých dětí. V prvních třídách tak přibývá dětí s vadami řeči, poruchami pozornosti, řada z nich je méně manuálně zručná a má častěji potíže při psaní a čtení.**

Bohužel mnozí rodiče v období předškolního věku svá dítka připravují na školu tak, že je učí číst a počítat, aby měla ve škole navrch, přičemž ve skutečnosti jsou pro děti důležitější jiné dovednosti.

Ano, dítě má právo být ve škole úspěšné, ale to neznamená, že jej rodiče budou urychlovat. Mnohem důležitější je, aby dítě bylo připravené do školy po psychické stránce, aby zvládalo věci, které má a do školy se těšilo.

„Důležité je, aby znalo své jméno, příjmení, popřípadě datum narození a adresu, kde bydlí. Mělo by umět vyslovovat správně všechny hlásky, vytleskávat slabiky, určit barvy, poznat číslice do pěti, poznat geometrické tvary, zazpívat písničku či přednést nějakou říkanku.

Co se týká dovedností, mělo by dítě umět namalovat postavu, stříhat a držet správně tužku (a to již od útlého věku, ne až v první třídě). Velkým problémem je rozeznávání první a poslední hlásky ve slově, to dnes většina dětí neumí.

Vedle nepozornosti pak oproti dřívějším rokům děti trápí také špatná slovní zásoba, vysoký výskyt logopedických poruch a kupodivu i manuální nezručnost. Je ovšem nad slunce jasné, že televize a počítač vaše dítě stříhat či modelovat nenaučí," upozorňuje Mgr. Věra Tautová, spoluautorka knihy Předškolákovy týdeníčky pro chytré hlavičky.

### **Školní zralost není jen o rozumové stránce**

Zralost dětí pro školu se někdy zcela mylně redukuje pouze na zralost rozumovou. „Klárka krásně kreslí, od tří let recituje básničky, už se sama umí podepsat. Další rok by se ve školce určitě nudila," říká maminka sotva šestiletého drobného děvčátka. Ale... Klárka má kamarádky jen mezi výrazně mladšími dětmi, těch starších se zjevně bojí a cítí se mezi nimi nejistá.

Učitelka v mateřské škole si všimla, že jí ostatní děvčata berou hračky a Klárka pak v koutě pláče. U jinak šikovné Klárky je zcela zjevná nezralost, kterou můžeme označit jako osobnostní nebo sociální. Nedokáže se prosadit, je přecitlivělá, úzkostná a na svůj věk ještě velmi dětská.

O tom, zda a jak dítě ob stojí v novém prostředí bez podpory rodičů a zvládne nároky školního světa tedy závisí také na tom, jak vyvrálá je jeho samostatnost a sebedůvěra. „Hovoříme o sociální a emocionální zralosti dítěte. Každé dítě je jiné. Některé děti jsou nebojácné, radostné a nezaleknou se překážek. Jiné mohou být spíše ostýchavé, snadno se rozpláčou, každý neúspěch těžce nesou. Podporovat dítě v jeho samostatnosti a budovat jeho sebedůvěru je tedy důležitá součást předškolní přípravy," upozorňuje psycholožka Irena Teichmanová.

Trénovat sociální dovednosti lze například tak, že dítě vydrží určitou dobu bez rodičů, v jiném prostředí i s jinými dětmi a dokáže respektovat cizí autoritu. Trénuje svoje schopnosti začlenit se do skupiny vrstevníků, umí s nimi komunikovat a spolupracovat a také dodržuje dohodnutá pravidla.

Tyto sociální dovednosti jsou klíčové pro to, aby se dítě dokázalo ve škole zapojit do skupiny vrstevníků a nezažívalo pocit frustrace a osamění.

Vedle rozumové, osobnostní a sociální nezralosti mohou vstup do první třídy ještě komplikovat: výraznější vady řeči (zejména špatná výslovnost sykavek), hyperaktivita dítěte (často spojená s poruchami pozornosti), snížené nadání, zdravotní postižení či častá nemocnost dítěte nebo aktuální adaptačně náročná situace v rodině (narození sourozence, úmrtí blízkého člověka, rozvod rodičů, stěhování...).

### **Jaké problémy děti často mají v připravenosti do školy?**

„Asi největším, nejen současným, problémem je řeč. Rodiče jdou s dětmi pozdě na logopedii, přitom vada se odstraňuje po dvojnásobek času než se fixuje, tj. než ji dítě v mluvě používá.

Problémem pro děti bývá slyšet samohlásky na začátku a konci slov, např. A jako auto, nebo A na konci slova sova. Toto je možné již od konce 4. roku s dětmi cvičit pomocí Písmenkových kartiček, kterými jsme předškolní přípravu našich dětí obohatili. Mnoho cvičení je na tuto problémovou oblast v publikaci Předškolákovy týdeníčky,“ upozorňuje Jana Martincová, spoluautorka knihy.

Učitelé také považují za velmi problematické, že děti neumějí poslouchat pohádku, mají malou slovní zásobu, význam některých pro nás v dětství běžných slov jim vůbec není znám. Často si také učitelé stěžují u dětí na malou představivost, kdy jsou schopné stavět pouze podle návodu, ale ne podle fantazie. Proto bývá u zápisu běžný příklad sestavit obrázek z přiložených geometrických tvarů.

Děti si neumí zavázat tkaničky, mají problém se stříháním. Některé dokonce nikdy v životě neviděly švihadlo, mají problém s koordinací pohybu při plazení, chytání míče. S touto nešikovností, nerozvinutou jemnou i hrubou motorikou, jde pak ruku v ruce ve škole problém se psaním.

### **Pohyb je základně propojen s rozvojem centrální nervové soustavy a osobností dítěte**

V předškolním věku dítě skrze pohyb poznává samo sebe, své schopnosti a dovednosti. Ostatně to potvrzuje i rodinná terapeutka Mgr. Irena Teichmanová s tím, že pokud se dítě nehýbe, může to mít i negativní vliv na nástup do první třídy. Dítě může mít například vady řeči, poruchy pozornosti nebo být méně manuálně zručné.

Před vážnými problémy u dětí v předškolním věku varuje i Mgr. Lucie Roubová, učitelka 15. základní školy v Plzni a přináší tak cenný pohled z běžné praxe: „Poslední dobou pozoruji mezi prvňáčky stále rostoucí procento dětí, u kterých vážně základní koordinace pohybů. Oslabená hrubá motorika má vliv i na nižší obratnost mluvidel. Velmi se zvýšil počet dětí, které mají nějakou vadu řeči – nejčastěji jde o „patlavost“ - děti vyslovují špatně jednu, často i více hlásek,“ připouští.

Kvůli vážnoucí hrubé motorice pokulhává i ta jemná - děti si neumějí zavázat tkaničku, mají obtíže například při stříhání či lepení papírů. Nedostatky se projevují i jinde - horší koordinace těla se pak často objevuje spolu s problémy v grafomotorice, proto děti neumí správně uchopit tužku a adekvátně ji přitlačit k papíru.

„Z mé dvacetileté praxe je zřejmé, že děti, které během svých prvních šesti let navštěvovaly pohybové kroužky a kterým rodiče věnují svůj čas na společnou hru, čtení, vyprávění apod., mají v první třídě daleko lepší start,“ upozorňuje Roubová.

Novinkou v tomto směru je program Třidimenzionálního přístupu k pohybové výchově dětí, kde je kladen důraz kromě pohybové zdatnosti také na rozumový a sociální rozvoj dětí.

„Cvičení je postaveno tak, aby se rozvíjela hrubá i jemná motorika a současně se stimulovalo myšlení a sociální dovednosti. U dětí se tak zlepší obratnost, koordinace pohybů a celková zdatnost. Např. cviky na prostorovou koordinaci typu 'podlez pod, oběhni okolo, skoč do menší obruče a míč dej do větší' představují v pohybu skryté předmatematické představy, které děti potřebují znát, než začnou školní docházku. Rytmizací cviků za doprovodu říkanek zase děti trénují kromě pohybu i řeč. Mezi jednotlivými cvičebními jednotkami musí děti vydržet chvíličku sedět, dávat pozor a zkoušet si zapamatovat jednotlivé sekvence cviků. Přitom musí odolat pokušení si hned cvik zkusit, to mohou až poté, co skončí výklad. Ve škole se tak s větší pravděpodobností dokážou lépe soustředit a porozumět pokynům učitele, lépe si je zapamatují, neztratí záhy zájem a u činnosti vydrží,“ vysvětluje zakladatelka pohybových center The Little Gym v ČR a na Slovensku MUDr. Jana Mašátová.

Zdroj: profimedia.cz