



Inšpirácie pre rodičov, ako pracovať (nielen) s predškólakom

Hlavné zásady práce:

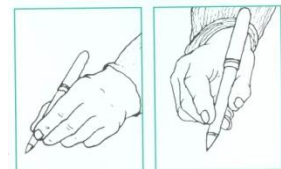
1. *Systematickosť* – každý deň.
2. *Efektívnosť* – menej je viac, pracovať nie dlho – 10 až 20 minút, rešpektovať individualitu a osobnosť dieťaťa. Postupne je čas možné predlžovať.
3. *Využívať aktivity, ktoré sú pre dieťa prirodzené a má ich rado* – pohyb, hru, kreslenie, čítanie rozprávok...
4. *Jedna aktivita môže splniť viac cieľov* –napr. čítanie rozprávky sa dá využiť na rozvoj verbálnych schopností (rozšírenie slovnej zásoby), rozprávanie o príbehu a hľadanie nových spôsobov ukončenia príbehu na rozvoj komunikačných zručností, fantázie, pozornosti – musíme vedieť o čom sme čítali...
5. *Motivovať* – chválime a oceňujeme aj snahu a dieľčie úspechy.
6. *Postupnosť krokov a reálnosť očakávaní*. Napr. najprv zvládneme pravo-ľavú orientáciu, potom začneme s orientáciou v priestore: dopredu doprava, dozadu doľava... Netlačiť na dieťa, keď „nemá dobrý deň...“, striedať činnosti, začať činnosťou, ktorú má rado.
7. *Vytvoriť režim dňa*, hlavne ak chceme trénovať niečo, čo deti odmietajú. Je dobre stanoviť si pevný čas, kedy budeme činnosť robiť pravidelne (preferujeme vždy hravú formu), tým postupne dôjde k zautomatizovaniu – dieťa prestane činnosť odmietat a zároveň ho pripravujeme na školskú prácu (ak zabudneme, samo nás upozorní, že je čas začať).
8. *Osobný príklad*, nezabudnite, že pre dieťa ste vzor, v zmysle slov PhDr. Ivana Štúra: „Netreba vychovávať, treba pekne žiť a dieťa sa pridá.“

Oblasti rozvoja

- *Rozvíjať hrubú motoriku*, napr. loptové hry, naháňačky, cvičenie (ukážem pohyb a dieťa ho napodobní... – najprv sa postavím vedľa dieťaťa, potom zrkadlovo), bicyklovanie...
- *Rozvíjať jemnú motoriku*, napr. kreslenie, vymaľovanie, strihanie, nalepovanie, ručné práce, pomoc pri prácach v domácnosti – miesenie, vykrajovanie cesta (v rámci možností 😊)... Ľavákom zabezpečiť nožničky pre ľavákov.
- *Rozvíjať kresbu* – dbať na správny úchop ceruzky.

Pri nácviku správneho úchopu odporúčame tento postup: ceruzku držať asi 2-3 cm nad hrotom, druhý koniec ceruzky smeruje k ramenu tej ruky, ktorou dieťa kreslí. Prostredník je pod ceruzkou, ukazovák zvrchu, ale neprehýba sa, palček zhora. Pre dieťa postačí inštrukcia: „Dávať ceruzku do postielky“ – prostredník je postielka, na ktorej bude ležať ceruzka, palec je perinka a ukazovák je vankúšik.

Správny úchop môžeme uľahčiť a podporiť používaním trojhranných ceruziek, pasteliek alebo násad na ceruzky.



Rozvíjať obsahovú stránku kresby postavy (dbať aby postava mala všetky potrebné prvky, napr. oblečenie, 5 prstov ..., odkresľovanie geometrických tvarov, dokresľovanie obrázkov...

- *Trénovať správnu výslovnosť* – rešpektovať odporúčania logopédov, byť pre dieťa správny rečový vzor, rozprávať spisovne.
- *Rozvíjať komunikačné zručnosti*
 - v kontakte s inými deťmi, napr. pri hre,
 - naučiť ho zásady komunikácie s dospelými – vykkanie, pozdrav, oslovenie...
- *Rozvíjať slovnú zásobu*, porozumenie obsahu prečítaného, napr. čítať rozprávky, príbehy, vysvetliť neznáme slová, povzbudiť dieťa, aby zreprodukovalo obsah prečítaného po častiach, samo vymyslelo nové riešenia vzniknutej situácie...
- *Rozvíjať pozornosť* – všímať si rozdiely na obrázkoch, hľadať rovnaké obrázky, pýtať sa na obsah prečítaného, zamerať sa na podrobnosti z rozprávky (napr. aké šaty mala Popoluška – farba, dĺžka, aké mala vlasy...).
- *Rozvíjať pamäť* – hrať Pexeso, alebo skryť tri predmety, ktoré predtým dieťa videlo, dva odkryť, dieťa bude hádať, ktorý predmet zostal schovaný... Naučiť sa básničku alebo pesničku.
- *Rozvíjať všeobecné vedomosti* – poznať ročné obdobia (využiť pobyt v prírode a to, ako sa mení), poznať zvieratá, stromy rastliny, rozlišovať farby, vedieť správne pomenovať základné geometrické tvary, mať číselnú predstavu aspoň do 5, orientovať sa vo vzťahoch veľkosti, množstva a poradia...
- *Rozvíjať priestorovú predstavivosť* – vpravo, vľavo, hore, dole...
 - Využiť prácu s telom: postupne dvíhame pravú ruku, ľavú ruku, poskáčeme na pravej nohe, ľavej nohe...
 - Rozdeliť papier na 4 časti, inštrukcia: „Nakresli do pravého horného rohu kruh...“
 - Hra na skrývačku – schováme hračku a navigujeme dieťa ku skrýši (vpravo a dopredu...), potom môže dieťa schovať hračku a navigovať rodiča.
- *Rozvíjať orientáciu v čase* – ráno, večer, včera, dnes, zajtra... Rozprávať sa, čo robievame ráno, večer, čo sme robili včera, čo budeme robiť dnes, na ktoré činnosti sa môžeme tešiť zajtra, v lete...
- *Výchovné pôsobenie* – viesť dieťa k disciplíne, dbať na dôsledné dodržiavanie nastavených hraníc a noriem správania, ktoré sú dôležité, pretože dávajú deťom pocit istoty a bezpečia (plnenie pokynov, rešpektovanie zákazov). Musíte byť jednotní. Je prirodzené, že deti sa pokúšajú občas hranice prekročiť, alebo posunúť (preto sú hranice hranicami ☺). Venovať zvýšenú pozornosť žiaducemu správaniu, oceňovaním ho posilňovať...
Využiť výchovné pôsobenie rozprávok, napr. v rozprávke O kozliatkach, kozliatka doplatili na to, že nepočúvli mamičku a pustili dnu vlka...
- *Posilňovať vôľovú reguláciu správania* – tľmiť hnev a agresivitu.
- *Chváliť a oceňovať* aj malé úspechy, pri strate motivácie povzbudzovať k hľadaniu nových riešení a inejcesty, ktorá vedie k dosiahnutiu cieľa – posilňovať kognitívne schopnosti, vôľové vlastnosti a sebavedomie dieťaťa... Naučiť ho nevzdať sa, prekážka nech je výzvou a zároveň dobrodružstvom pri hľadaní správneho riešenia.
- *Byť dieťaťu oporou* a trpezlivým poslucháčom a spoločníkom. Zaujímať sa, čo ho trápi, vedieť, čo ho teší.
- *Podporovať talent, rozvíjať nadanie, odhaľovať potenciál*. Nájsť oblasť, v ktorej je dieťa šikovné (každý sme originál a v niečom vynikáme).

Nezabudnúť, že cieľom spoločných aktivít je, aby u dieťaťa dominovali pozitívne zážitky a skúsenosti. A hoci to vyzerá náročne, mnohé činnosti sa dajú robiť pri bežných, každodenných aktivitách a pri jednej činnosti rozvíjame aj niekoľko oblastí, napr. spievať

môžeme počas cesty v aute, dieťa môže rozprávať, čo vidí pri ceste z okna, spočítať koľko semaforov sme prešli, aké farby na nich svietili (rozvíjame: slovnú zásobu, matematické predstavy, pozornosť, rozlišovanie farieb); pri hraní Pexesa trénujeme pamäť, pozornosť, priestorovú predstavivosť a keď pomenujeme obrázky aj slovnú zásobu.

Príklady ako pracovať s textom rozprávky (otázky po prečítaní rozprávky a rozvíjané oblasti):

O kozliatkach

Koľko mala koza kozliatok? (Matematické predstavy, pozornosť, pamäť.)

Čo im prikázala? (Prečo je dobre rešpektovať príkazy dospelých.)

Čo nemali urobiť kozliatka? (Porušenie zákazu malo dôsledky. Napr. keď nepočúvnem, čo sa môže stať – predvídať dôsledky svojho správania, nekonať impulzívne.)

Čo sa stalo potom? (Slovná zásoba, pozornosť, pamäť.)

Čo by bolo správne, aby kozliatka urobili? (Keď rešpektujem príkaz, predídem rizikovému správaniu a nebezpečenstvu. Rozvíjanie slovnej zásoby, fantázie, čo mohli urobiť kozliatka inak, ale hlavne správne.)

O dvanástich mesiacikoch

Ako sa mesiacikovia volali? (Pozornosť, pamäť, môžeme naučiť dieťa názvy mesiacov v roku – napr. najprv iba tria ktoré mesiace sa spájajú s konkrétnymi ročnými obdobiami.)

Koľko bolo mesiacikov? (Matematické predstavy, pozornosť, pamäť.)

Prečo v zime nerastú fialky? (Ročné obdobia, ich charakteristika.)

Ako išlo vajce na vandrovku

Koľko zvieratiek stretlo vajce po ceste? (Matematické predstavy, pozornosť, pamäť.)

Ktoré zvieratká stretlo? (Poznať zvieratá, naučiť sa niečo o nich – kde žijú, čo jedia...)

Koľko zbojníkov žilo v chyži? (Matematické predstavy, pozornosť, pamäť.)

Nakreslením obľúbenej postavy, alebo príbehu rozvíjame jemnú motoriku. Nakreslením vlastného konca rozprávky, ktorý navrhne dieťa, tvorivé myslenie. (Kresby môžete poslať a zapojiť sa do nášho projektu Kde bolo, tam bolo, alebo rozprávky očami detí – obsah, podmienky a kontaktná adresa vid' naša webová stránka: www.cpppamartin.sk.)

Toto je len pár námetov, fantázii sa medze nekladú ☺.

Tak veľa radosti a tvorivosti pri spoločných aktivitách!

V prípade akýchkoľvek otázok ma kontaktuje prostredníctvom e-mailu: granakovacpppamtm@gmail.com, prípadne pošlite námety na témy, o ktoré máte záujem.

Vypracovala: PhDr. Katarína Graňáková, psychologička CPPPpP Martin