

Milí rodiče,

pokud máte doma malé dítě, které poprvé nastoupilo do školky, a hledáte rady, jaké dovednosti se mu tam (a nejen tam) budou nejvíce hodit, připravil pro vás výbor Klubu rodičů ve spolupráci s učitelkami MŠ přehled zručností a úkonů, jejichž rozvoj můžete doma sami podpořit. Samozřejmě zde není uveden výčet všeho, co by dítě v tomto věku mělo zvládat, spíše to nejdůležitější, s čím se bude vaše ratolest ve školce denně setkávat. Navíc je nutno přihlídnout k tomu, že každé dítě má vlastní tempo učení a některé dovednosti si osvojí dříve, jiné později.

## Na čem tedy lze s tříletým dítětem pracovat?

### KOMUNIKACE A SOCIÁLNÍ DOVEDNOSTI:

- nebát se požádat o pomoc např. při oblékání, při potřebě na WC, neví-li si rady, vidí-li někoho plakat...,
- vyjádřit, co se dítěti líbí/nelíbí,
- pozdravit/poděkovat/poprosit/omluvit,
- neskákat do řeči,
- počkat, než je na řadě,
- vyjadřovat se přesně (nepoužívat „toto, tamhle, tamto...“), vyprávět celými větami,
- vnímat potřeby druhých, reagovat na ně,
- neprosazovat se na úkor druhých,
- přijmout a dokončit úkol,
- spolupracovat, podílet se na činnostech ve skupině, pomáhat.

### HYGIENA:

- samostatně používat WC, později i správně používat toaletní papír,
- splachovat,
- samostatně umýt ruce mýdlem (po WC, před jídlem), utírat do ručníku,
- vysmrkat se.

### STOLOVÁNÍ:

- správně držet lžici (téma správného úchopu lžice je zpracováno samostatně),
- samostatně jíst z vlastního talíře,
- pít z hrnku/skleničky,
- naplnit si sklenici z výdejníku vody,
- pomáhat s chytáním předmětů ke stolování,
- sklízet po sobě ze stolu.

### OČNÍ KONTAKT:

- při rozhovoru zvládnout navázat oční kontakt, nevyhýbat se mu.

### OBLÉKÁNÍ:

- rozepínat zip,
- stahovat/natahovat kalhoty,
- stahovat/natahovat tričko,
- zout boty rukama,
- rubovat oblečení s pomocí (př. kousek oblečení dítěti podržíme a dítě rukávy/nohavice vyrubuje),
- ukládat věci na správné místo, poznat si svoje oblečení,
- později rozpoznat přední/zadní stranu oblečení, levou/pravou botu, zapínat oblečení.

### HRUBÁ MOTORIKA:

- skákat snožmo,
- překročit nízkou překážku,
- chodit po schodech bez pomoci dospělého + střídat nohy,
- stát na jedné noze (pár vteřin),
- kleknout, dřepnout (+ obecně porozumění pokynům),
- uvědomění si vlastního těla,
- později přecházet po čáře (kladině), skákat na 1 noze.

### JEMNÁ MOTORIKA:

- manipulovat s drobnými předměty (například navlékat korálky, připevňovat kolíčky, práce s modelínou, lepení),
- stříhat nůžkami (více informací o stříhání, správném úchopu nůžek apod. je zpracováno samostatně),
- později krájet, nalévat polévku, namazat chleba.

### GRAFICKÉ PRVKY:

- správně držet tužku (důležitý tzv. špetkový úchop, ale i postavení a uvolněnost ruky, držení těla) – dbáme na správné držení již od počátku!,
- namalovat svislou čáru (pohyb shora dolů),
- namalovat vodorovnou čáru (pohyb zleva doprava),
- namalovat kruh (3 - 3,5 roku), později čtverec, trojúhelník, vlnovka, spirála, zuby.

### SPONTÁNNÍ KRESBA:

- při „čmáranici“ pojmenovat to, co nakreslilo,
- mezi 3. - 4. rokem vznikají kresby „hlavonožců“ (postava má trup/hlavu, a čáry jako končetiny).

### BARVY:

- přiřadit základní barvy, na pokyn ukázat požadovanou barvu,
- pojmenovat barvy (4 roky), později i přiřadit/pojmenovat odstíny barev.

Jestli jste zaznamenali, že děti mají ve školce nějaká pravidla, ale neznáte je, zde jsme je pro vás shrnuli:

- Srdíčkové – jsem kamarádský, chovám se pěkně k ostatním.
- Šnečkové – ve třídě chodím pomalu.
- Smetáčkové – uklízím po sobě.
- Pusinkové – mluvím přiměřeně nahlas (je-li hluk, dá si paní učitelka prst před pusou a zvedne druhou ruku, kdo si všimne, udělá totéž, dokud se všichni neutiší).
- Kapičkové – neplýtvám vodou.

## Více informací...

Chtěli byste více informací o tom, co by mělo dítě mezi 3-4 rokem zvládat nebo jaké činnosti mu v rozvíjení schopností pomohou? Využívanou publikací na toto téma je například Diagnostika dítěte předškolního věku od Bednářové a Šmardové (2011), která se věnuje celému předškolnímu období (3-6 let), kdy pro každou věkovou skupinu jsou uvedeny různé úrovně schopností a příklady činností a cvičení, které s rozvojem pomohou. My zde můžeme ve zkratce uvést následující:

Dovednosti (3-4 r.):

- najít odlišný obrázek v řadě (liší se velikostí, změnou polohy...) / najít stejné obrázky,
- poskládat obrázek ze 2/4 (příp. několika) částí,
- rozlišit pojmy nahoře/dole a předložky na/do/v, později vpředu/vzadu, daleko/blízko, první/poslední a předložky před/za/nad/pod/vedle/mezi,
- mluvit ve větách a souvětích, začleňovat většinu slovních druhů, skloňovat, časovat,
- pojmenovat běžné věci na obrázku, říct jednoduchou říkanku, chápat jednoduché protiklady, rozlišovat jednotné/množné číslo, pamatovat si jména,
- lokalizovat směr a předmět zvuku,
- zopakovat jednoduchou větu o 3-4 slovech, pamatovat si 3 nesouvisející slova,
- porozumět rozdílu malý/velký, málo/hodně, krátký/dlouhý, prázdný/plný,
- třídit podle 1 kritéria (barva, tvar, velikost, umístění předmětu).<sup>1</sup>

Činnosti pro rozvoj (3-4 r.):

- podporujeme všechny tělesné aktivity hrubé motoriky – skákání, přelézání, jízda, házení, lezení, rovnováha aj.,
- jemné motorice napomůžeme hrou se stavebnicemi, puzzlem, pískem/moukou, lepením, mačkáním koulí z papíru, modelováním, šroubováním šroubovákem, řezáním pilou, zatloukáním kladívkem, malováním, stříháním (nejprve krátké přestřížení, později stříh delší plochy), šroubováním uzávěrů lahví atd.,
- zrakové vnímání rozvíjíme popisem při běžných činnostech (vezmeme modrou kostku), vyhledáváme shody nebo odlišnost (korálky, pexeso), skládáme puzzle či skládanky (postačí i rozstříhané pohlednice, přičemž 1 slouží jako předloha), vkládáme tvary do shodných otvorů, povídáme si s dítětem o tom, co vidělo (během dne, výletu, představení), co vidí na obrázku, které předměty jsme použili při stolování apod.,

---

<sup>1</sup> BEDNÁŘOVÁ, J., ŠMARDOVÁ, V. *Diagnostika dítěte předškolního věku: Co by dítě mělo umět ve věku od 3 do 6 let*. 1. vyd. Brno: Computer Press, a.s., 2011. ISBN 978-80-251-1829-0.

- vnímání prostoru zdokonalíme pojmenováváním toho, co vidíme okolo sebe, kudy jsme šli, upozorňujeme na objekty,
- pro lepší vnímání času dodržujeme denní algoritmy, popisujeme (je večer, a proto jdeme spát) a povídáme si o tom, co se stalo dříve a co později, co uděláme nejdřív a co posléze (oloupeme brambory a uvaříme je),
- pro podporu řeči zvýšíme ovládání mluvidel jazykovým cvičením (olizování horního/dolního rtu, vyplazování jazyka k nosu/bradě, mlaskání jako na koníčka), cvičením rtů (špulení, nápodoba kapříka, vtažení rtů dovnitř, brnkání prstem o dolní ret, pískání, pípání), čelistí (otevírání úst, přežvykování, předsazení horní/dolní čelisti), nácvikem dýchání (hluboký nádech nosem, pomalý výdech, foukání na zmrzlé ruce, do papírku na stole, horké polévky, přerušování výdechu prsty/dlaní, rychlý nádech/výdech), nápodobou zvuků (had, husa, včela, volání na kočičku „či, či, či“),
- vyzýváme k mluvení (co dítě prožilo/vidělo), trpělivě odpovídáme na „Proč?“, jednoduše komentujeme, co děláme, namísto opravování či napomínání zopakujeme to, co řeklo dítě, ale ve správné formě, po dítěti zopakujeme informaci a přidáme k ní další, vybízíme k přemýšlení/volbě, motivujeme dítě k doplňování věty,
- vyprávíme pohádky, básničky, říkadla, rozpočítadla, zpíváme, rytmizujeme,
- dbáme na omezení přesycenosti zvukovými podněty (televize), můžeme naslouchat tichu (vždy najdeme nějaký zvuk), lokalizujeme a poznáváme zvuky, necháme předat krátký vzkaz,
- základní matematické představy budujeme trénováním pojmů krátký/dlouhý, méně/více, úzký/široký, prázdný/plný, požádáme dítě, aby doplnilo tácky k podšálkům na stole, aby vytvořilo druhou řadu kostek o stejném počtu, společně s dětmi při běžných činnostech počítáme (dvě lžičky, tři stromy).<sup>2</sup>

A pokud by vás zajímala lateralita (upřednostnění levé/pravé ruky), pak vám zde můžeme stručně shrnout informace z téže publikace:

- zhruba ve čtyřech letech již většina dětí užívá jednu ruku přednostně, do té doby se období střídání rukou mohou měnit (necháme na dítěti, kterou bude používat!, pouze opravujeme špatný úchop), v 5-7 letech je lateralita zřetelně viditelná a proces je plně ustálen až v 10-11 letech, ale před nástupem do ZŠ musí být ruka vyhraněná.
- lateralitu můžeme vyzorovat při běžných činnostech a aktivitách dítěte, všímáme si, která ruka je aktivnější/obratnější, zda dítě ruce střídá, kterou rukou činnost zahajuje – vyzorovat můžeme např. při otvírání dveří, rozsvěcování světel, listování v knize, česání, skládání kostek, kreslení (je důležité všimnout si i způsobu úchopu tužky, tlaku na tužku, vedení čáry, uvolněnost ruky, přesnost...),
- obdobně můžeme zjistit i lateralitu oka (př. požádat dítě, aby se podívalo do lahvičky, klíčové dírky), ucha (př. nechat poslouchat hodinky) či nohy (př. vylézt na stoličku, kopnout do míče).<sup>3</sup>

<sup>2</sup> BEDNÁŘOVÁ, J., ŠMARDOVÁ, V. *Diagnostika dítěte předškolního věku: Co by dítě mělo umět ve věku od 3 do 6 let.* 1. vyd. Brno: Computer Press, a.s., 2011. ISBN 978-80-251-1829-0.

<sup>3</sup> Tamtéž.