

STARTUJEME PŘEDŠKOLÁKY

Přemýšlíte, jak připravíte svého předškoláka na školu?

Tápete, co má vlastně předškolák zvládnout, aby měl ve škole dobrý nejen start?

Děsíte se toho, že budete muset trávit plno čas nad pracovními listy?

Máte strach z 1. třídy pro své dítě?

Máte obavy, jestli bude váš předškolák dobře připravený do školy?

A jestli si s tím jako rodiče poradíte?

Chcete, aby se váš předškolák těšil na co, se ve škole naučí?

Chcete se i vy jako rodiče těšit na školu?

Stěžováním nic nevyřešíme, buďme konstruktivní.

Nenabízím návod nebo recept, ale inspiraci propojenou s vysvětlením, abyste mohli do běžného života vložit předškolní přípravu.

Návod by nás navíc omezoval, protože každé dítě je jiné, a když s ním tvoříte, pracujete a učíte se, svými reakcemi a nápady vás také vede dál, i vy se učíte od něj.

Vždy budete mít na vybranou z více variant – různé úrovně náročnosti, různá časová náročnost, můžete si zvolit, kolik sil, času a financí do úkolů investujete.

Super, **"Startujeme předškoláky"** je skvělý základ – je energický, pozitivní a zároveň ukazuje na začátek důležité cesty.

Tady ti rozvedu, jak by se to dalo dále uchopit:

Startujeme předškoláky je unikátní program, kde se děti učí praktickými aktivitami, pohybem a každodenními výzvami. Rodiče se stávají jejich průvodci na cestě k samostatnosti, rozvoji a radosti z učení. Hra je práce – a my ji bereme vážně i s úsměvem!

"Hra? Ano. Práce? Ještě víc! Poznejte, jak pohyb, činnost a zodpovědnost pomáhají nejen předškolákům vyrůst. Startujeme předškoláky – společně s vámi!"

Jsem dětská klinická psycholožka, v oboru působím 20 let, s dětmi intenzivně pracuji 10 let. Nejvíce se věnuji vývojovému posouzení dětí a největší část mých dětských klientů tvoří právě předškoláci. A taky jsem máma dvou dětí.

Za uplynulé roky jsem načerpala řadu podnětů, informací, inspirací a také poznatků a vědomostí nejen z oblasti klinické psychologie, ale i ze speciální pedagogiky, ergoterapie, logopedie, pedagogiky a samozřejmě z psychoterapie a rodinné terapie.

Proto může vznikat komplexní průvodce pro rodiče, jak své předškoláky v klidu, bez záplavy pomůcek, při společných aktivitách, v praktických situacích postupně připravovat na školu. Zjistíte, že něco už vaše dítě dobře umí, jiné věci se osvědčí více potrénovat a další třeba jen doladit.

Bonus ke komplexnímu průvodci **STARTUJEME PŘEDŠKOLÁKY**: rodičům, kteří se zapojí do programu, garantuji, že u mě jejich dítě může absolvovat komplexní psychologické vyšetření, pokud by se rozvoj nedařil tak, jak by měl a mohl.

Startujeme předškoláky

Máte obavy, jak váš předškolák zvládne přípravu na školu?

Nejste si jistí, jestli se ve školce učí to, co bude potřebovat?

Děsí vás, že se škola rychle blíží?

Netušíte, jak máte svému předškolákovi pomoci?

Za dvacet let psychologické praxe a za deset let intenzivní spolupráce s dětmi a rodiči jsem nashromáždila velké množství informací a tipů, které bych ráda předávala více rodičům, nejen ve své ambulanci.

V psychologické praxi vidíme, že v předškolní přípravě potřebujeme pro děti i pro rodiče dobré a reálné cíle, nápady a inspiraci. Od školního roku 2026/2027 nastane změna a v 1. ročnících se začnou setkávat děti různě připravené na školu. Proto už nyní začínáme s rodiči myslet na poctivou přípravu jejich předškoláků.

Připravujeme program na komplexní přípravu předškoláků pro rodiče – bude online, dostupný kdykoli a kdekoli, abyste si ho s sebou mohli brát všude.

Co obsahuje?

- všechny oblasti předškolního vývoje a přípravy
- vysvětlení, co a proč se rozvíjí a procvičuje
- praktické tipy, ukázky, videa, návody, doporučení
-

doplňm

Dítě, které může navázat na dobře zvládnuté předškolní období, má velmi dobré podmínky, protože může navázat na vlastní iniciativu, snaživost, konání, plánování a realizování cílů, samostatnost, tvořivost, nápady. Nastavili-li rodiče jasná pravidla a hranice, dítě ví, jak se má kdy chovat, umí spolupracovat, ovládnout se, umí brát ohledy na druhé.

Na závěr připomeňme ještě časté mýty rodičů ohledně předškolní přípravy:

- není třeba dítě učit, ke všemu dozraje samo, až bude připravené X děti nevědí, co mají umět a co by je všechno zajímalo, co by je posunulo dál, co potřebují rozvíjet
- ve školce ho na školu připraví X v některé ano, v některé ne

Praxe ukazuje, že děti se učí to, co je baví, a z logiky věci nemohou objevovat to, s čím se neseznámí, takže když mají různorodé podněty, budou se vyvíjet mnohem lépe, než když si mají na všechno přijít samy víceméně náhodou. Školková příprava je velmi různorodá a zdaleka nemá jednotnou skladbu ani úroveň. Právě nestejná kvalita školní přípravy v mateřských školách byla velkou inspirací pro vznik průvodce STARTUJEME PŘEDŠKOLÁKY.

Tohle bude ještě k dispozici kromě toho plakátu na dvě A4 (nevím, jestli to ale není moc)

Chcete se dozvědět ještě víc?

Předškolní děti hodně a hodně potřebují rozvíjet pohybové dovednosti. Nepodceňujme je, patří k hlavním schopnostem a dovednostem. Patří sem pohyby celého těla – hrubá motorika, pohyby prstů a zápěstí, tj. ruky – jemná motorika, dále koordinace pohybů a také pravolevá orientace, tzv. křížové pohyby („něco“ dělat levou rukou na pravé straně těla a obráceně)

Velkým tématem je řeč a slovní zásoba, s ní souvisí sluchové vnímání a rozlišování – jak dítě vnímá ucelený obsah řeči, jednotlivá slova, nakolik umí slova rozdělit na slabiky, hlásky, a jak umí ze slabik a hlásek složit slova.

Mnoho dětí má s řečí potíže, a to nejen s výslovností. Zahájení logopedické péče je důležité neoddalovat, nenechat se ovlivnit názory druhých.

Zrakové vnímání a rozlišování znamená, že dítě se postupně více a více učí vnímat a rozlišovat detaily, rozdíly mezi nimi, orientuje se stále spolehlivěji na ploše, rozvíjí orientaci v prostoru – kde co je v prostoru 2D, 3D, s tím souvisí pravolevá orientace, rotování předmětů – např. když otočíme hrací kostku o 45 stupňů, dítě pořád vnímá, že je na horní ploše stejný počet teček. Na to navazuje vnímání zrcadlově převrácených tvarů jako odlišných, což je důležitý předpoklad pro dobré základy čtení a psaní.

Se zrakovým vnímáním, pohybem souvisí i tzv. vizuomotorika, tj. kombinace obou oblastí, tj. dítě něco vidí a to překreslí, tvární, jinak řečeno ruka udělá to, co si dítě představí. Mluvíme i o souhře oka a ruky.

Nepodceňujme ani počítání a logické uvažování. Nestačí, když děti umějí mechanicky počítat, je třeba, aby zvládly přiřazovat určitý počet k číslům (do 10). K takzvaným předmatematickým schopnostem patří i zvládání rozdílů typu nejmenší a největší, nahoře a dole, vepředu a vzadu, málo a hodně. Proč? Protože matematika je úzce propojená s orientací v prostoru, stejně jako vnímání času.

Některé děti se dobře soustředí, jiné neposedí. Některé děti se rády učí, jiné ne – důvody jsou různé, ale správný předškolák se chce učit, poznávat, objevovat. Některé děti jsou velmi pečlivé, nemohou tedy pracovat rychle. Pečlivý člověk se zaměřuje na detaily a to chce čas. Při předškolní přípravě také leckdy odhalíme problémy s pamětí – často je mívají děti, u kterých se řeč nerozvíjí zcela dobře.

Samozřejmě nesmíme opomenout emoce – sebeovládání, tzv. frustrační toleranci, tj. schopnost zvládat stres, zátěž, poradit si s větší výzvou; vydržet nepohodlí, nudu.

A sociálními dovednostmi výčet završíme – problémy v této oblasti často bývají uváděné jako důvod k odkladu školní docházky, ale skutečně dítěti pomůže další ve školce k tomu, aby začalo lépe zvládat vrstevnické vztahy?

Neopominu ani vsuvky ohledně výchovy. Současný trend výchovy často preferuje vydatnou pomoc dětem, naše společnost podporuje tzv. hyperprotektivitu, nadměrné ochraňování a pomáhání. Jenže holý fakt je, že nové dovednosti si osvojujeme pod vlivem určitého stresu. Součástí každé výzvy je stres, potřeba naučit se něco nového, překonat překážky, překonat svá dosavadní omezení, zatnout zuby, „zamakat“.

Když děti začnou chodit do školy, je pro ně důležité, aby jejich snaha přinášela dobrý výkon, aby měly úspěch a zažívaly, že jsou šikovné. Děti mají cíle, chtějí jich dosahovat, uspět, učit se nové věci, pochlubit se, co dokážou. Chtějí být na prvních místech v závodech, být ocenění na hudebních vystoupeních, v soutěžích, mít vystavené malby na výstavách. Umějí „zabrat“, umějí upřednostnit snahu před zábavou – a pak prožít úspěch. Chtějí udělat radost paní učitelce, mít úkoly správně, zvládat školní nároky, jak paní učitelka vyžaduje.

Když se daří dětem očekávání naplňovat a jsou úspěšné, rozvíjejí své sebevědomí, pocit vlastní hodnoty, mají chuť dále se učit, do školy chodí rády, emočně jsou vyrovnané, mají dobré vztahy s dětmi.

Opak si pro děti nepřejeme, nechceme, aby se cítily méněcenné, neschopné, ponižované škatulkováním, že jsou nešikovné. Pro řadu dětí je školní příprava doladěním, pro jiné je to velká dřina – hlavně pro děti, které mají problémy v některé oblasti (řeč, zrak, sluch, vztahy, emoce...).

Například některým dětem připadají písmena a čísla podobná, nejde jim počítání, pořád je pletou. Představte si, že 50–75 % dětí s poruchou vývoje řeči zažívá neúspěch ve škole. A to mají pořád něco trénovat, navíc doma číst a psát včetně prázdnin, chodit na nácviky, dělat cvičení, chodit na logopedii. Děti nechápou proč, k čemu to je. Ostatní nic takového nemusejí, a ještě mají tolik jedniček a paní učitelka jim dává za příklad.

Dítě, které může navázat na dobře zvládnuté předškolní období, má velmi dobré podmínky, protože může navázat na vlastní iniciativu, snaživost, konání, plánování a realizování cílů, samostatnost, tvořivost, nápady. Nastavili-li rodiče jasná pravidla a hranice, dítě ví, jak se má kdy chovat, umí spolupracovat, ovládnout se, umí brát ohledy na druhé.