

CVIČENIA PRE PREDŠKOLÁKOV

Rozvoj špecifických funkcií pred
osvojením písania, čítania a počítania



Obsah

- *Rozvoj jemnej motoriky*
- *Rozvoj reči predškoláka*
- *Rozvoj zrakového vnímania*
- *Rozvoj pamäte*
- *Rozvoj pravo-lavej orientácie, matematických predstáv, seriality a intermodality*
- *Nápady na aktivity s deťmi a odkazy na stránky*

tel. 02/64288090 mail: poradenstvoba4@gmail.com
www.psychologickeporadenstvo.sk

Rozvíjame jemnú motoriku

Rozvoj jemnej motoriky je súčasťou prirodzených aktivít detí. Rozvíja sa pri sebaobslužných činnostiach dieťaťa (obliekanie, používanie gombíkov, zipsov, zaväzovanie šnúrok, čistenie zubov, strihanie...) aj pri **hre**, kde si dieťa môže vyskúšať konštruovanie (skladačky, stavebnice, kocky, puzzle, mozaiky, korálky...),

Postupne vytvárame **príležitosti na kreslenie**, podporujeme **správne návyky** – pinzetový úchop ceruzky, primeraný tlak na podložku, správne sedenie, sklon hlavy...

Na rozvoj jemnej motoriky detí používame rôzne kresliarske pomôcky. Vhodné je začať mäkkými materiálmi, použijeme voskové pastelky, kriedy, hrubšie (trojhranné) ceruzky. Fixky je vhodné začať používať až v mladšom školskom veku. Veľmi priaznivo rozvíja zručnosti a kreativitu plastelína, hlina, modulit, piesok, múka atď.



Na rozvčičenie prstov využijeme:

- * Penové loptičky nám poslúžia aj na stláčanie a žmýkanie v pravej a ľavej ruke samostatne, potom striedavo; krúžime nimi medzi dlaniami, na podložke; prekladáme (ak zvládneme) z ruky do ruky.
Cvičíme najskôr vedúcou rukou, potom druhou rukou, oboma rukami - so zrakovou kontrolou alebo aj bez nej. Po každom cviku by mal nasledovať krátky relax.
- * Motivované pohyby prstov- solenie, drobenie, napodobňovanie hry klavíri na stole, na trúbke vo vzduchu, napodobňovanie umývania rúk, padanie lístia, kvapiek dažďa prstami, dirigovanie ukazovákmi, lúskanie prstami, ukazujeme - znamenie pod' sem.

V druhej fáze si môžeme si zvoliť **kreslenie špongiou**. Navlhčenú špongiu namáčame do farieb a robíme odtlačky vlnovky, slučky a pod..

Kreslíme kriedou, hrubou pastelkou - uvoľňujeme krúživými pohybmi celú pažu, zápästie, ruku. Jednotlivé tvary lepšie precvičíme ak ich spočiatku zväčšíme. Zo začiatku si volíme jednoduchšie obrázky, ktoré obťahujeme jedným ťahom. Obrázok môže obsahovať rôzne krivé aj rovné čiary a slučky. Odporúčame pracovné listy, obrázky pod názvom – „Jedným ťahom“.

- ⇒ **Kreslíme za sprievodu hudby, spevu** - vytvárame grafický záznam rytmu, melódie, výšky tónov.
- ⇒ **Graficky znázorňujeme pohyb** - chôdzu, beh – stopy, mávanie, vlny...
- ⇒ **Kreslíme oboma rukami súčasne** – voľná téma alebo motivované pohyby.
- ⇒ **Spájame body zvislými a vodorovnými čiarami.**
- ⇒ **Kreslíme rôzne dlhé cesty rôznych smerov a tvarov.**
- ⇒ **Krčíme a trháme papier.**

- ⇒ **Striháme papier** - rozvíjame správnu techniku strihania..
- ⇒ **Lepíme** mozaiky, plošné obrázky, rozličné tvary – korálky, gombíky...
- ⇒ **Skladáme z papiera** - podľa predlohy skladáme plošné tvary a papierové predmety, origamy, veterníky, dbáme na dodržanie postupnosti skladania.
- ⇒ **Konštruujeme z papierového odpadového materiálu** - napr. garáž, domy, park, zvieratá z krabičiek rôznych tvarov a veľkostí.
- ⇒ Drevené **špajle lámeme**, tvoríme plošné obrazce z krátkych a dlhých špajdlí podľa predstáv dieťaťa, aj podľa predlohy.
- ⇒ **Z mäkkého drôtu** robíme rôzne tvary – vlnky, špirálu namotáваме na ceruzku, drôtikujeme kameň.
- ⇒ Používame **prstové farby modelujeme**, z cesta (zmiesime múku, vodu, ocot) môžeme výtvary aj upiecť (nepapáme, vystavujeme).
- ⇒ Deti obľubujú **navliekanie** cestovín, listov, slamiiek, šípok, navítaných gaštanov a tzv. **prevliekačky** Môžeme ich vyrobiť z kartónu a šnúrok do topánok.

V tretej fáze **kreslíme tvary, postavy, kompozície podľa námetu, kreslíme s porozumením** – resp. podľa inštrukcie (slovné zadania, riekanky, pesničky)

Rozvíjame jednotlivé oblasti reči predškolača

Ako posilniť gramatiku jazyka, tzv. jazykový cit?

Predložky: hrajte sa s hračkami v priestore: dávajte dieťaťu inštrukciu, kde má hračku dať (*Pes je pri posteli.*) a pýtajte sa, kde je hračka (*Kde je mačka? – pod stolom.*)

Množné číslo: pexeso – každý obrázok nahlas pomenujte – trénujte slovnú zásobu a použitie jednotného a množného čísla (jedno auto – dve autá, jedna jahoda – dve jahody,); vyberte obrázky/hračky a hádžte kockou. Dieťa počíta po číslo, ktoré padne na kocke; napr. máme obrázok mačky a padne číslo 5 – počítame *jedna mačka, dve mačky, tri mačky, štyri mačky, päť mačiek*;



Skloňovanie: pracujte s knižkami, s obrázkami a veľa pýtajte sa (*Komu patrí lopta? – chlapcovi; Kto je na obrázku a čo robí? – Dievča si umýva zuby*);

maľované čítanie *Na záhrade sa hrám s* 

Tvorte rozvité vety a súvetia: - rozvíjajte jednoduché vety otázkami (*Mama varí polievku. – Akú polievku? Kde ju varí?*) a tvorte vety prikladaním kartičiek (*Babka – piecť – čokoláda – koláč*).

Ako rozvíjať slovnú zásobu a význam slov?

Pomenovanie predmetov, obrázkov a ich kategorizácia: pomenúvajte obrázky, veci a rozdeľujte ich do kategórií (ovocie, zelenina, dopravné prostriedky, nábytok, povolania,...)

Tvorte homonymá (*koruna stromu – koruna kráľa*) a **antonymá** (*teplý – studený*)

Tvorte analógie - hľadajte slová na základe vonkajšej podobnosti a/alebo vnútornej súvislosti: (*Čo sa spája so slovom more? Čo ťa napadne pri tomto slove? MORE – voda, ryby, loďka,...* Dopln vetu: *Vonku je zima, musím si zobrať*)

Oprava významovo nesprávnych viet (*Citrón je slaný.; Aby som narástol, musím menej jesť.*)

Hádanky, pexesá

Rozvíjajte slovnú zásobu v spojení s pamäťou - ukážte dieťaťu 3 – 4 – 5 obrázkov (podľa schopností), potom ich obráťte a dieťa Vám povie aké obrázky si zapamätalo; - ukážte 3 – 4 – 5 obrázkov, následne jeden obrázok zameňte s iným a dieťa Vám povie, ktorý obrázok sa zmenil.



Ako rozvíjať naratíva – rozprávačské schopnosti?

- ukladajte dejové obrázky do správneho poradia a následne príbeh prerozprávajte;
- rozprávajte sa o obrázkoch, spoločne ich opisujte;
- veľa sa pýtajte: dávajte dieťaťu otázky pred čítaním príbehu (*rozvíjame fantáziu - O čom príbeh asi bude podľa úvodného obrázka?*), počas čítania a aj po čítaní. Otázky zameriavajte na porozumenie príbehu (*Prečo to tá postava tak spravila?*), pocity postáv (*Ako sa vtedy asi cítila?*) a pamäť (*Kto všetko v príbehu vystupoval?*);
- nechajte dieťa nakresliť, čo si z príbehu zapamätalo/čo sa mu tam najviac páčilo a následne ho nechajte porozprávať o tom;
- dieťaťu môžete príbeh porozprávať a dieťa ho následne prerozpráva;
- zahrajte si divadielko.

Ako zlepšiť výslovnosť a fonematické uvedomovanie?

Výslovnosť - pri tréovaní správnej výslovnosti je potrebné usmernenie logopéda – hlásky nevyvodzujte, robte iba prípravné cvičenia a posilňujte oromotorické svalstvo (robte grimasy pred zrkadlom).

Fonematické uvedomovanie - slová rytmizujte (slabikujte) - tleskajte, búchajte, skáčte, hrajte sa na robotov, ktorí smiešne rozprávajú;

Určujte prvú a poslednú hlásku predlžovaním (*Čo počuješ na začiatku slova SSSlon?*) – postupne od sykaviek k ostatným spoluhláskam, samohlásky

nechajte na koniec; spájajte hlásku s obrázkami (*A ako auto, M ako mačka*); hrajte sa reťaz (*myš – šál – lekno – okuliare -*)

Rozvíjame zrakové vnímanie

- Skladanie rozstrihaných obrázkov – pomôcky pohľadnice, obrázky z časopisov roztriháme na väčší, alebo menší počet kusov. Kúsky z jedného obrázka zamiešame a dieťa vyskladá obrázok.
- Vyhľadávanie určeného obrázka, alebo prvku v spleti čiar, príp. medzi inými obrázkami – figúra a pozadie. Nájdi na obrázku lienku, vtáčika...
- Vyhľadávanie dvojíc rovnakých obrázkov – pomôcky pexeso. Začíname vyhľadávaním 3-6 dvojíc, postupne pridávame.
- Bludisko – v spleti čiar, cestičiek vyhľadaj napr. Kto uloví rybu? Kto sa dostane najrýchlejšie k syru?...
- Nedokreslené obrázky – postup dieťa vidí najskôr celý obrázok, ten následne zakryjeme a jeho úlohou je dokresliť nedokončený obrázok, spýtame sa čo na ňom chýba.
- Spájanie obrázkov s ich tieňom – vyhľadávanie rovnakého tieňa, obrysu. Kto skôr uvidí? – hru sa môžeme hrať na prechádzke, v prírode. Súťažime, kto skôr uvidí človek v modrom kabáte, červené auto



Rozvíjame pamäť

Pamäť môžeme doma trénovať pomocou rôznych spoločenských hier = puzzle, pexeso,

- Čo chýba – z určitého počtu predmetov (5-7) jeden odoberieme
- Čítame, alebo hovorí príbeh. Určíme vopred slovo, pri ktorého počutí dieťa napr. tleskne, alebo nakreslí čiarku na papier.
- Opakovanie **riekanky** – po viacnásobnom spoločnom opakovaní riekanky dieťa doplní posledné slová slohy, príp. celú riekanku.
- **Balíme kufor**, alebo nákupný zoznam – hovoríme, čo zabalíme do kufra, alebo čo nakúpime v obchode. Úlohou dieťaťa je zapamätať si čo najviac vecí zo zoznamu.
- **Kimova hra** – deťom dáme do krabice alebo na stôl 5-10 predmetov, krabicu zatvoríme príp. predmety prikrijeme. Úlohou je zapamätať si čo najviac predmetov a vymenovať ich).

Pri nácviku je dôležité nacvičiť orientáciu dieťaťa najskôr na vlastnom tele až potom umiestňovať predmety z pohľadu dieťaťa.

Rozvíjame pravo-ľavú orientáciu

Pravo – ľavá orientácia na seba – ovláda ktorá je jeho vlastná pravá ruka, ľavé oko, pravé koleno,... (uvedomenie reverzne na druhej osobe až okolo 8.r života)

Orientácia v priestore /určiť polohu - na, vedľa, pod, nad, pri, hore, dole, medzi, ďaleko, blízko, prvý, posledný,.../

Kreslenie podľa návodu – úlohou dieťaťa je nakresliť obrázok podľa inštrukcií. Napr. nakresli slnko vpravo hore, vedľa vtáka, dole pod domom plot atď.

Využívať bežné životné situácie – manipuláciu s bežnými predmetmi - polož topánky do poličky vpravo atď. Skryjeme predmet a dieťa ho podľa inštrukcií musí nájsť.

Orientácia v čase (ovládať názvy dní v týždni, ročných období, častí dňa,..)

Rozvíjame matematické predstavy

Pri rozvíjaní základných matematických predstáv je potrebné najskôr pracovať s konkrétnymi predmetmi (kocky, figúrky, kamienky, gaštany a pod.) a až neskôr s obrázkami.

- Triedte predmety podľa druhu, tvaru, veľkosti
- Určujte množstvo – využívajte pojmy viac- menej- rovnako. Z kociek tvoríme uberaním, alebo pridávaním dve veže, stojace vedľa seba. Dieťa určuje, kde je menej a kde viac kociek, ktorá veža je vyššia, ktorá nižšia .
- Zoradíte predmety orientácia v rade (pojmy prvý, druhý, posledný, v strede, druhý z prava)



Vychádzajte z prirodzeného prostredia detí, hrovou formou Správne pomenuje geometrické tvary (kruh, štvorec, obdĺžnik, trojuholník)

- Doma, vonku vyhľadávame veci, ktoré majú tvar trojuholníka, štvorca, obdĺžnika...
- Kreslite podľa pokynu – nakresli 4 kruhy, 2 trojuholníky, 1 obdĺžnik...
- Vyfarbovanie obrázkov- dieťa určuje farby, pomenováva geometrické tvary, vyfarbuje.
- Počítajte do desať, ukáž mi koľko je 5 prstov, 2 prsty, 4 prsty...
- Hrajte sa hry ako domino, Človeče, nehnevaj sa.

Rozvíjame serialitu

Schopnosť vnímať časový sled, následnosť vecí a poradie. Potrebná pre plynulosť čítania a písania.

- pravidla napr. navliekajte korálky za sebou podľa vzoru (modrá, červená, žltá, modrá, červená, žltá atď.)

- dopĺňanie čo patrí do riadku s vynechaným okienkom (jabĺčko, hruška, slivka ... hruška...)
- učte dieťa sled krokov a pohybov napr. zamávame rukami, vyskočíme, spravíme dva kroky dozadu, zatočíme sa a spravíme drep. Pohybovú zostavu si zopakujte
- zahrajte sa skákaciou škôlku, alebo slimáka označte si políčka v akom slede budete skákať
- ukladajte obrázkov podľa časovej postupnosti napr. podľa prečítanej rozprávky.



popíš v akom časovom slede napr. ráno vstávame (umyjeme sa, obliekame, raňajkuje...) využívame pomiešané obrázky, ktoré dieťa správne zoradí.

Rozvíjame intermodalitu

Cvičenia zlepšujú schopnosť striedať rôzne spôsoby vnímania. Napr. podnet prijatý sluchom previesť do písanej podoby.

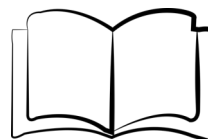
Trénujeme tak:

- snažíme vizuálne zapamätať kartičku z pexesa a zároveň jej presný názov napr. kvetiny na obrázku,
- rozprávanie pomocou obrázkov, skladanie obrázkov do deja, podľa predlohy a pod.
- Hra s obrázkami (spojenie videného s počutým). Dieťa má pred sebou pokladané obrázky a jeho úlohou je vybrať obrázok, ktorý sme pomenovali.
- Hra na signály – ťukáme na pohár: hore – hore – dole znamená slniečko, hore-dole-hore znamená oblak, dole-dole-dole znamená dážď. Pri hre sa striedajte, kto bude vyťukávať signál a kto určovať o aké slovo ide.
- Vytlieskajte slová podľa obrázkov: Úlohou dieťaťa je čítať obrázky a vytlieskať ich v poradí. Dieťa vytlieska slovo podľa obrázka a priraduje slová k symbolom. (@jedna slabika = jedno tlesknutie, @@ dve slabiky =dve tlesknutia, @@@ tri slabiky =tri tlesknutia) napr. mama @ @, pes @ .



Odkazy a linky

- nasedeticky.sk 53 pracovných listov
 - preškoly.sk
 - Detské časopisy napr. Adamko, Šikovniček
 - B. Sindelar: Predchádzame poruchám učenia
 - Mgr. Věra Gošová: Kuliferdo – školská zrelosť (rozvoj) pre MŠ (červený)
 - M. Mlčochová: Šimonovy pracovní listy
 - J. Bednářová: Medzi nami predškolákmi
-
- <https://psychologickeporadenstvo.sk/logopedia/> - pexeso na posilňovanie jazyka
 - Logoportál klinickej logopédie: logoportal.org – pracovné listy zamerané na porozumenie, fonematické uvedomovanie publikácia Rozvíjanie reči hrou (Jana Axamitová-Kloudová)
 - Infra: https://www.kafomet-eshop.sk/category/slov_-asociacia-logopedov-odporuca/324
 - Logopedárium: <https://www.forum-media.sk/premium/logs-demo/>
 - Tréning fonematického uvedomovania podľa D.B.Eľkonina (slovenská verzia - Míkulajová, Dujčíkova)
 - https://logopedia50.webnode.sk/novinky/?fbclid=IwAR2ppGYffjIA-R5HWTkCWzzqj2phSN5jkUBHtmgob2gr6Du_pCtLORPZOfg
 - Voľne stiahnuteľné pracovné listy <https://www.kafomet-eshop.sk/category/na-stiahnutie/323>



Linky si môžete pozrieť nasnímáním QR kódu