



Podpora dieťaťa v domácom prostredí



PRÍRUČKA PRE RODIČOV

RAABE

*Spoločne pro kvalitní
vzdělávání*





Spolufinancováno
z programu Evropské unie
Erasmus+



© 2023

Autorský tým: asist. Maruša Laure; Dr. Marta Licardo;
Mgr. Hana Splavcová, PhD.; doc. PhDr. Zora Syslová, PhD.

Táto publikácia vznikla v rámci projektu
„Rozvoj kognitívneho potenciálu predškolákov zo sociálne znevýhodneného prostredia“
(2022-1-CZ01-KA220-SCH-000086145).

Tento projekt sa realizoval s finančnou podporou Európskej únie.

Za obsah publikácie zodpovedá výlučne autorský kolektív.

Publikácia nevyjadruje názory Európskej komisie a Európska komisia nezodpovedá
za akékoľvek použitie informácií, ktoré sú obsahom publikácie.

Vydáva

Nakladateľství Dr. Josef Raabe, s. r. o.
Husinecká 903/10, 130 00 Praha 3
www.raabe.cz, email: raabe@raabe.cz

v roku 2023, 1. vydanie.

Grafický dizajn, sadzba a zlom: Magnus I, s. r. o.

ISBN 978-80-7496-536-4 (online; pdf)

KOORDINÁTOR PROJEKTU



PARTNERI PROJEKTU



Podpora dieťaťa v domácom prostredí

PRÍRUČKA PRE RODIČOV

Kolektív autorov projektu

Rozvoj kognitívneho potenciálu
predškolákov zo sociálne znevýhodneného prostredia (DECODE)



Táto publikácia je súčasťou projektu „Rozvoj kognitívneho potenciálu predškolákov zo sociálne znevýhodneného prostredia (DECODE)” (2022-1-CZ01-KA220-SCH-000086145).

Projekt sa realizoval s finančnou podporou Európskej únie.

Za obsah publikácie je zodpovedný výlučne autorský tím.

Publikácia nevyjadruje názory Európskej komisie a Európska komisia nezodpovedá za akékoľvek použitie informácií obsiahnutých v tejto publikácii.

Viac informácií o projekte nájdete na oficiálnej webovej stránke <https://decode.raabe.cz/>.

Obsah

Úvod	7
1. Oblasť podpory dieťaťa	9
1.1 Vnímanie	10
1.2 Pozornosť	12
1.3 Pamäť	14
1.4 Myslenie	15
1.5 Jazyk a reč	16
1.6 Motorika a grafomotorika	18
1.7 Socializácia	19
2. Ako môžete podporovať dieťa doma	21
Záver	25
Zdroje	27

Úvod

Príručka, ktorú práve otvárate, obsahuje návrhy aktivít, ktoré môžete so svojím dieťaťom vykonávať, aby ste podporili jeho úspešný prechod z materskej školy do základnej školy. Celková podpora je zameraná na intelektuálny, fyzický a sociálno-emocionálny rozvoj vášho dieťaťa, ako aj na jeho pracovné schopnosti.

Zameriame sa najmä na intelektuálny rozvoj, ktorý zahŕňa niekoľko oblastí. Ide o vnímanie, pozornosť, pamäť, myslenie, jazyk a reč. Pokúsime sa ich predstaviť v úvodnej kapitole, aby ste získali základnú predstavu o tom, čo sa skrýva za pojmami často používanými v súvislosti s pripravenosťou dieťaťa na školu.

V ďalšej kapitole sa budeme venovať odporúčaniam, ktoré môžete použiť na podporu svojho dieťaťa v domácom prostredí. Nájdete tu inšpirácie na prípravu podporného prostredia, stimuláciu myslenia, podporu zdravia a výživy, budovanie pozitívneho postoja k učeniu a lásky k objavovaniu, ktoré vám pomôžu motivovať dieťa k činnosti. Podporia snahu a pozornosť a ukážu vám, ako oceniť ich pokrok.

A nakoniec to najdôležitejšie. Pripravili sme pre vás súbor nápadov na aktivity, ktoré môžete s dieťaťom robiť doma alebo vonku. Môžete ich využiť na podporu učenia sa vášho dieťaťa.

Príručka vznikla v rámci projektu DECODE, ktorý sa venuje podpore detí zo sociálne znevýhodneného prostredia a ich rodín. Vďaka projektu DECODE sme vytvorili podobnú príručku pre učiteľky materských škôl, aby sme zabezpečili, že podpora vášho dieťaťa bude kontinuálna a systematická.

Dúfame, že vám táto príručka pomôže nájsť inšpiráciu na rozvoj vášho dieťaťa, aby jeho vstup do základného vzdelávania bol bezproblémový a príjemný.

1. Oblasti podpory dieťaťa

Hlavné oblasti rozvoja dieťaťa, na ktoré sa učitelia v materských školách zameriavajú, sú intelektuálna, sociálna, emocionálna, fyzická a pracovná oblasť. Tieto oblasti vychádzajú z vývinovej psychológie a dobrá úroveň týchto oblastí je ukazovateľom zrelosti dieťaťa a jeho pripravenosti na vstup do základného vzdelávania. V populácii je pomerne malé percento detí (1 – 2 %), ktoré nedosahujú dostatočnú úroveň rozvoja v týchto oblastiach do šiestich rokov. V takom prípade je potom žiaduce, aby deti zostali v m a t e r s k e j š k o l e ešte jeden rok, hovoríme o odklade povinnej školskej dochádzky.

Štátna školská inšpekcia na základe svojho šetrenia identifikovala ako najčastejšie dôvody odkladu povinnej školskej dochádzky celkovú nezrelosť, poruchy reči a jazyka, nesústredenosť a nedostatky v grafomotorike. Tieto dôvody môžu byť spôsobené ťažkými životnými situáciami, v ktorých sa rodiny s malými deťmi nachádzajú a v dôsledku ktorých rodičia alebo opatrovníci nemajú čas ani prostriedky na podporu rozvoja svojich detí.

Aby sa predišlo potrebe odkladu povinnej školskej dochádzky, odporúča sa využiť možnosť zapojiť dieťa do materskej školy čo najskôr, najlepšie od troch rokov. Nemusí to byť na celý deň, ale už niekoľko hodín denne prispeje k rozvoju dieťaťa, najmä v sociálno-emocionálnej oblasti, ktorá sa v domácom prostredí ťažko podporuje. V ostatných oblastiach môže materská škola veľmi dobre dopĺňať rodinnú výchovu. Spoločnou prácou môžu rodičia a učitelia podporiť dieťa v rozvoji oblastí, v ktorých vnímajú potrebu.

Pri posudzovaní pripravenosti dieťaťa na školu sa zameriavame na jeho schopnosť chápať a regulovať emócie, ich primerané vyjadrovanie a schopnosť prosociálneho správania. Dôležitý je aj telesný a motorický vývoj, pretože má veľký vplyv na intelektuálny rozvoj dieťaťa a rozvoj reči a jazyka.

Pozrime sa teraz na to, čo sa skrýva za racionálnym vývojom dieťaťa.

1.1 Vnímanie

Čo je to vnímanie?

Vnímanie je komplexný proces, ktorý nám umožňuje základnú orientáciu v prostredí. Svet okolo nás vnímame prostredníctvom piatich zmyslov – zraku, sluchu, hmatu, chuti a čuchu. Viaceré zmyslové podnety nám poskytujú bohaté informácie o vnímaní sveta, ľudí, vecí a činností, ktoré vykonávame, a podporujú myslenie a pamäť. Preto je dôležité, aby deti mali možnosť skúmať všetko okolo seba všetkými zmyslami.

Aké sú kľúčové pojmy vnímania?



Vizuálne vnímanie je proces, v ktorom si uvedomujeme zmysel toho, čo vidíme. Je to kľúčové na učenie, komunikáciu a navigáciu. Pomocou zraku určujeme niektoré vlastnosti vecí okolo nás, ich veľkosť, farby a tvary, vnímame ich polohu v priestore, stálosť a premenlivosť. Pri komunikácii vnímame očami reč tela, výrazy tváre a gestá. Zrak nám slúži aj na orientáciu v priestore a poznávanie javov. Zrakové vnímanie je nevyhnutné na estetickú citlivosť. V dospelosti je zrak dominantným zmyslom.

Pomocou zrakového vnímania dieťa rozpoznáva, kde sa veci v priestore nachádzajú a ako spolu súvisia, rozlišuje ich základné vlastnosti a objavuje zhody a rozdiely. Zrakové vnímanie pomáha dieťaťu ovládať svoje telo a pohyby. Vďaka tomu dokáže napodobňovať pohyby iných, skladať kocky, navliekať koráliky alebo chytať loptu. Pred nástupom do školy by dieťa malo vedieť poskladať celok (puzzle, domino), zapamätať si, čo vidí (pamäťová hra, Kimova hra). Pri týchto činnostiach, rovnako ako pri budúcom čítaní a písaní, je dôležitá aj koordinácia ruka-oko.



Sluchové vnímanie je schopnosť porozumieť zvukom, rozpoznať a pomenovať konkrétne zvuky, hovorené slová, hudbu, zvuky zvierat. Zohráva dôležitú úlohu pri rozvoji reči, schopnosti presne vyslovovať a artikulovať, chápať význam hovoreného jazyka. Schopnosť orientovať sa v priestore a čase súvisí s rozvojom sluchu. Pomáha nám roz-

poznať a lokalizovať známy zvuk alebo hlas v hlučnej miestnosti. Spoločne s rečou a zrakom je dôležitým nástrojom komunikácie. V detstve je sluch najdominantnejším zmyslom.

Dieťa už v ranom veku rozlišuje zvuky, ktoré ho obklopujú. Najprv dokáže určiť smer, z ktorého zvuk prichádza, neskôr rozpozná zdroj zvuku, jeho vzdialenosť a trvanie, dokáže rozlíšiť rôzne zvuky z prostredia. Na zvukové podnety zvyčajne reaguje pohybom a napodobňovaním zvukov. Dieťa dokáže sluchovo rozlíšiť zvuk reči, zdokonaľuje výslovnosť, intonáciu a hlasitosť vlastnej reči. Na konci predškolského obdobia dieťa zvyčajne dokáže rozpoznáť prvú hlásku v slove, rytmizovať.



Hmatové vnímanie je proces získavania informácií prostredníctvom hmatu, ktorý je dôležitý na telesnú interakciu s prostredím. Hmatom a manipuláciou s predmetmi spoznávame ich vlastnosti, ktoré nie sú vnímateľné zrakom, môžeme si overiť ich hmotnosť, stálosť tvaru, teplotu, štruktúru povrchu. Naše hmatové receptory sú rozmiestnené po celom tele, dotyk predmetu, zvieraťa alebo inej osoby môžeme zaznamenať kdekoľvek na našom tele. Najcitlivejšími oblasťami sú špička jazyka a končeky prstov. Prostredníctvom nich môžeme vnímať aj bolesť, tlak, teplo a chlad. Hmat používame, keď sme v kontakte s inou osobou. Výrazne ovplyvňuje naše prežívanie príjemných a nepríjemných pocitov. Hmat je tiež dôležitým ochranným reflexom; pri kontakte s horúcou vodou alebo ostrým predmetom sa mykáme.

Dieťa využíva hmatové vnímanie na skúmanie povrchov, textúry a teploty predmetov. Pomáha mu dokonca pomenovať predmet a jeho vlastnosti bez toho, aby ho videlo. Hmat je ústredným prvkom experimentovania. Dieťa sa učí, ako môže ovplyvniť vlastnosti predmetov, ako môže ovplyvniť ich premenu. Pri nových skúsenostiach dieťa uprednostňuje cielené skúmanie prostredia, potrebuje sa vecí dotýkať a zlepšuje si jemnú motoriku a koordináciu oko-ruka.



Čuchové vnímanie je schopnosť rozpoznávať vône a pachy, ktoré majú často emocionálny a sociálny význam. Ľudia sú veľmi citliví na pachy a vône. Pomocou čuchu rozoznávame mnohé vône a pachy a niektoré (napríklad vôňu alebo pach jedla, kvetiny, človeka) dokonca dokážeme

pomenovať. Ľudia sú veľmi prispôsobiví na vône a pachy, to znamená, že ak sme im vystavení, rýchlo ich prestávame vnímať. Vníname ich intenzitu, príjemnosť či nepríjemnosť, zapamätáme si ich.

Okrem rozpoznávania vôní a pachov si dieťa dokáže zapamätať určité vône a pachy, rozpoznávať ich a porovnávať a spájať ich s inými zmyslovými vnemami, napríklad s vôňou ohňa, vôňou jedla.



Chuťové vnímanie slúži na rozlišovanie chutí a ich intenzity, na rozlišovanie chutí a nechutí. Tradične sa opisujú štyri druhy chutí – sladká, slaná, kyslá, horká. Chuťové vnímanie je pri vytváraní celkového zážitku z chuti silne prepojené s čuchom. Chuťové zážitky si zapamätáme.

Pomocou vnímania chuti sa dieťa naučí rozpoznávať špecifické chute rôznych potravín a rozlišovať ich na základe intenzity chuti. Preto sa chute dieťaťa v tomto období menia. Dieťa by malo mať možnosť experimentovať.

1.2 Pozornosť

Čo je to pozornosť?

Procesy pozornosti sú kľúčové na efektívne fungovanie v každodennom živote. Predstavte si nespočetné množstvo zmyslových vnemov okolo nás, spomienok. Pozornosť nám pomáha nezaťažovať sa a sústrediť sa na to, čo je dôležité.

Naša pozornosť je neustále v pohybe. Sústredenie sa na jeden konkrétny podnet trvá nanajvýš niekoľko sekúnd. Napriek tomu sa v prípade potreby vieme sústrediť a vrátiť svoju pamäť tam, kde ju potrebujeme. Drobné poruchy pozornosti (pretekajúce myšlienky, roztržitosť) sú celkom bežné a netreba sa nimi zaoberať.

Aké sú kľúčové pojmy pozornosti?



Sústredená pozornosť (koncentrácia) je schopnosť venovať sa obmedzenému počtu podnetov, ktorým sa chceme vedomie venovať. To

znamená, že si zo všetkého, čo sa deje okolo nás, dokážeme vybrať to, čo je dôležité.

Dieťa, ktoré sa dokáže sústrediť na svoju vlastnú činnosť a nie je vyrušované činnosťou iného dieťaťa, využíva sústredenú pozornosť. Pre dieťa je ťažké udržať pozornosť na nejakej činnosti, ak ho rozptyľujú rôzne vnemy. Platí to najmä v situáciách, keď musí vnímať len jedným zmyslom. Napríklad len pozeranie sa na niečo alebo počúvanie slovného podnetu. Pri činnostiach, pri ktorých môže dieťa používať viac ako jeden zmysel a aktívne sa zapájať, udrží svoju pozornosť dlhšie. Aj malé dieťa nás často prekvapí tým, ako dlho dokáže opakovane stavať a búrať stavbu z kociek, prelievať vodu z nádoby do nádoby, hľadať drobné predmety v piesku.



Selektívnu pozornosť používame vtedy, keď sa môžeme plne sústrediť na danú úlohu a nevnímame alebo ignorujeme opakujúce sa bezvýznamné podnety z prostredia. Zároveň sme schopní reagovať na podnety, ktoré nás zaujímajú. Napríklad dieťa zapojené do hry reaguje na volanie svojho mena.



Rozdelená pozornosť je veľmi obmedzená schopnosť venovať sa viacerým veciam naraz. Dieťa napríklad využíva rozdelenú pozornosť, keď sa dokáže obliecť a rozprávať sa s vami o tom, čo budete robiť vonku. Kým dieťa dobre nezvládne starostlivosť o seba, nedokáže to. Musí sa plne sústrediť na to, čo robí, t. j. na jednotlivé časti oblečenia.



Spoločná alebo zdieľaná pozornosť sa prejavuje vtedy, keď vy a vaše dieťa venujete pozornosť tej istej činnosti. Ak si napríklad obaja prezeráte obrázkovú knihu a rozprávate sa o obrázkoch, ide o spoločnú pozornosť. Pod hlavičkou spoločnej pozornosti učíme dieťa spolupracovať a tiež komunikovať s ostatnými.



Trvalá pozornosť je schopnosť sústrediť sa na jednu vec počas neprerušovaného časového úseku. Výskum naznačuje, že trvalá pozornosť sa zlepšuje do desiateho roku života a potom zostáva viac-menej rovnaká, až kým sa vo vyššom veku nezačne znižovať.

Je dôležité si uvedomiť, že deti sa musia sústrediť na rôzne úlohy, čo si vyžaduje kombináciu myslenia, čítania a motivácie. Ak je dieťa niekedy v strese, môže mu to sťažiť pozornosť.

1.3 Pamäť

Čo je to pamäť?

Pamäť nám umožňuje ukladať a následne používať informácie z predchádzajúcich skúseností v novej situácii. Významne ovplyvňuje naše rozhodovanie, rýchlosť a kvalitu práce.

Pamäť je úzko prepojená so zmyslami. Niektorí si lepšie pamätajú to, čo vidí (vizuálna pamäť), pre iných je dôležité to, čo počuje (sluchová pamäť). Deti si zvyčajne najlepšie pamätajú všetko v spojení s pohybom, intenzívnymi zážitkami.

Deti majú tiež bližšie k **mechanickej pamäti**. Preto nás neustále nútia opakovať tie isté činnosti, čítať tie isté príbehy, robiť všetko rovnako. Neskôr sa začne presadzovať **logická pamäť**, na ktorú potrebujeme mať dostatok predchádzajúcich skúseností. Tá nám umožňuje chápať veci v súvislostiach.

Nevedomá pamäť je typická pre detstvo, keď si dieťa pamätá náhodné vnemy zo svojho okolia, zážitky. Podporujeme rozvoj **zámernej pamäti**, keď si dieťa dokáže vybaviť konkrétnu situáciu. Dieťa povzbudzujeme k vybavovaniu spomienok kladením vhodných otázok: Kde sme boli včera? Čo sme tam robili? Čo bolo na obed? Kto ti obliekol bábiku? O čom sme si čítali? Kde sme dočítali?

Aké sú kľúčové pojmy pamäti?

Na lepšie pochopenie pamäťového systému je dobré poznať niektoré základné fakty o pamäťových procesoch. Hovoríme o troch fázach – zapamätanie, uchovávanie a vybavovanie.

- **Zapamätanie** je definované ako počiatočné učenie sa informácií.
- **Uchovávanie** sa vzťahuje na uchovávanie informácií v čase.
- **Vybavovanie** umožňuje prístup k informáciám v prípade potreby.

Zabúdanie nastáva vtedy, keď sú naše pokusy o vybavenie neúspešné. Tieto rôzne procesy prebiehajú v pamäťovom systéme.

Väčšina ľudí si pamätá 10 % z toho, čo číta, 20 % z toho, čo počuje, 30 % z toho, čo vidí, 50 % z toho, čo počuje a vidí, 70 % z toho, čo hovorí, a 90 % z toho, čo robí.

Pamäť je úzko prepojená s myslením. Dieťa si lepšie pamätá to, čo jeho mozog vyhodnotí ako podstatné. V predškolskom veku sa zlepšuje kapacita aj kvalita pamäti.

Dieťa si lepšie osvojí stratégie ukladania informácií do pamäti, ak mu budú predkladané úlohy, ktoré vyžadujú, aby si zapamätalo pokyny k úlohe. Môže vykonávať činnosti, ktoré sa zameriavajú na rozpoznávanie podobností a rozdielov na obrázkoch alebo predmetoch. Vhodné je hrať hry súvisiace so zrkovou, sluchovou alebo pohybovou pamäťou.

1.4 Myslenie

Čo je myslenie?

Myslenie nie je len jedna vec. Zahŕňa celý rad duševných činností, ako sú usudzovanie, uvažovanie, riešenie problémov a tvorba. Myslenie nám umožňuje vytvárať si presvedčenia a názory, spracovávať informácie a komunikovať s okolitým svetom.

Dieťa predškolského veku nie je schopné abstrakcie, neorientuje sa v čase, má obmedzené schopnosti priestorovej orientácie, je egocentrické, a preto má veľmi skreslený pohľad na svet. Prvé známky myslenia založeného na logike, určitom stupni objektivity a schopnosti zmysluplne triediť informácie sa u dieťaťa objavujú okolo šiesteho roku života.

Aké sú kľúčové pojmy v myslení detí?

Myšlienkové procesy detí sa niekedy môžu zdať záhadné, ale existujú niektoré kľúčové spôsoby, ktorými deti všeobecne vnímajú svet.

Príkladom reprezentatívneho myslenia je, keď sa dieťa hrá s autíčkom a potom ho odloží. Neskôr môže o autíčku premýšľať a predstavovať si, ako ho šoféruje, aj keď autíčko už fyzicky nie je prítomné. Príkladom egocentrického myslenia môže byť, keď sa dieťa hrá na schovávačku a zakryje si oči, aby sa skrylo, a verí, že sa tak stalo neviditeľným aj pre hľadajúceho. Dieťa predpokladá, že ak nevidí hľadajúceho, potom ani hľadajúci nevidí jeho.

Dieťa v predškolskom veku by malo ovládať niektoré myšlienkové operácie. Ich pochopenie vám ako rodičovi môže pomôcť lepšie podporiť cestu vášho dieťaťa k učeniu. Patria medzi ne:

- **analýza:** dieťa rozdelí celok na časti, pomenuje časti tela atď;
- **syntéza:** dieťa skladá celok z častí. Môže napríklad poskladať puzzle, postaviť hrad z piesku alebo kociek;
- **generalizácia:** dieťa rozlišuje jednotlivé pojmy a priradzuje im spoločný význam. Napríklad pes môže byť konkrétny pes, ktorého pozná, môže ich rozlíšiť niekoľko. Zároveň klasifikuje akéhokoľvek psa ako zviera;
- **porovnanie:** s jeho pomocou dieťa zisťuje podobnosti alebo rozdiely predmetov a javov. Porovnáva a opisuje väčšie – menšie, viac – menej – rovnaké, ľahké – ťažké, dlhé – krátke. Dokáže klasifikovať predmety podľa 1 – 3 kritérií (znakov, vlastností), napr. farby, tvaru, funkcie.

1.5 Jazyk a reč

Jazyk a reč tvoria základné roviny ľudskej komunikácie.

Čo je jazyk?

Jazyk znamená používanie zvukov, znakov alebo písomných symbolov na účely komunikácie alebo sebvýjadrenia. Ľudské bytosti komunikujú s okolitým svetom už od svojich prvých výkrikov. Dojčatá komunikujú prostredníctvom zvukov (plač a chrčanie) a reči tela (ukazovanie a iné gestá). Niekedy medzi 8. a 18. mesiacom života však nastáva významný vývojový medzník, keď dojčatá začínajú na hovorenie používať slová.

Jazyk je pre dieťa dôležitý z dvoch hľadísk. V prvom rade ide o prostriedok vzdelávania. Úloha jazyka ako prostriedku vzdelávania je dobre známa a jednoznačná. Schopnosť dieťaťa, a tým aj človeka vo všeobecnosti, učiť sa nové fakty a poznatky závisí do veľkej miery od schopnosti porozumieť jazyku. Druhá úloha jazyka spočíva v rozvoji sociálnej komunikácie, rozvíjaní a budovaní vzťahov.

Dieťa s narušenými jazykovými schopnosťami má často problémy s porozumením. Takéto dieťa sa ťažko presadzuje a má problémy zapojiť sa do bežných detských hier.

Dieťa, ktoré neprimerane reaguje na ostatných rovesníkov, má problémy so zvládaním konfliktov vyplývajúcich z komunikácie s iným dieťaťom alebo dospelým a jeho okolie ho často nesprávne označuje za nespokojného, nedisciplinovaného a nevhodne sa správajúceho. Všetky tieto prejavy však často pramenia z nedostatočne osvojených jazykových zručností.

Narušenie jazykového vývinu tak ovplyvňuje celú osobnosť dieťaťa a má vplyv na sociálne, emocionálne a vzdelávacie výsledky.

Čo je reč?

Reč zahŕňa obsahové, zvukové a motorické aspekty jazykovej komunikácie. Reč možno teda chápať ako zvukovú stránku jazykových schopností, ktorá sa prejavuje v samotnom procese hovorenia. Každé zdravé sa vyvíjajúce dieťa získava schopnosť komunikovať prostredníctvom hovorenej reči.

Aké sú kľúčové pojmy jazyka a reči?

- **Zvuky:** jazyk zahŕňa zvuky, ktoré vydávame, keď hovoríme.
- **Slová:** jazyk sa skladá zo slov, ktoré majú význam a dajú sa kombinovať na vyjadrenie myšlienok.
- **Vety:** v jazyku vety predstavujú skupiny slov, ktoré vyjadrujú súvislé myšlienky a nápady.
- **Významy:** slová a vety majú významy, ktoré nám umožňujú porozumieť a komunikovať medzi sebou.
- **Komunikácia:** jazyk nám umožňuje rozprávať sa a porozumieť si navzájom.

Potreba podpory detí s nedostatkami vo vývoji reči a jazyka

V súčasnosti sa zvyšuje počet detí s rôznymi deficitmi vo vývoji reči a jazyka. Niektoré z faktorov ovplyvňujúcich oneskorený vývin reči detí však možno už vo veľmi ranom štádiu vývinu ovplyvniť vhodným prístupom rodičov a následne učiteľov v materských školách. Stimulovanie rozvoja rečových a jazykových schopností v ranom veku je nevyhnutné na celkový rozvoj dieťaťa. Metódy a postupy na rozvoj reči a jazyka používané v logopedickej praxi vychádzajú zo skutočnosti, že deti si komunikačné zručnosti najlepšie osvojujú prostredníctvom prirodzenej a častej stimulácie reči zo strany matky a sociálneho prostredia v ranom vývine.

1.6 Motorika a grafomotorika

Jednotlivé oblasti vývoja dieťaťa sú vzájomne prepojené a navzájom súvisia. Preto aj keď sa zaoberáme rozvojom intelektuálnych schopností dieťaťa, nemôžeme ignorovať rozvoj motorických schopností. Motorické schopnosti majú priamy vplyv na rozvoj myslenia, pamäti a reči. Sú ovplyvnené zmyslovým vnímaním a sú nevyhnutné na rozvoj orientácie v priestore a čase.

Zatiaľ čo hrubá motorika spočíva v koordinácii celého tela, zvládání základných pohybov, akú sú chôdza, beh, skoky, zvládanie terénnych nerovností, jemná motorika sa sústreďuje na pohyby horných končatín, najmä rúk a prstov, ako sú uchopovanie a ovládanie predmetov, podpora štipkovitého úchopu pri práci s jemným materiálom.

V súvislosti so školskou pripravenosťou sa často stretávame s pojmom grafomotorika. Patria sem rozvoj hrubej a jemnej motoriky, koordinácia ruka-oko, o ktorej sme písali v časti o zrakovom vnímaní, a správne sedenie.

Mnohí z nás si pamätajú, ako sme sa v prvej triede tešili na deň, keď nám učiteľka dovolí vymeniť obyčajnú ceruzku za plniace pero. Z toho vyplýva, že dieťa nastupujúce do základnej školy nemusí dokonale ovládať písacie potreby. Čo by teda malo vedieť?

- Dieťa by malo sedieť v správnej polohe – malo by mať vystretý chrbát, aspoň 2/3 stehien na sedadle a pevnú oporu nôh. Na to potrebuje vhodný stôl a stoličku. Ak nemáme k dispozícii „rastúcu stoličku“, môžeme dať dieťaťu

na sedadlo vankúš a podoprieť mu nohy napríklad prevráteným košom na bielizeň alebo podnožkou, a to nielen pri kreslení, ale aj jedení alebo iných činnostiach, počas ktorých dieťa sedí pri stole.

- Dieťa by malo mať uvoľnené celé telo, rameno, lakeť a zápästie. Dosiahneme to aj tým, že dieťa bude mať každý deň dostatok prirodzeného pohybu.
- Dieťa by malo mať dobrú koordináciu ruka-oko a rozvinutú jemnú motoriku. Príležitosti na precvičovanie týchto zručností sa dajú nájsť pri práci s drobným materiálom. Umožnite dieťaťu pracovať s cestom, preberať hrach alebo narovnávať ponožky. Na prácu s výtvarnými materiálmi používajte veľké plochy, veľkoformátové papiere. Dieťa môže kresliť v stoj, pri stole aj na podlahe. Môže kresliť špongiou, rozkrojeným zemiakom alebo inou pomôckou, ktorá umožňuje dlaňový úchop, namočenou vo vode alebo farbe. Neskôr, keď má dieťa uvoľnenú ruku, mu dáme k dispozícii ceruzky alebo pastelky. Vtedy už precvičujeme štipkovitý úchop a dbáme na primeraný tlak písacej potreby na podložku.

1.7 Socializácia

Kľúčovou oblasťou na vstup dieťaťa do základnej školy je sociálna oblasť. Snažte sa dať dieťaťu príležitosti, aby dokázalo:

- odpútať sa od rodiny na určitý čas – môžete to trénovať pobytom dieťaťa u starých rodičov;
- dodržiavať pravidlá spoločenského správania – žiadajte od dieťaťa, aby prosilo, ďakovalo, pozdravilo; buďte dieťaťu vzorom;
- udržiavať poriadok – dieťa by malo vedieť, že veci majú svoje miesto a my sa o ne staráme; zapojte dieťa do domácich prác, upratovania;
- byť samostatné – dieťa by sa malo vedieť obliecť, obuť, najesť, napiť a tiež požiadať o pomoc; doprajte dieťaťu samostatnosť a dôverujte mu, že dokáže splniť jednoduchú úlohu;
- spolupracovať a komunikovať s ostatnými – vytvorte pre svoje dieťa príležitosti na zapojenie sa do rovesníckych skupín nielen v materskej škole;

- aspoň čiastočne ovládať svoje emócie – naučte dieťa vyrovnať sa s neúspechom (napríklad v hre), odložiť svoju potrebu alebo prianie, prispôbiť sa okolnostiam.

2. Ako môžete podporovať dieťa doma

Vytvorte dieťaťu podporujúce prostredie

Váš domov je hlavným miestom, kde sa vaše dieťa učí. Uistite sa, že je to bezpečné a výchovné prostredie, ktoré umožňuje zvedavosť a skúmanie vyvážené náležitou kontrolou bezpečnosti.

	Vyjadrite dieťaťu svoju lásku	Na kognitívny rozvoj dieťaťa je nevyhnutné vytvoriť vrelú a láskyplnú atmosféru. Drobné prejavy náklonnosti, ako sú objatie, pritúlenie alebo upokojujúci dotyk, môžu dieťaťu poskytnúť pocit bezpečia a emocionálnej stability, čo zvýši jeho sebadôveru a duševnú pohodu.
	Pripravte dieťaťu čisté a bezpečné prostredie	Uistite sa, že predmety a hračky, s ktorými sa vaše dieťa hrá, sú čisté a bezpečné. Pravidelne kontrolujte, či nehrozí nebezpečenstvo. Znížite tak riziko úrazu alebo iných zdravotných ťažkostí.
	Vytvorte dieťaťu osobný priestor	Vývoj dieťaťa zásadne ovplyvňuje usporiadanie priestoru, pretože podporuje predvídateľnosť a istotu. Vlastný priestor na spanie pomáha vytvoriť správny spánkový režim, ktorý je dôležitý na pamäť a koncentráciu. Samostatný priestor na hranie alebo učenie znižuje rozptyľovanie a podporuje hlbšie učenie.
	Zavedte dieťaťu každodenné rituály	Rutina a pravidelnosť dávajú dieťaťu pocit istoty. Zavedenie pevného rozvrhu v domácom prostredí môže podporiť nielen intelektuálny rozvoj dieťaťa. Posilňuje jeho pocit predvídateľnosti, istoty a bezpečia.
	Minimalizujte rozptyľovanie vášho dieťaťa	Rozptyľovanie môže byť často prekážkou kognitívneho rozvoja vášho dieťaťa. Minimalizovaním rušivých vplyvov, ako sú nadmerné trávenie času pri televízore alebo hluk, môžete vytvoriť prostredie podporujúce jeho učenie a celkový rozvoj.

Podporujte prirodzenú zvedavosť dieťaťa

Na rozvoj intelektuálnych schopností vášho dieťaťa je potrebné poskytovať mu rôzne podnety. S ich výberom vám môže pomôcť učiteľka v materskej škole. Nebojte sa opýtať, čo by vaše dieťa bavilo, aké aktivity vyhľadáva, kde potrebuje podporu.

	Poskytnite dieťaťu materiály primerané jeho veku	Starostlivosť o rozvoj intelektuálnych schopností dieťaťa sa začína stimulujúcim prostredím. Premeňte každodenné predmety a situácie na jedinečné príležitosti na učenie. Jednoduché hračky, ako sú puzzle alebo stavebnice, môžu podporiť logické myslenie, riešenie problémov a tvorivosť.
	Pravidelne si s dieťaťom čítajte	Zabezpečte, aby ste mali doma ľahko dostupné obrázkové aj rozprávkové knihy, časopisy. Pri čítaní používajte rôzne hlasy a výrazy, aby boli príbehy vzrušujúce a príjemné. Podporujte čítanie podľa obrázkov, predvídanie deja, rozprávajte sa o prečítanom.
	Rozprávajte sa s dieťaťom každý deň	Každý rozhovor s dieťaťom môže byť príležitosťou na učenie a rast. Využívajte každodenné situácie na predstavovanie nových slov, zdieľanie zaujímavých informácií a podnecovanie prirodzenej zvedavosti kladením otázok.
	Hrajte s dieťaťom hry, ktoré si vyžadujú premýšľanie	Zapojte dieťa do hier, ktoré si vyžadujú premýšľanie a riešenie problémov. Hrajte spolu stolové hry, pamäťové hry alebo jednoduché kartové hry, skladajte puzzle alebo stavebnice.
	Objavujte s dieťaťom svet jazyka a čísel	Spievajte, hovorte si básničky, hrajte slovné hry. Odhadujte, čo je viac, čo menej, čo je väčšie a čo menšie, môžete vážiť, merať, počítať kroky a predmety okolo seba.

Zamerajte sa na zdravie dieťaťa

Pevný základ dobrého zdravia detí sa začína ich výživou. Poskytovaním výživnej stravy a podporovaním aktívneho životného štýlu môžeme podporiť ich rast, intelektuálny rozvoj aj celkovú pohodu.



Pripravujte dieťaťu výživnú a pestrú stravu

Zabezpečte dieťaťu zdravé jedlá a desiate, ktoré podporujú jeho rast a duševný vývoj. Zaraďte do jeho stravy rôzne druhy ovocia, zeleniny, mliečnych výrobkov a bielkovín. Obmedzte sladké desiate a nápoje. Nezabúdajte na pravidelné stravovanie a pravidlá stolovania. Podporíte tým správne stravovacie návyky a celkové zdravie i povedomie dieťaťa o kultúre stolovania a pravidlách správania sa pri stole.



Podporujte aktívny životný štýl

Podporujte pohybové aktivity, ktoré rozvíjajú koordináciu, rovnováhu a koncentráciu. Hrajte exteriérové hry, loptové hry alebo sa venujte aktivitám, ktoré dieťa prinúti k pohybu. Pohybová hra podporuje nielen fyzický rozvoj dieťaťa, ale posilňuje aj jeho intelektuálny rozvoj a sociálne zručnosti. Bud'te dieťaťu príkladom.

Povzbudzujte dieťa k učeniu, podporujte jeho lásku k poznaniu

Pestovanie lásky k učeniu je silný dar, ktorý môže ovplyvniť budúcnosť dieťaťa. Prostredníctvom stratégií, ako sú spríjemňovať dieťaťu učenie, sledovať jeho záujmy, byť dieťaťu vzorom pri učení, akceptovať neúspech ako prirodzenú súčasť učenia, podporovať zvedavosť a kladenie otázok, môžeme v dieťati vzbudiť celoživotnú vášeň k učeniu a poznávaniu.

	Spríjemnite dieťaťu učenie	Pomôžte dieťaťu získať pozitívny vzťah k učeniu. Do každodenného programu zaradte hry a praktické činnosti, vďaka ktorým bude učenie pútavé a zábavné.
	Sledujte záujmy dieťaťa	Venujte pozornosť záujmom dieťaťa a prispôbte mu ponuku. Podporujte skúmanie oblastí, ktoré vaše dieťa zaujímajú, a poskytnite mu hračky, knihy alebo iné materiály súvisiace s jeho záľubami.
	Bud'te vzorom pri učení	Podel'te sa s dieťaťom o svoje záujmy. Ukážte mu, že čítate knihy, hľadáte nové poznatky alebo sa venujete záľubám, ktoré zahŕňajú neustále vzdelávanie. Zapojte sa aktívne a so záujmom do činností dieťaťa.
	Prijímajte chyby ako príležitosť na rozvoj	Chyby sú príležitosťou učiť sa a rásť, nebojte sa ich. Povzbudzujte dieťa, aby prijímalo výzvy a vytrvalo odolávalo, keď sa objavajú ťažkosti. Radujte sa spoločne z pokroku a vynaloženého úsilia. Nezameriavajte sa len na výsledky.
	Podporujte detskú zvedavosť a kladenie otázok	Podporujte prirodzenú zvedavosť dieťaťa tým, že mu poskytnete vysvetlenie, keď oň požiada. Povzbudzujte ho, aby hľadalo odpovede a skúmalo svet okolo seba.

Záver

Dieťa, ktoré sa chystá nastúpiť do základnej školy, čo je jeden z prvých dôležitých momentov v jeho živote, potrebuje podporu nás dospelých, aby sme mu zabezpečili hladký prechod z materskej školy do základnej školy.

Aby sme mohli dieťa vhodne podporovať, musíme ho dobre poznať a poskytnúť mu dostatok príležitostí na rozvoj. Tieto príležitosti môžeme dieťaťu poskytnúť len vtedy, keď o nich vieme, keď sme sami presvedčení o ich dôležitosti. V tejto príručke sme sa vám, rodičom detí, snažili jednoduchým spôsobom predstaviť a sprostredkovať dôležité informácie, ktoré sú nevyhnutné na intelektuálny rozvoj vášho dieťaťa. Spoločne sme sa vydali na cestu poznávania zákonitostí detského vývinu a dúfame, že vám to pomôže pri premyslenom a cieľavedomom rozvoji vášho dieťaťa.

Dôležitou súčasťou tejto príručky je praktická ukážka konkrétnych činností, ktoré sa dajú ľahko realizovať v domácom prostredí bez potreby špeciálnych pomôcok. Prajeme vám veľa krásnych chvíľ s vašimi deťmi.

Zdroje

- BYTEŠNÍKOVÁ, I.: *Interdisciplinárny prístup v ranej logopedickej intervencii*. Masarykova univerzita.
- BYTEŠNÍKOVÁ, I.: Postupy na stimuláciu vývinu reči a jazyka – aká je úloha rodičov? (Postupy stimulácie rozvoja reči a jazykových schopností – aká je úloha rodičov?) *Pediatrica pre prax*, roč. 22, č. 6, s. 387 – 389, 2021.
- HARTL, P., HARTLOVÁ, H.: *Psychologický slovník*. Portál: Praha, 2004.
- PIAGET, J.: *Psychológia inteligencie*. Portál: Praha, 1999.
- PLHÁKOVÁ, A.: *Učebnica všeobecnej psychológie*. Academia: Praha, 2005.
- SMOLÍK, F., SEIDLOVÁ MÁLKOVÁ, G.: *Rozvoj jazykových schopností v predškolskom veku*. Grada: Praha, 2014.
- ŠKVOROVÁ, J., ŠKVOR, D.: *Prečo sa hnevám? Ľahká mozgová dysfunkcia LMD/ADHD*. Triton: Praha, 2003.
- ŠULOVÁ, L.: *Raný psychický vývin dieťaťa*. Univerzita Karlova: Praha, 2004.
- Tematická správa – Používanie diagnostických nástrojov a odporúčaných podporných opatrení v ŠPZ*. Česká školská inspekcia: Praha, 2022. Dostupné z: Česká školská inspekcia – Tematická správa – Využitie diagnostických nástrojov a odporúčaných podporných opatrení v ŠPZ (csicr.cz)

