

Několik málo rad pro DOBRÝ START... ...KAŽDÉHO PRVNÁČKA

Jestlipak už můžeš o sobě říci:

- Zním svoje jméno a příjmení; vím, jak se jmenují moji rodiče
- Umím se převléknout do cvičebního úboru, a to tak rychle, aby nikdo z mých kamarádů na mne nemusel dlouho čekat; na tkaničky umím udělat klíčku
- Umím po sobě uklidit hračky, knížky a pastelky na své místo
- Dokážu si sám uložit věci do školní aktovky
- Poznám barvu žlutou, červenou, modrou, zelenou, hnědou a černou
- Dovedu kreslit tužkou a pastelkami i malovat štětcem a barvami
- Umím vystříhnout obrázek nůžkami
- Umím svačit nad ubrouskem a vím, že před jídlem i po jídle si mám umýt ruce
- Umím počkat, až na mne přijde řada
- Půjčím a dokážu i půjčit si
- Umím se rozdělit s kamarádem
- Maminčino vyprávění poslouchám se zájmem a v klidu
- Televizní pohádky i filmy pro děti pozorně sleduji a povídám si o nich s rodiči

...VÁS RODIČŮ

/i Vám začne nové životní období/

- Snažte se začít den v klidu a v dobré náladě
- Každý den kontrolujte školní aktovku za přítomnosti svého prvňáčka
- Každý den kontrolujte penál a připravte tužky tak, aby měly dostatečně ostrý hrot, dítě jich má mít v zásobě několik
- Tímtež způsobem kontrolujte pastelky
- Pomáhejte dítěti v přípravě školních potřeb a učebních pomůcek za jeho přítomnosti, společně je ukládejte do aktovky
- Nezatěžujte dítě oblečením náročným na manipulaci
- Školní pomůcky nakupte podle pokynů třídní učitelky až po červnové informační schůzce
- Pravidelnou přípravu na vyučování rozdělte dítěti na kratší časové intervaly
- Příprava na vyučování by měla probíhat v klidném a příjemném prostředí, aby se dítě mohlo soustředit na svou práci
- Nešetřete pochvalou i za malé úspěchy
- Ne vždy se nám všechno daří tak, jak bychom si přáli. Totéž čeká i vašeho malého školáka, a proto ho naučte vyrovnávat se s drobnými neúspěchy
- Nevyžadujte na dítěti to, co nemůže dokázat, co nemůže splnit
- Nepracujte za dítě, ale poradte mu a dopřejte mu na všechno dostatek času
- V klidu si popovídejte s dítětem o tom, co prožilo ve škole, snažte se odpovědět na jeho dotazy
- O společných kulturních zážitcích si s dítětem vyprávějte a snažte se mu vysvětlit, čemu nerozumí. Tím nenásilnou formou rozvíjíte jeho rozumové vnímání
- Vytvářejte ovzduší vzájemné důvěry
- Eliminujte lhaní dítěte jako únikový manévr
- Snažte se zařídit věci tak, aby dítě svůj úkol zvládlo co nejlépe

- Nenechávejte dítě ponocovat
- Začnete být součástí školy. Nestůjte proto mimo ni a zúčastňujte se školních akcí

Ukázka z knihy „Vybíráme školu pro svoje dítě“ od renomovaného pedagoga Karla Rýdla: *„Pokud pociťujete u svého dítěte určité nedostatky, máte ještě před vstupem do školy čas na jejich odstranění. V předchozích letech jste již jistě působili na rozvoj samostatnosti dítěte. Snažili jste se o to, aby vaše dítě bylo schopné řešit běžné úkoly, aby si samo začalo plánovat čas a aby se stále déle dokázalo o sebe postarat samo. Stává se, že mnoho rodičů doma připravuje dítě na školu pomocí různých tréninkových souborů a zapomínají přitom (nebo přehlíží) na důležité postojové způsoby chování dítěte, např. jeho postoje k ostatním dětem, míru sebekontroly, citové projevy, ochotu spolupracovat apod. Pokud vaše dítě nenavštěvovalo mateřskou školu, měli byste otázkám jeho přípravy na školu věnovat mnohem větší pozornost. V tomto případě máte jedinečnou šanci působit na dítě bez cizích vlivů, ovšem to předpokládá velký cit a schopnost výchovné činnosti, určitou míru znalostí pedagogického, psychologického a sociálního charakteru a nesmírnou trpělivost a časovou náročnost. Ani při sebelepší péči nemůžete nikdy nahradit působení dětského kolektivu. Podrobnější návody ke své činnosti získáte četbou doporučené literatury nebo konzultacemi s odborníky. Neváhejte oslovit pracovníky pedagogicko - psychologických poraden, učitele i vychovatele. Poskytnou vám řadu podnětů a informací pro systematickou podporu rozvoje osobnosti vašeho dítěte. Vždy mějte na paměti, že totiž vůbec nejde o to, aby vaše dítě zvládlo vše potřebné v nejkratší době, ale aby mělo pocit, že se na vlastním rozvoji podílí samo a že se tak děje v radostné atmosféře“.*

Tolik

Vaše dítě čeká nová role. Stane se školákem.

A co od něho tato nová úloha vyžaduje?

- Základní sebeobsluhu a základy slušného chování
- Schopnost o něco požádat, něco navrhnout či zařídit; vědět, jak se jmenuje, kde bydlí; dovednost přecházet ulici, udržovat pořádek, rozlišovat, co je žádoucí a zakázané, aj.
- Schopnost podřídit se úkolu, přiměřenou ctižádost, vytrvalost, zodpovědnost, spolehlivost - tj. zralost pracovní připravenosti
- Základní poznatky o světě, dovednosti a schopnosti potřebné pro výuku - tj. zralost poznávacích procesů, řeči a jemné motoriky
- Dítě vyslovuje správně všechny hlásky a hláskové skupiny /v případě, že tomu tak není, neváhejte s návštěvou logopedie, hledejte pomoc dříve, než dítě nastoupí do školy/, umí se vyjadřovat /pojmenuje známé věci a jevy, hovoří v celých větách, přednese básničku atd./
- Dítě je schopno třídit, posuzovat, srovnávat věci a jevy, má základní poznatky o sobě, rodině, blízkém okolí atd.
- Dítě je přiměřeně zručné /umí modelovat, vystřihovat, zvláště ale kreslit a malovat/. Dobrým předpokladem pro úspěšný nácvik psaní je zvládnutí krouživých a točitých čar jistými tahy, nejlépe na větší ploše a též překreslování vzorového tvaru nápodobou
- Dohlédněte na správné držení tužky či štětce, popř. se poradte s učitelkou MŠ či ZŠ
- LEVÁKY NEPŘECVIČUJTE, při pochybnostech se obraťte na pedagogicko-psychologickou poradnu /PPP/
- Dítě na obrázku rozlišuje jednotlivé detaily, podobnosti a rozdíly, orientuje se v ploše - to jsou předpoklady pro úspěšný nácvik čtení
- Dítě se orientuje v počtu 5 a umí odpočítat daný počet kusů v tomto rozsahu

„Školní zralostí rozumíme takovou fyzickou a psychickou připravenost dítěte na školu, která mu umožňuje optimální zapojení se do vyučovacího procesu bez nebezpečí ohrožení fyzického a duševního zdraví při školní zátěži." /P. Ditrich, Pedagogicko-psychologická diagnostika, Praha 1992/

Někdy slyšíte termín sociální zralost. Co to znamená? Sociální zralost je součástí celkové školní zralosti dítěte a znamená, že chlapec nebo děvče se dokáže bez větších obtíží zařadit do skupiny podobně starých dětí, společně si hrát, spolupracovat s nimi při plnění jednoduchých úkolů. Důležitým znakem této zralosti je, zda se dítě dokáže odpoutat od rodičů a vydrží bez nich alespoň několik hodin. Sociálně nezralé dítě se ve škole zbytečně trápí. Síly, které musí vynakládat na zvládnání strachu, stesku a nejistoty, oslabují jeho školní výkon. Je méně úspěšné než by odpovídalo jeho schopnostem, a to může dále zhoršovat jeho nechuť ke škole. Proto je v těchto případech vhodnější nástup do 1. třídy odložit. A co je pro sociální vyzrávání nejdůležitější? Dítě musí cítit emoční jistotu domácího zázemí, jistotu ve vztazích na rodiče a zároveň dostávat příležitosti skamarádit se s ostatními dětmi. Pokud tedy dítě není pro výuku „zralé", potom lze v odůvodněných případech využít zákonnou možnost odložení začátku povinné školní docházky o 1 rok. Pro nezralé dítě se vytvoří příznivější podmínky. Předčasný nástup nezralého dítěte do školy může být provázen adaptačními problémy, výukovými obtížemi, neurotizací či strachem ze školy, které nezřídka přetrvávají i v dalších letech. Během 1. pololetí je v odůvodněných případech možno přerušit docházku a odložit nástup do školy o jeden rok. A nyní konkrétně:

1. Domácí příprava by v 1. třídě měla trvat 20 - 30 min
2. Spolupracujte s třídní učitelkou, sdělte jí své dotazy, pochybnosti, názory. Nesnižujte její autoritu před dítětem
3. Pokud by Vaše dítě nároky školy špatně zvládalo, požádejte po dohodě s třídní učitelkou o vyšetření v PPP
4. Dobré rodinné zázemí má pro dítě nesmírný význam. Výchova by měla být důsledná, ale trpělivá. Pozor na přetrvávající napětí a neřešené konflikty. Pamatujte, že jste svému dítěti vzorem.

Levoruké dítě by mělo mít vhodné pomůcky.

Levorukost rozhodně neznamená pro život nějaký handicap. Štětec v levé ruce drželi i Picasso a Leonardo da Vinci. Levou rukou hraje třeba nejlepší světová tenistka všech dob Martina Navrátilová. Ale proč nepomoci dítěti, které stojí na počátku své školní docházky vhodnými pomůckami a častější kontrolou a dohledem. A proto:

- až přijde čas, zakupte vhodné tužky/trojhranné/, pero, nůžky
- kontrolujte natočení sešitu; levák by měl mít sešit natočený opačně než pravák
- dohlížejte na to, aby psací náčiní držel levák /stejně jako pravák ve špetce/ tak, aby druhý konec směřoval přibližně k rameni
- dbejte na důkladné uvolňování ruky; při nedostatečném uvolnění hrozí dráповité držení psacího náčiní a psaní celým loktem a předloktím

Zdravé jídlo a pití/to není pouhá fráze/

Věděli jste, že jídlo a pití, které dítěti dáte, nebo naopak nedáte s sebou do školy, mohou ovlivnit i jeho školní výkon? Zejména v období růstu potřebují děti kvalitní výživu. Tou rozhodně nejsou sušenky. Pokud to jen trochu jde, připravujte dítěti svačinu doma a naučte ho, aby si ji později, až bude starší, umělo připravit samo.

Jídlo:

- Snídat by mělo dítě před odchodem do školy
- Sladkosti se ke svačině nehodí; ač jsou kalorické, bývá po nich brzy hlad, navíc nesvědčí soustředění a schopnosti pamatovat si
- Malá sladkost na doplnění svačiny však není chybou

- Celozrnné pečivo či černý chléb je rozhodně lepší než pečivo bílé
- Samotné ovoce a zelenina nestačí

Pítí:

- Naučte dítě dostatečně pít, už k snídani mu nabídněte slabý čaj, džusy jen hodně zředěné
- Ke svačině se hodí voda, minerálka s nižším obsahem sodíku, čaj, který má dítě rádo
- Naopak vůbec se nehodí limonády, jsou sladké, kalorické, způsobují odvodnění a coca-cola i zvýšené vyplavování vápníku z těla

Nekvalitní přezůvky mohou dítěti uškodit.

Ač se to zdá být nepochopitelné, nejdůležitější věcí, kterou si dítě přinese do školy 1. září, jsou přezůvky. A tak tedy: Na co se při nákupu soustředit?

- Nejvhodnější jsou textilní přezůvky, nejlépe z bavlny či manšestru. V umělých syntetických materiálech se bude noha hodně potit
- Obuv musí držet na noze, nesmí padat nebo tlačit. Optimální nadměrek je přibližně jeden centimetr
- Každé dítě má jiný tvar nohy, proto je důležité u nákupu dostatečně přezůvky vyzkoušet
- Vnitřní stélka obuvi by měla být u školáků anatomicky tvarovaná; zamezuje bolestem nohy při dlouhodobějším nošení
- Ideální výška podpatku je kolem jednoho centimetru

A nezapomeňte: Nohy by měly být v přezůvkách vždy pevně ukotveny, aby si dítě, zvláště na I. stupni, nezpůsobilo ve škole úraz.

(převzato ze ZŠ Praha – Dolní Chabry)