

## Vážení rodiče,

přinášíme Vám tipy na aktivity, které můžete s dětmi dělat běžně kdykoli během dne. Nepotřebujete k nim většinou žádné speciální pomůcky, stačí jen Vaše chuť 😊 Nebojte se děti pustit do kuchyně a zapojit je u přípravy jídla, nechte je doma vytvořit překážkovou dráhu, postavit bunkr, tvořit cokoli z dostupných předmětů, zahrát si písničku na jakýkoli předmět doma, zapojte je do společného úklidu. Věřím, že i uklízení pro ně bude zábava, když to bude příjemně prožitá chvíle s Vámi, obohacená například o oblíbenou muziku, nebo o různé slovní hry... a věřte, že všemi běžnými činnostmi dětem velmi prospějete, připravíte je na školu i na život. A mnohdy i víc než jen při povinném plnění pracovních listů.

Aktivity, které Vám níže nabízíme, lze různě kombinovat a určitě toho vymyslíte mnohem víc, mnoho z toho běžně i děláte a možná ani nevíte, jak moc je to důležité pro zdravý rozvoj Vašeho dítěte.

### Domácí práce, vaření, pečení

Nebojte se v tomto věku děti zapojit do těchto aktivit, ale pokud jsou pro někoho nové, buďte jim nápomocní, buďte trpěliví, protože zcela jistě se ze začátku udělá větší nepořádek, ale věřte, že se Vám vše časem vrátí. Hlavně dbejte na opatrnost. Každý musí zvážit činnosti podle schopností svého dítěte. Děti v tomto věku jsou šťastné, když mohou být nápomocné, a tak se nebojte využít příležitosti 😊

- **nádobí** (mytí, utírání, uklízení do skříněk a šuplíků, skládání do myčky a vyklízení)
- **vaření a pečení** (příprava nádobí a ingrediencí podle receptu a vašich instrukcí, vážení, odměřování, míchání, přesypání, přelévání, prostírání, nabírání a nandávání, mazání pečiva, hnětení těsta, vyvalování a vykrajování...)
- **prádlo** (třídění ponožek, obracení a skládání oděvu, věšení prádla)
- **další domácí práce** (stlaní postele, udržování pořádku v pokojíčku, vysávání a vytírání, mytí povrchů, utírání prachu, zalévání květin, péče o svou kytičku, péče o domácí mazlíčky)
- **práce na zahradě** (hrabání trávy a listí, péče o bylinky, rostliny, okopávání a pletí záhonku, zalévání)

Těmito aktivitami rozvíjíte hrubou a jemnou motoriku, posilujete trpělivost dítěte, jeho sebevědomí, pocit důležitosti, samostatnost, každodenní návyky a povinnosti, zodpovědnost. Dítě se tak seznamuje i s měrnými jednotkami, základními fyzikálními jevy a chemickými procesy.

Pokud chcete k těmto aktivitám zapojit i rozvoj další oblasti, jako například předčíselné představy, zařadte i **jednoduché slovní úlohy** na rozvoj logického myšlení. Například:

- Mám 4 brambory, podej mi, prosím tě, ještě 2. Kolik jich teď mám? 3 oškrabu... kolik mi jich zbylo? Nakrájím je na půlky, čtvrtiny – ukazuji dítěti, počítáme, rozdělujeme na kupičky, porovnáváme množství, tvoříme jednoduché slovní úlohy. Lze dělat v podstatě s čímkoli a kdykoli.
- Kolik máme kytek v obýváku? Kolik v kuchyni...? Kolik jich máme dohromady? Zalij kytky v obýváku. Kolik ti jich ještě zbývá?
- Připrav 3 misky. Která je největší? Která nejmenší? Seřaď je podle velikostí od nejmenšího. Teď dej do největší 2 hrnky mouky, do menší připrav 1 tvaroh apod.

**Tímto stylem můžete vymýšlet nekonečné množství činností a dítě ani neví, že se tím učí.**

### **Další činnosti, které se sem hodí:**

- tvorba dětské kuchařky (stříhání a lepení obrázků)
- tvorba herbáře (obrázky zahradních i divokých bylin, nebo jejich sběr a vylisování)
- malování do pekáče s moukou, rýží (prstíkem, špejlí, vařečkou...)
- hra na hudební nástroje z různých kuchyňských potřeb (vařečky, misky, hrnce, poklice, lžíce...)

### **Aktivity na doma a na ven**

Lze sem dát opět obrovské množství tipů, co s dětmi dělat. Není možné obsáhnout vše, ale určitě si vyberete z nabízených aktivit a zcela jistě zapojíte i vlastní fantazii a vytvoříte si tak velký zásobník pro dlouhé chvíle. Tyto věci se dají běžně dělat doma nebo třeba venku na procházce.

### **Pohyb těla, ruky, mluvidel** (hrubá a jemná motorika, grafomotorika, motorika mluvidel)

- běhání, skákání a přeskokování překážek, chůze široká, nohy před sebe, bokem, přes různé nerovnosti, překážky, po obrubníku, čáře (dávat úkoly např. oběhni smrk 3x a břízu 5x, pak přeskoč kořen, seběhni kopeček, vyběhni nahoru, vylez na pařez a spočítej letokruhy, nebo můžeme na procházce vyznačit klackem, či křídou překážkovou dráhu – nakreslíme vlnovku, spirálu, přerušované čáry apod.)
- s pomůckami: házení a chytání míče, pinkání s pálkami, skákání přes švihadlo, přes gumu, panáka, cvrknání kuliček, házení céček (nebo jiných předmětů), trefování na cíl
- stavění domečků z přírodnin, kreslení klacíky nebo prsty do písku, vodou a štětcem, nebo nějakými klasy
- i doma lze skákat snožmo a po jedné noze, lézt, plazit se, válet sudy, podlézat, přelézat, prolézat, nezapomínejte na protahování (tvorba různých překážkových drah, stavění bunkrů, hry na zvířátka)
- stříhání (podle předkreslených čar), lepení, kreslení, malování, modelování (všechny možné výtvarné činnosti podle dostupných materiálů, podle fantazie dětí i podle zadání)

Skvělé je vzít třeba jakýkoli obrázek z časopisu, nechat ho dítě rozstříhat (roztrhat) na pár dílů a pak opět složit a nalepit na papír.

- stavebnice, skládačky, puzzle, mozaiky, navlékání korálků
- zapínání knoflíků, zipů, vázání uzlů, tkaniček
- psaní si na záda a hádání, co jsme si tam nakreslili
- hry s prsty (dotýkání se palce s jednotlivými prsty, ruce v pěst a počítání po jednotlivých prstech)
- cvičit mluvidla můžete kdekoli a kdykoli a stačí pár vteřin několikrát denně (nafukování tváří, dělání bouliček jazykem, špulení pusy, posílání pusinky, dělat klauna, cvičit jazyk oblizováním, vyplazováním - čertík, napodobování zvuků zvířat – moucha, cvrček, čmelák, kuň apod., ale i dopravních prostředků – vlak, troubení apod.). K oblizování můžete použít na rty i nějakou oblíbenou dobrůtku a cvičení půjde samo.

**Oblast psychických procesů** (myšlení, paměť, řeč, sluchové a zrakové vnímání, předčíselné představy, orientace v prostoru a čase)

Tyto oblasti jsou nesmírně obsáhlé a vzájemně se prolínají. Základem jsou rozhovory s dítětem, aby získalo opravdu Vaši pozornost. Když s ním budete mluvit a na něco se ho ptát, buďte tam v tu chvíli pro něj, zajímejte se o jeho zájmy a pocity.

- rozvíjejte všeobecný přehled (povídejte si na procházkách o věcech, které Vás obklopují)

Zvířátka a jejich rodiny, kde bydlí, co jedí apod. (př.: potkáme psa a zeptáme se dítěte „Jak se jmenuje mládě pejska a v čem pes na zahradě spí?“)

Profese a povolání (Potkáme popeláře a řekneme si, co a proč dělají, jaké máme popelnice a co do nich patří. Jdeme do obchodu, potkáme paní prodavačku a zeptáme se dítěte: „Kde ještě můžeš paní prodavačky potkat? Jaké máme ještě obchody a co se v nich prodává?“)

Takto můžete rozvíjet témata všeho, co dítě zajímá, anebo co by mělo znát.

- nechte dítě přemýšlet o tom, co je vhodné si obléknout podle počasí (s tím souvisí trénování ročních období, měsíců, počasí)

- říkejte si, co je dnes za den, co jste dělali včera a co máte v plánu zítra. Dny si pojmenujte a můžete pomocí kalendáře sledovat, kolikátého je

- trénujte barvy a tvary, které vás obklopují (např. dveře mají tvar obdélníku a jsou hnědé, popelnice na plast je žlutá, stejně jako slunce, které je kulaté. Kolo od auta je také kulaté a tomuto tvaru se říká kruh...)

- porovnávejte velikosti i množství (Co je vyšší, bytový nebo rodinný dům? Co je širší x užší, vyšší x nižší, větší x menší... Čeho je tu víc, modrých nebo červených aut?) nebo si jen počítejte a dávejte jednoduché slovní úlohy

- kdykoli zařaďte pojmy na vnímání prostoru (Co je vedle houpačky? Jaké auto je za tím zeleným? Co je mezi, nad, pod, vpravo a vlevo? A naopak se ptáme „Kde je...?“ anebo dítě dle pokynů dává předmět třeba na stůl (pod, nad, vedle, za, před)

- nechte dítě mluvit, popisovat obrázky, co vidí kolem sebe, převyprávět příběh, který vidělo v televizi, slyšelo při čtení knih, či zažilo

- během dne můžete trénovat i takové hry se slovy, jako je tvoření opaků, homonym, synonym (př. opaků: Nalijeme studenou vodu do hrnce, teď je studená, ale za chvíli bude teplá. Umyj si ruce, teď je máš špinavé, mokré, pak budou čisté a suché. Př. homonym: Čas na hodinách nám ukazují ručičky. Jaké znáš ještě ručičky? – na těle. Otoč list v knize. Co může být ještě list? – ze stromu. Př. synonym: Z toho komína jde ale hustý dým. Jak to můžeš říct jinak? – kouř. Pořádně se přes tu silnici rozhlédni. Jak jinak můžeš říct silnici? – cesta.).

- zkuste děti podpořit při tvorbě rýmů, zdobnělin, stupňování.

- trénujte i přechylování (ta herečka – ten herec), vedťe děti ke správnému skloňování a časování slov, na věci si ukazujte správnými zájmeny (TEN stůl, TA židle, TO auto), zařazujte nadřazené a podřazené pojmy (bledule, sněženka, petrklíč jsou *kytičky*)

- hrajte hry typu: slovní kopaná, tichá pošta, přijela babička z Číny a přivezla mi... využijte nápad i při vaření: Dala jsem do hrnce máslo, mouku... (dítě to opakuje a kdykoli přidáte další surovinu, zopakuje všechny suroviny)

- ptáme se na první a poslední hlásky ve slovech (ve hře použijeme např.: Najdi věc, která začíná na K – doma křeslo, koberec, kastrol...)
- vyrobte si z ruliček od toaletního papíru zvukové pexeso (vždy 2 naplníte stejným materiálem – rýže, fazole, rolničky...), můžete je použít i jako hudební nástroje a pěkně si je ozdobit
- slabikujte a hláskujte – hrajte si na robota (říkejte třeba ko-lo-toč, nebo s-t-ů-l ... dítě hádá, co říkáte), rozkládejte slova na slabiky a určujte počet slabik
- a nezapomeňte si s dětmi opakovat, kde bydlíte, jak se jmenujete, jak se jmenují i prarodiče, jaké máte povolání a všechny věci, které považujete za důležité 😊

**Aktivity zařazujte průběžně kdykoli během dne, děti udrží pozornost pouze krátce, ale formou hry je budou určitě bavit 😊**

**Berte tyto tipy jako náměty, jak děti zabavit a zároveň rozvíjet v rodinném prostředí, doma i venku, při běžných denních aktivitách.**

**Ať se Vám vše daří!**

Vypracovala Hana Zvolánková, MŠ Žižkov, Havlíčkův Brod