

## Tipy na rozvojové aktivity



Časová orientace



Emoční zralost



Grafomotorika



Hrubá motorika



Jemná motorika



### Vysvětlení oblasti Jemná motorika



Do oblasti jemné motoriky patří především hybnost a obratnost rukou. Jsou to pohyby, při kterých zapojujeme skupiny malých svalů. Jemnou motoriku potřebují děti pro uchopení a pouštění věcí, stavění kostek, stříhání, motání klubiček, navlékání korálků, modelování, zapínání knoflíků, zipů, oblékání ponožek a podobně. Jemná motorika se tak uplatňuje v celé řadě každodenních činností, které je rovněž možné využít pro její cílený rozvoj. Rozvoj jemné motoriky lze podpořit i vhodným výběrem hraček a stavebnic.

### Materiály pro rozvoj (video, pracovní listy etc.)



Motorika #1



Motorika #2



### Tipy na doma pro rozvoj této oblasti



**Zapínání knoflíků, zipů** - Můžete trénovat při běžném převlékání, ale také na panenkách, či si pomůcky vyrobit. Inspirací od

vynalézavých rodičů je na internetu skutečně mnoho. Původně tato myšlenka pochází od M. Montessorri.

**Oblékání a svlékání** - Obecně platí méně je více. Tedy pomáhejte dítěti co nejméně. Nenechte však dítě trápit, pokud mu něco nejde. Jedenkrát dítěti předvedte, jakým způsobem se oděv obléká, a poté jej nechte si to vyzkoušet.

**Věšení na ramínko** - Především pokud je ramínko z klouzavého materiálu (např. dětská ramínka z IKEA), mají děti problém se zavěšením mikin či bund. Práci jim velmi usnadníme, když jim ukážeme, jak na to. Pokud má bunda poutko, provlečeme jím zavěšovací část a teprve potom nasouváme rukávy na ramínko. Další pomůckou může být, že si dítě rozloží bundu na dostatečně velký tvrdý povrch a ramínko uloží na otevřenou bundu, její boky poté přetáhne přes ramínko.

**Prostírání stolu** - Z prostírání stolu udělejte zodpovědnost dítěte, můžete začít například u nedělního oběda. Samostatně může prostírat jen sobě či všem členům rodiny, záleží jak se domluvíte. Čím starší dítě, tím více jeho povinnosti v domácnosti narůstají. Pokud mu to chcete usnadnit, můžete společně vyrobit prostírání, na kterém bude nakresleno, co kam patří. Dítě si tak zapamatuje i to, na kterou stranu patří při prostírání vidlička, nůž, sklenice a další.

**Jezení lžičkou** - Nechte děti, ať jedí co nejvíce samy. Rozvíjejí si nejen jemnou motoriku, ale i koordinaci ruka - oko. Pokud se dítě samo nenají dostatečně, je třeba jej poté dokrmit.

**Jezení příborem** - Trénujte s dětmi napichování vidličkou a především krájení nožem. Naučte je správný postup. Je třeba, aby dítě krájenou potravinu netrhlo, ale skutečně krájelo. Učitelky mateřských škol se obecně přiklánějí k variantě jíst celým příborem a ne pouze vidličkou, jelikož tato varianta děti velmi plete a nevědí, v které ruce přebory držet. Osvojit si dovednost jíst celým příborem by mělo dítě zvládnout před nástupem do základní školy.

**Zavazování tkaniček** - Trénujte s dětmi tuto dovednost, začněte od jednoduchého uzlu a až poté přikročte k učení mašliček. Vzhledem k možnosti více variant vázání mašličky vyzkoušejte, která vašemu dítěti vyhovuje více. Důležitý je výsledek.

**Pletení copánků** - Vyzkoušet můžete pletení copánků ze tří pramenů, zejména dívky mají tuto aktivitu velmi rády.

**Skládání vlastního oblečení** - Zvláště některé děti rády udržují pořádek. Naučit se skládat vlastní oblečení je skutečně důležitá dovednost a je třeba s ní začít již v předškolním věku.

**Úprava lůžka** - Není třeba, aby si dítě stlalo postel, ale je vhodné ukázat mu, že si může například načechrat polštář, uklidit plyšové hračky či urovnat peřinu.

**Stříhání** - Začněte od stříhání jednoduchých tvarů, nejlepší jsou proužky. Můžete z nich vyrábět například řetězy.

**Lepení** - Zpočátku využívejte spíše tyčinková lepidla. Později například i Herkules. Důležité je dítě poučit jak správně lepidlo používat, aby nedošlo k jeho rozlítí, či "ochutnávání".

**Ohýbání papíru** - Ohýbat papír s dítětem můžete jen tak bez nějakého dalšího cíle. Nebo můžete skládat jednoduché origami.

**Třídění různých materiálů** - Třídít můžete dle druhu materiálu, tvaru, barvy, velikosti atd.

**Hraní s kostkami** - Zpočátku je vhodné zvolit veliké kostky, které nejsou náročné na sestavování. V pozdějším věku vyberte takové stavebnice, které jsou složitější na sestavení.

**Navlékání korálků** - Nejprve můžete začít navlékat korálky dle libosti. Později můžete vytvořit pro dítě kartičky a navlékat korálky dle návodu. Muže to být jak podle barvy, tak podle tvaru.

**Modelování z plastelíny, hlíny atd.** - Pokud chcete ozvláštnit modelářské hmoty, můžete vyzkoušet třeba slané těsto. Vyrábějte jej společně s dítětem - nechte jen například odměřit množství dle návodu. Poté lze vyrábět mnoho výrobků od sopky až po vykrajování vykrajovátky. Těsto nechte zaschnout a poté jej můžete i namalovat. Při schnutí může dojít k popraskání těsta. Nejsou vždy dokonalé, zvažte proto co je vaším cílem, jestli bezchybný výrobek a nebo samotný proces výroby.

**Trhání papíru** - Natrhaný papír můžete využít na výrobu ručního papíru, můžete z něj skládat různé koláže a tvořit obrázky.

**Tvoření kuliček z krepového papíru** - Nechte dítě natrhat krepový papír a poté z něj umotat kuličky, z nich pak můžete vytvářet společně umělecká díla.

**Pomoc v kuchyni** - Děti mohou pomáhat třeba s mícháním, sypaním, přebíráním, přeléváním, přípravou těsta, vykrajováním, solením i cukrováním, mazáním atd. Velmi populární jsou v dnešní době tzv. učící věže. Ty vám dostanou dítě do vhodné výšky pro práci v kuchyni.

**Hry s prstovými maňásky** - Maňásky můžete koupit i vyrobit. Významným plusem takové hry s dítětem je, že si můžete střídat role, i dítě si tak může zahrát dospělého. Jedná se o tzv. hraní různých sociálních rolí. Posilujete tak mimo jiné i sociální dovednosti dítěte.

**Zatínání dlaně v pěst** - Dále se můžete dotýkat jednotlivými prsty palce, či jimi různě poklepávat. Využít k tomu můžete i různých básniček (viz prstové říkanky). Dále je možné tleskat, mávat, třepat prsty atd.

**Cvrnkání do kuliček** - Můžeme si s dětmi zahrát kuličky. Nejlepší jsou klasické skleněné, můžeme ale použít i korálky. Cvrnkáme na určité místo nebo do dolíčku.

**Gumičky** - Dítě zkouší natahovat gumičky například přes krabičku, culíky, nohu židle apod

**Nakreslení jednoduchých tvarů a vystřihávání** - Další oblasti rozvoje: sluchové dovednosti Domluvte se s dítětem, co bude kreslit, když uslyší určitý zvuk. Např.: ťukání o hrnec – dítě kreslí kolečko, ťukání o stůl – dítě kreslí čárku, tleskání – dítě kreslí křížek. Poté vydávejte domluvené zvuky a dítě podle toho kreslí.

**Nalepování drobných předmětů** - Dítě nalepuje přízi například do tvaru klubička. Může použít i párátko, malé papírky, korálky a lepit je do tvaru domečku, slunce apod

**Navlékání jehly a obšívání** - Další oblasti rozvoje: předmatematické představy. Použijte bavlněnou přízi a jehlu s velkým uchem. Dítě může následně obšívát nakreslený obrazec na tenkém papíru

**Poznej pohmatu** - Další oblasti rozvoje: verbální myšlení. Schovejte dítěti pár známých předmětů do bavlněného pytlíku nebo pod příkrývku a dítěti dejte za úkol pohmatu poznat a pojmenovat, co se tam skrývá. Postupně přidávejte náročnější předměty.

**Přenášení rýže pomocí pinzety** - Další oblasti rozvoje: předmatematické představy. Nasypejte rýži do jedné mísy a vedle dejte prázdnou mísu. Dítě má za úkol přenášet rýžová zrníčka pinzetou z jedné mísy do druhé. Pro snadnější verzi můžete použít místo rýže například těstoviny.

**Rozstřihání obrázku a následné seskládání** - Nechte dítě rozstříhat obrázek na větší kusy. Poté mu dejte za úkol obrázek poskládat.



Pozornost

Máte vlastní tip pro ostatní rodiče? Pošlete nám jej na [rozvojdite@isophi.cz](mailto:rozvojdite@isophi.cz) Díky! ❤️



Pracovní zralost



Prostorová představivost



Předmatematické představy



Sebeobsluha



Sluchové vnímání



Sociální porozumění



Verbální myšlení



Zrakové vnímání



© 2021 iSophi, Verze 0.0.2 T

