



# S PŘEDŠKOLÁKEM DOMA

Ucelený rozvojový program pro školní připravenost

## CO JE TO ZRAKOVÉ VNÍMÁNÍ?

Zrakové vnímání je schopnost rozlišovat zrakem detaily a odlišnosti předmětů – jejich barvy, tvary a vzory. Schopnost zrakového vnímání je spjata s učením, kdy nám zrak umožňuje získávat informace z okolí, a díky zrakové paměti si získané informace pamatujeme. Zrakové vnímání také souvisí s rozvojem rozumových schopností, které dávají smysl tomu, co vidíme. Například dítě vidí nějaký objekt, přijme o něm zrakem informace, mozek je zpracuje a na základě svých dřívějších zkušeností dítě rozpozná v objektu například kočku. Tento proces, zde dlouze popsany, trvá jen milisekundy.

Zrakové vnímání, stejně jako všechny schopnosti, prochází určitým vývojem a časem dozrává. Dítě ve třech letech nepozná například detaily na obrázku či nerozliší zrcadlově obrácené tvary. To jsou dovednosti, které zvládnou děti před nástupem do školy. Činnosti, které dětem nabízíme, by proto měly být přiměřené jejich možnostem.

Hovoříme-li o nedostatečném zrakovém vnímání, nemáme na mysli poruchy zraku, kdy je oslabeno oko. Jde o potíže se zpracováním informací toho, co vidíme. Mnoho dětí se zdravýma očima a bez brýlí může mít potíže v oblasti zrakového vnímání. Konkrétně – například špatně rozlišují rozdíly mezi obrázky, „nevidí“ detaily, soustředí se na nepodstatné znaky a důležité opomenou.

Schopnost zrakového vnímání u většiny dětí dozrává do optimální úrovně kolem 6. roku. Někdy to může ale trvat o něco déle. Dobrá zpráva je, že **zrakové vnímání a všechny jeho oblasti** (od zrakové paměti až po koordinaci ruka-oko) **je možné cvičením zlepšovat**.

## PROČ JE ZRAKOVÉ VNÍMÁNÍ DŮLEŽITÉ?

Dobrá úroveň zrakového vnímání je důležitá pro mnoho každodenních úkonů, činností a her dítěte, jako jsou například skládání kostek, puzzle, stříhání, lepení, malování či oblékání a obouvání, kde dítě vše kontroluje zrakem a rozlišuje, zda má své boty správně, či obráceně. Důležitou roli hraje zrakové vnímání ve škole **při osvojování čtení, psaní a počítání**. Snížená schopnost zrakového vnímání může vést k těžkostem v učení, které se mohou projevovat v oslabeném rozpoznávání a pamatování si čísel, písmen či slov. Často děti nejistě určují (poznávají) pozice číslice v čísle či písmena ve slově. Bez dobré úrovně zrakového vnímání často zaměňují slova s podobnými písmeny a špatně poznávají písmena, která se liší pouze drobným detailem. V důsledku těchto potíží je negativně ovlivněn i způsob psaní a celkový výkon ve čtení a porozumění čtenému textu.

Příklady častých záměn: c × e, F × E, i × j × l. Děti, které se učí psát, zaměňují také často tvary psacích písmen: o × a, k × h, m × n, r × z, ř × ž.

## CO BY MĚL PŘEDŠKOLÁK UMĚT?

Předškolák by měl **rozpoznat rozdíly a podobnosti** mezi předměty, protože rozlišování rozdílů a podobností pomáhá porozumět prostředí, které nás obklopuje.

Předškolák by měl umět **rozlišovat a „filtrovat“ zrakové informace**, které jsou pro činnost důležité a které ne. Například vyhledává-li psy mezi jinými zvířátky, bude si všimnout jiných podstatných znaků, než kdyby vyhledával ptáky.

Předškolní dítě umí zaměřit pozornost. Dovede se **soustředit** na důležité detaily a vynechat záměrně méně podstatné věci. Například později ve škole bude opisovat slova z tabule. Ale nevidí pouze tato slova, v jeho zorném poli je celá řada dalších věcí. Nicméně si jich dokáže nevšimnout, pokud nejsou v danou chvíli pro jeho práci důležité. Dobré zrakové vnímání umožňuje **rozpoznávat tvary předmětů** i v případě, že se **změní jejich velikost a pozice**. Tato dovednost později umožňuje, že poznává stejné tvary písmen a čísel, ačkoli jsou napsána různým fontem, jsou různě veliké, tištěné na bílém podkladu či na podkladu s obrázkem.

Dítě by mělo umět **rozpoznat předmět jen podle jeho části**. Například, i když na obrázku uvidí pouze část židle, květiny či hrníčku, přesto pozná, o jaké předměty se jedná. Tato dovednost se později uplatňuje v rychlém a pohotovém čtení, kdy předvídá celá slova či jak slova končí.

Důležitá je též oblast **zrakové paměti**. Ta slouží k tomu, že si pamatujeme, co jsme viděli. Umíme si podržet obrázek předmětů, na něž jsme se dívali – pamatujeme si tvar, vzhled nebo i některé detaily. Funkce zrakové paměti je velmi důležitá ve všech aktivitách běžného života. Zároveň je nezbytná pro vzdělávání a učení – čtení, čtení s porozuměním, matematiku, přepisování informací z tabule.

**Vizuo-motorická koordinace** znamená, jak se dovedeme hýbat podle toho, co vidíme. Tato dovednost by měla být u předškoláka již také dobře rozvinutá. Například, dítě vidí míč a zkusí ho pohybem ruky chytit nebo vidí jámu a přeskočí ji. Dobrá koordinace těla a kontrola pohybů závisí na vzájemné spolupráci očí a rukou. Souhra oka a ruky je zásadní pro úspěšný nácvik psaní, kdy dítě potřebuje dobře zkoordinovat velmi jemné svaly ruky a prstů s pohybem očí. Vhodné činnosti, které podporují tuto dovednost a připravují základ pro nácvik psaní, jsou například navlékání korálků, vystřihování, vybarvování či obtahování linií.

**Vizuo-prostorová orientace** ukazuje na schopnost dítěte orientovat se v prostředí a vnímat vlastní tělo ve vztahu k prostoru. Děti používají tuto schopnost při pohybu v prostoru při tanci, kdy sledují a napodobují sekvenci pohybů. Dobrá vizuo-prostorová orientace, která umožňuje vnímat **pozici sebe sama v prostoru**, později umožňuje pravolevou orientaci. Nejprve se dítě učí, co je vzadu, vpředu, nahoře nebo dole, pak následuje rozlišování a učení se vlevo-vpravo. Při nedostatečné úrovni této schopnosti má dítě potíže s rovnováhou, koordinací pohybů, je neobratné a v řeči lze častěji pozorovat potíže při určování polohy předmětů či popisu prostředí, kde co je. Příklad: „*Obchod je, když... jdeš na poštu, ale jen když jdeš po chodníku kolem, tam se pak otočíš a vidíš... a taky koukáš na školu.*“ Jednoduše by se dalo říci, že obchod je vedle pošty či naproti škole.

Matematika, psaní a čtení s touto schopností souvisí více, než by se na první pohled mohlo zdát. Aby dítě vyřešilo příklad  $5 + 2 - 1$ , musí vnímat, jak jsou číslice a matematické symboly (+, -, =) umístěny v příkladu (pozice v prostoru!) a v jakém vztahu k sobě navzájem jsou. Pozice čísel nesmí zaměnit, protože  $5 + 2 - 1$  má jiné řešení než  $5 + 1 - 2$ . V pokročilejší matematice děti potřebují číst čísla nejen horizontálně, ale pracovat s nimi i vertikálně (ve svislém směru) při sčítání a odčítání víceciferných čísel. V geometrii pak pracují s modely geometrických tvarů a potřebují si je umět představit v prostoru, z jiného úhlu či pootočené. To jsou již poměrně složité představy, ke kterým vaše dítě také jednou dospěje. Ale i ono bude muset začít s jednoduchou představou přímky v prostoru.

V psaní a čtení je to podobné. Dítě musí rozlišovat nejen tvary písmen, ale i polohu písmen. Vezměme například písmena p/d/q/b, W/M, A/V nebo číslice 6 a 9. Všechny tyto tvary mají odlišný význam, který je daný polohou písmena nebo čísla. Když si papír obrátíme (děti si ho ve škole často natáčejí), změníme polohou význam písmen a číslic. Ve čtení se děti učí řadit písmena ve slova ve správném pořadí. Zleva doprava či zprava doleva řazená písmena mohou mít jiný význam (jako např. šok/koš, op/po či nad/dan). Asi není potřeba příliš zdůrazňovat, že v cizím jazyce (např. v angličtině) obtíže i chybovost ještě více stoupají.

Předškolák by měl umět očima **sledovat obrázky v řadě zleva doprava**. Tento kontrolovaný **záměrný oční pohyb** bude potřebovat pro plynulé čtení. Některé děti předškolního věku neumí udržet/fixovat oko na obrázku, detaily či písmena. Pokud máte list s obrázky v řadě a dítě i přes vaše upozornění téká očima z obrázku na obrázek místo systematického pojmenovávání obrázků zleva doprava nebo shora dolů, je načase správné oční pohyby podpořit. Udělejte velmi jednoduchou věc. Připravte si knihu či pracovní listy s obrázky v řadách a nechte dítě obrázky pojmenovávat. Kdyby předbíhalo očima k jiným obrázkům, zakryjte je a pomozte mu koncentrovat se na řadu obrázků postupně. Ve škole pak využijte čtecích okének, která dítěti umožňují usměrňovat oční pohyby při čtení. Byť děti pracují běžně s texty, kdy jsou černá písmena na bílé ploše, v zahraničí mají bohaté zkušenosti s používáním barevných fólií při čtení. Barvy mají vliv na naše oči a na zrakové vnímání. Mnoha dětem se text na zeleném či růžovém podkladu čte lépe než na bílém. Výběr barvy je individuální a je nutné nejvhodnější barvu vyzkoušet. Také je potřeba dbát na kvalitu, průsvitnost, sytost barvy fólie. Ne každá je vhodná, ale tento jednoduchý trik pomáhá při čtení mnoha dětem.

## PŘEDŠKOLÁK BY MĚL ZVLÁDAT

- pojmenovat barvy základní i doplňkové
- rozlišit mezi stejnými obrázky takový, který je jiný (velikostí, detailem, polohou atd.)
- vyhledávat a určit shodné a neshodné dvojice obrázků
- poskládat obrázek přibližně ze šesti a více částí
- skládat obrázek z několika částí podle předlohy
- poznat a doplnit části, které na obrázku chybí
- pamatovat si cca 3 obrázky, které se mu ukážou
- poznat, které obrázky z určitého množství chybí
- rozlišit dva nebo tři překrývající se obrázky
- vyhledat zadaný předmět na pozadí obrázku
- rozumět pojmům vpředu/vzadu, nahoře/dole v prostoru a umět se podle toho orientovat

## POTÍŽE V UČENÍ

Nástupem do školy mohou potíže ve zrakovém vnímání zesílit a přetrvávat poměrně dlouhou dobu. Pokud se tato situace neřeší, dítě se začne ve škole zhoršovat a začnou přibývat další potíže. Dítě, které v hodinách vyrušuje, nesoustředí se, pracuje pomalu, nemuselo být takové od začátku. **Výukové potíže se mohou velmi rychle odrazit do potíží v chování**, kdy se dítě tím, že zlobí, snaží vyhnout nějakým situacím či si kompenzuje neúspěchy v učení. Okolí se soustředí na řešení kázeňských potíží a opomine jiné oblasti, které dítě trápí.

## SIGNÁLY POTÍŽÍ

- děti často zaměňují tvary písmen, které se liší polohou – p, b, d nebo detailem – m × n, i × l, o × a, r × z, r × ř, r × s a další
- zaměňují některé číslice 6 × 9 či píší číslice zrcadlově (obráceně 3, 5, 6, 9)
- obtížně si pamatují některé tvary písmen (často velkých psacích písmen, např. Z, L, R, D, F, G)
- pomalu si zapamatovávají tvary písmen
- mají obtíže s přepisem a opisem textu (chybují při opisech z tabule, i když text vidí napsaný)
- pomaleji čtou a často se ve čtení objevují nepřesnosti a chyby
- mají potíže s porozuměním textu příběhu či zadání instrukce
- v matematice obtížně rozumí zadání, v geometrii mívají obtíže při rýsování během práce s modely různých tvarů

# JAK MŮŽEME DÍTĚTI POMOCI

Posilovat a trénovat oblast zrakového vnímání u dětí není obtížné. Pojdme si ukázat některé z aktivit, které jim mohou výrazně pomoci.

- 1 Velmi vhodné je **třídění předmětů** podle jedné vlastnosti (např. třídění kostek podle barvy, stejného tvaru, velikosti či podle dvou vlastností (červené kulaté korálky × modré hranaté korálky). Třídít lze i stavebnicové kostky (např. lego, dřevěné stavebnice) podle zvolených charakteristik. Můžete s dítětem třídít prakticky cokoli – karty podle barev či symbolů, přístroje, mince apod.
- 2 Všimněte si věcí kolem vás a **využívejte jejich podobnosti**. Připravíme na stůl banán, žlutou pastelku a modrou kostku. Dítě poznává, co tam nepatří (kostka – není žlutá). Obměňujeme rychlými a dostupnými variacemi (žlutá, modrá kostka, banán – nepatří banán, dva vyšší hrnečky a jeden nižší atd.)
- 3 Pomozte dětem **skládat obrázky a puzzle**. Nemusíte kupovat stále další a další skládané. Stačí rozstříhat různě pohledy s pěkným obrázkem. Budete tak mít neustále nové varianty, které nebudou dítě nudit.
- 4 Hrajte hry jako domino, lotto či kvarteto. Využívejte hry a pracovní listy, kdy dítě hledá **stejně nebo odlišné obrázky** a ty, které jsou zaměřené na paměť.
- 5 Vyzkoušejte hru „Vidím něco, co je...“ žluté a kulaté, dřevěné, modré a vysoké... Dítě musí v místnosti **uhádnout, co hledáte**. Anebo dejte do tašky předměty a nechte dítě poslepu vytahovat předměty podle vaší instrukce. „Vyndej trojúhelník, vyndej nejmenší kostku...“
- 6 Pracujte s obrázky. Nakreslete například polovinu předmětu (míč, obličej, postavu, květinu apod.) a nechte dítě **dokreslit druhou polovinu**. Můžete využít i jednoduché rozstřížené obrázky v dětských časopisech. Dítě na obrázcích může **vyhledávat rozdíly** (details). Společně si říkejte, co na vybraném obrázku vidíte, obrázek pak zakryjte a nechte dítě **vzpomínat, co vidělo**. Začněte vždy s jednoduššími obrázky. Nebo připravte různé předměty na stůl, nechte je dítě prohlédnout, pak jeden odeberte. Dítě zkouší poznat, co chybí.
- 7 Budte kreativní, vytvořte z různých přírodnin (listy, fazole, bobule) či dalšího drobného materiálu (těstoviny, korálky, lentilky) různé **vzory** a nechte děti, aby je zopakovaly. Mnohé děti milují stavění z kostek, i to je trénink zrakového vnímání. Pomozte jim **stavět podle zadané předlohy**. Podobně i navlékání korálků, tvoření vzorů z kostiček podle předlohy na obrázku pomáhá rozvoji dobrého zrakového vnímání.
- 8 Využívejte pohybové aktivity (chytání, házení s míčem, skákání panáka, jízda na kole aj.). Vymyslete tři pohyby za sebou (jeden skok dopředu, tlesknutí a dva kroky stranou), dítě pokaždé zkusí přesně **opakovat sekvenci pohybů**.
- 9 Vhodným nástrojem na procvičování jsou samozřejmě i **pracovní listy**. Následující pracovní listy jsou zaměřeny na rozvoj zrakového vnímání. Vysvětlíte dětem instrukce tak, aby jasně chápaly, co je jejich úkolem.

# PRACOVNÍ LISTY

## JAK POUŽÍVAT PRACOVNÍ LISTY?

Pracovní listy jsou v řazené podle stoupající obtížnosti. Jeden pracovní list většinou obsahuje dva úkoly. Instrukce jsou zvolené tak, aby dítě pracovní list využilo co nejvíce a u každého listu bylo téma k povídání.

Pokud se vám bude zdát náročnost některých listů vysoká, vraťte se k nim později. Listy lze využít i pro mladší děti podle jejich dovedností a schopností.

## TIPY, RADY A DOPORUČENÍ

- Přesvědčte se, že dítě instrukci rozumí a ví, co je úkolem.
- Podporujte je, oceňujte jeho snahu, vytrvalost a dílčí úspěchy. Motivujte dítě k práci v oblasti, které má tendenci se vyhýbat.
- Buďte kreativní, neváhejte si vytvořit své vlastní listy inspirované těmi našimi.
- Dítě nepřetěžujte, společný čas nad pracovními listy by měla být zábava.
- Vytvořte pro dítě „domácí pracovní stanici“ – koutek, kde rádo pracuje. Nezapomeňte ale, že děti nejraději pobývají tam, kde s nimi někdo je, nechtějí být samy v pokoji.
- Rozdělte úkol či pracovní list na dílčí kroky, které jsou snadněji splnitelné. Práce pak dítěti připadá jednodušší.
- Podpořte sebedůvěru dítěte. Děti často o svých silných stránkách nic netuší, pomozte jim je nalézt.

Rozvíjejte Vašeho předškoláka i v dalších oblastech:



GRAFOMOTORIKA



ŘEČ A MYŠLENÍ



SLUCHOVÉ VNÍMÁNÍ



PROSTOROVÁ PŘEDSTAVIVOST



ČASOVÁ ORIENTACE



PŘEDMATEMATICKÉ DOVEDNOSTI



POZORNOST



SOCIÁLNÍ DOVEDNOSTI

---

## Zrakové vnímání | S předškolákem doma

Vydala Pedagogicko-psychologická poradna STEP s.r.o.  
Napsala Mgr. Simona Pekárková, Ph.D. a Mgr. Martina Švandová, Ph.D.  
Ilustrovala Jana Baborová, BcA. Vítek Hanuš a Kateřina Špačková  
Grafické zpracování Mgr. Eliška Dokoupilová

Copyright © Pedagogicko-psychologická poradna STEP s.r.o., 2020  
Text © Mgr. Simona Pekárková, Ph.D. a Mgr. Martina Švandová, Ph.D.  
Illustrations © Jana Baborová, BcA. Vítek Hanuš a Kateřina Špačková

Všechna práva vyhrazena. Žádná část této publikace nesmí být rozšiřována bez písemného souhlasu majitelů práv.

[www.ppporadna.cz](http://www.ppporadna.cz)  
[www.ucenivpohode.cz](http://www.ucenivpohode.cz)  
[www.iSophi.cz](http://www.iSophi.cz)