SÚBOR ROZVÍJAJÚCICH CVIČENÍ PRE DETI PREDŠKOLSKÉHO VEKU

Rozpis vyššie uvedených činností do 10 týždňového cyklu

1. TÝŽDEŇ

Jemná motorika
„Vytrhovánky“ - biely list papiera najprv dieťa pomaľuje ľubovoľnou farbou a potom z neho vytrháva napr. jabĺčka, listy stromov a pod.

Pozornosť a zrakové vnímanie
Rozlišujeme predmety v okolí - dieťa v miestnosti ukáže na všetky guľaté veci, drevené veci a pod. Von potom môžeme spoločne hľadať autá rovnakej farby, autá podľa značky atď.

Cvičenie sluchu
Hráme hru - Odkiaľ to bolo? Dieťa zavrie oči a my zaťukáme alebo buchneme do nábytku a pýtame sa: „Odkiaľ to bolo? Ukáž mi, odkiaľ sa to ozvalo?“

Pamäť
Hra - Čo chýba na stole?
Na stôl položíme niekoľko ľubovoľných predmetov ...6-8, potom niektorý schováme a dieťa háda, ktorý chýba.

Myslenie
Rozlišovanie vecí podľa jedného znaku. „Povedz mi, ktoré veci okolo sú (podľa farby) červené?“ (zelené, modré atď. podľa tvaru guľaté, hranaté, atď., podľa materiálu...zo skla atď.).

Matematické vzťahy
Na porovnanie veľkostí použijeme pracovný list E1, E2.

2. TÝŽDEŇ

Jemná motorika
a) Vystrihujeme strapce z papiera. Dieťa strihá ľubovoľne široké prúžky.
b) Podľa možnosti upevníme väčší kus papiera, môže byť aj baliaci, na stenu alebo dvere a necháme dieťa uvoľnenou rukou čmárať sem a tam po celej ploche (pohyb lopty, ktorá sa kotúľa sem a tam). Najvhodnejším nástrojom na písanie je krieda, hrubá tuha, neskôr progresso, pastelka, mäkká tužka.

Pozornosť a zrakové vnímanie
V krabičke medzi veľkými gombíkmi hľadáme malý, medzi modrými guličkami červenú, medzi rovnakými kockami jednu odlišnú tvarom alebo materiálom.

Cvičenie sluchu
Čo to bolo? Zašuštíme papierom, cinkneme lyžicou o tanier, a pod. a pýtame sa: „Čo to bolo?“ V miestnosti schováme budík, necháme ho tikať alebo zvoniť a podľa zvuku dieťa budík hľadá.

Pamäť
Hra - Čo sa zmenilo?
a) V miestnosti premiestnime niektorý predmet a dieťa háda zmenu v usporiadaní.
b) Čo sa zmenilo na maminke, na ceste do MŠ a pod.
c) Postavíme stavbu z kociek a opäť po prezretí niečo zmeníme.

Myslenie
a) Vymenovanie určitých kategórií podľa jedného podstatného znaku: „Budeme si rozprávať, čo všetko rastie na stromoch, ja poviem jedno slovo, potom zase ty a kto toho uhádne viac.“
b) Hra: Letí, letí všetko letí

Matematické vzťahy
Určovanie množstva. Pripravíme pred dieťa 2 kôpky gombíkov, kociek, atď. Pýtame sa: „Kde je viac? Kde je menej?“ Nezabudnime tiež na dve kôpky s rovnakým počtom predmetov.

3. TÝŽDEŇ

Jemná motorika
a) Odstrihovanie rohov z papiera (možno použiť i staré noviny) dieťa odstriháva jednotlivé rohy tak dlho, až papier rozstrihá na malé kúsky (Papierový sneh)
b) Posediačky cvičíme dotyky ceruzky na voľný list papiera - bodky (ako zobkanie kuriatka)
c) Voľnou rukou dieťa kreslí na veľký list papiera veľký kruh viackrát za sebou, vo vnútri ešte ďalší (točia sa kolesá).

Pozornosť a zrakové vnímanie
Triedenie drobných predmetov podľa:
a) farieb - napr. kocky - na jednu stranu červené, na druhú modré
b) veľkosti - veľké a malé predmety (môžeme použiť gombičky)
c) materiálu - veci sklené, drevené, z látky a pod.

Sluchové vnímanie
a) Vytlieskávame jednoduché riekanky a pesničky (Pec nám spadla, Jedna druhej riekla). Možno použiť i detské knižky.
b) Spolu s dieťaťom vytlieskávame jednoduché slovo, napr. mama - najskôr ho spolu i vyslovíme, ak dieťa bez ťažkostí tento cvik zvládne, povieme: „Vytlieskaj sám (sama) maminka.“ - otecko, lopta a pod. Dieťa si najprv pri tlieskaní môže slová predriekať, potom iba vytlieskáva ich rytmus.

Pamäť
Použijeme pracovný list C1
Opakujeme cvičenie z minulých týždňov.

Myslenie
Vymenujeme niekoľko slov a dieťa má povedať, čo majú rovnaké, čím sú rovnaké (pomenovať veci jedným slovom): Jablko, hruška, slivka, to je ovocie, potraviny (dá sa to jesť), bicykel, auto, lietadlo, to sú dopravné prostriedky (cestujeme tým). Vyberáme predmety z rôznych oblastí (oblečenie, nábytok, ap.) Ak dieťa v tomto cvičení zlyháva, pracujeme najprv opačne: „Budeme vymenúvať ovocie, ktoré poznáme, ja jedno, ty jedno.“ Pri budúcom cvičení doplníme ďalším novým slovom.

Matematické vzťahy
a) Porovnávanie množstva pomocou grafického znázornenia. Nakreslíme pod seba rad koliesok (4-5) vedľa rad štvorčekov tak, aby dieťa jednotlivé dvojice mohlo spájať čiarami. Po spojení sa pýtame: „Ktorých obrázkov je viac?“
Pri nerovnakom množstve geometrických obrazcov potom zostanú nadpočetné obrazce a dieťa si názorne uvedomuje pojem množstva.
b) Hráme hru "Človeče, nezlob se." (Cvičenie orientácie v základnom počte 6).

4. TÝŽDEŇ

Jemná motorika
a) Strihanie podľa nakreslených čiar, možno použiť aj jednotlivé vystrihovánky.
b) Cvičenie priamych čiar písaných rôznym smerom bez pohybu papiera (postojačky) - na voľný list papiera nakreslíme rôznofarebné body a dieťa ich potom priamymi čiarami spája.
c) Cvičenie priamych čiar písaných rovnakým smerom (posediačky). Predkreslíme dvojicu rôznofarebných bodov tak, aby ich dieťa spájalo vodorovne smerom zľava doprava (ako jazda auta).

Pozornosť a zrakové vnímanie
a) Zo zápaliek postavíme niekoľko rovnakých obrázkov (domčeky, vláčiky ap.), z ktorých iba jeden je úplný a u ostatných vždy niektorá zápalka chýba. Dieťa potom chýbajúce zápalky dopĺňa tak, aby všetky obrázky boli úplné. Túto hru môžeme hrať aj naopak - dieťa nám postaví 1 kompletný obrázok a jeden neúplný, my potom „hádame“, kde chýbajú zápalky.
b) Rovnako môžeme predkresliť vedľa jedného úplného obrázku niekoľko neúplných, ktoré má dieťa dokresliť.

Cvičenie sluchovej analýzy
Položíme na stôl niekoľko predmetov (hračky, predmety dennej potreby a pod.) a vyslovíme prvú slabiku niektorého z nich. Dieťa má potom slovo doplniť. Napr.: „Ktorá z vecí na stole začína -bá-?“ Dieťa doplní „bá...bika.“ Ak je táto hra pre dieťa príliš zložitá, na predmet ukážeme: - ukážeme na bábiku a povieme „bá“ a dieťa doplní „bika“. Podobne: pero, zošit, tanier, ceruzka.

Pamäť
Použijeme pracovný list C2.

Myslenie
a) Cvičenie z 3. týždňa
b) Použijeme pracovné listy D1, D2, D3.

Matematické vzťahy
Nakreslíme určitý počet geometrických obrazcov na jeden riadok vedľa seba (napr. 5 koliesok, pod to na ďalší riadok 3 štvorce a pod.) a dieťa potom vedľa nakreslí rovnaký počet samo.

5. TÝŽDEŇ

Jemná motorika
a) Strihanie zložitejších obrazcov (predkreslíme domček).
b) Cvičenie kresby dolného oblúka - vždy zľava doprava na veľkom papieri ...let vtáka, hojdačka
c) Cvičenie kresby horného oblúka opäť zľava doprava (hory a údolia, poskoky žaby, ap.).

Pozornosť a zrakové vnímanie
Vyhľadať medzi niekoľkými obrázkami rovnaké - použijeme obrázky z Pexesa, vyberieme spočiatku iba 4 dvojice, potom 8. Ak sa dieťaťu darí triediť obrázky bez veľkých problémov, zahráme si s ním hru podľa návodu. Začíname opäť s menším počtom dvojíc.

Cvičenie sluchovej analýzy
Hádaj, ktoré slovo si myslím?
Povieme prvú slabiku slova, ktoré si myslíme napr. „ka“ a dieťa háda: „kabát, kalendár“ a pod. Túto hru môžeme obmeniť na hľadanie bližšie určenej veci, napr. napr.: „Je to v izbe, stojí to pri stole a začína to - lam..., čo to je?“ (lampa).

Pamäť
Použijeme pracovný list C3.

Myslenie
Označenie protikladov. Riešime pracovný list D4.
Strom je veľký a kvietok malý (biely - čierny, svetlý - tmavý, široký - úzky, dobrý - zlý, studený - teplý ap.).

Matematické vzťahy
Na voľný list papiera nakreslíme kolieska, štvorce, trojuholníky, z ktorých jeden vždy vyplníme určitým počtom bodiek (napr. štvorec dvoma, koliesko tromi, trojuholník štyrmi). Dieťa potom ostatné voľné obrázky dopĺňa rovnakým počtom bodiek - (všetky štvorce dvoma atď).

6. TÝŽDEŇ

Jemná motorika
a) Dieťa vystrihne jednotlivé predkreslené geometrické obrazce - štvorec, trojuholník, koliesko a pokúsi sa z nich pomocou rodičov zostaviť na ďalší list papiera nejaký obrázok - domček, vláčik, kvietok, strom.
b) Pri cvičení kresebných zručností skúša dieťa (opäť najprv postojačky) na väčší papier krúžiť voľnou rukou (klbká).
c) Kreslenie vlnoviek zľava doprava opäť na veľký papier (vlny na potôčiku, na mori).

Pozornosť a zrakové vnímanie
Použijeme pracovné listy B1, B2.

Cvičenie sluchovej analýzy
a) Rozlišovanie jednotlivých zvukovo podobných slabík a hlások:
„Poviem ti 2 slová, ty ich ešte raz nahlas starostlivo zopakuješ a potom mi povieš, či sú, alebo nie sú rovnaké.“ bram-pram, haf-haf, vošl-vočl, sak-cak, bal-pal, bram-bram, dyk-dik, a ďalšie dvojice podobných slov, aj nezmyselných.
b) Rovnaké spoluhlásky na začiatku slov: „Zahrajme sa hru. Ja ti poviem nejaké slovo a ty skúsiš vymyslieť iné, ktoré začína rovnako. Napr. taška“ - dieťa pokračuje tabuľa, telefón, atď.
V hľadaní slov sa môžeme s dieťaťom striedať.

Pamäť
Použijeme pracovný list C4,C5.

Myslenie
Vytvorenie vety z troch slov - poviem tri slová: napr. „Janko - lopta - hádzať“. Dieťa z nich vytvorí vetu: „Janko hádže loptu.“

Matematické vzťahy
Použijeme pracovný list E3 a E4. List E4 dieťa nevypĺňa naraz - cvičenie rozdelíme aspoň na dva dni.

7. TÝŽDEŇ

Jemná motorika
a) Dieťa vystrihuje jednotlivé geometrické obrazce, vyfarbí ich a spolu s rodičmi zostaví a nalepí na papier ľubovoľný obrázok (domček spolu so stromom a zvieratkom a pod.)
b) Z plastelíny tvoríme jabĺčka, hrušky, mištičky a pod.
c) Hadovka (list lipy) - na veľký list papiera cvičiť správny ťah na pravej strane listu (precvičovať v rôznych veľkostiach = pracovný list A10).
d) Šikmá čiara zhora dolu - opäť použijeme veľký list papiera a mäkkú ceruzku (prší = pracovný list A3).

Pozornosť a zrakové vnímanie
Použijeme pracovný list B3, B4

Myslenie
Rozprávať dej podľa obrázkov, jednotlivé obrázky zaradiť za sebou ako postupuje dej (rozstriháme seriály v detských časopisoch).

Matematické vzťahy
a) Cvičíme pojmy hore, dole, uprostred. Vezmeme nejaký predmet a dávame ho na rôzne miesta stola. Dieťa hovorí: „Je na stole“.
b) Nakreslíme jednoduchý obrázok alebo vodorovnú čiaru a na ňu a pod ňu farebné kolieska. Dieťa hovorí: „Je nad čiarou, pod čiarou, na čiare, vedľa čiary“ ap.

8. TÝŽDEŇ

Jemná motorika
Použijeme pracovné listy A1, A2, A3

Pozornosť a zrakové vnímanie
Použijeme pracovné listy B5, B6

Cvičenie sluchovej analýzy
Odlišné samohlásky v slovách na začiatku. Povieme: „Čo počuješ na začiatku slova oko? Počujeme tam „o“, však?. A čo počujeme na začiatku slova „ucho?“ (Eva, Adam, Anička, Emil atď).

Pamäť
Na nácvik pamäti pre slovné celky začíname s čítaním jednoduchých riekaniek s obrázkami - čítame najprv sami, potom pri opakovaní necháme dieťa jednoduché slovné celky dopĺňať.

Myslenie
Použijeme pracovné listy D5, D6.

Matematické vzťahy
a) Použijeme pracovný list E5
b) Orientácia v číselných vzťahoch v obore do 10. Naučíme dieťa riekanku: 1,2,3,4,5,6,7,8,9, zavrite si chalúpku, vlezie vám tam medveď.

c) Pripravíme si 3 papiere. Na 2 krajné nedáme nič, na prostredný 4 gombíky. Na prvý voľný papier potom dá dieťa menej gombíkov ako je na prostrednom, na tretí gombíkov viac. Potrebujeme minimálne 12 gombíkov.

9. TÝŽDEŇ

Jemná motorika
Pracovné listy A4, A5, A6, A7

Pozornosť a zrakové vnímanie
Rozstriháme jednoduchý obrázok (pohľadnicu) na 2-3 kusy a dieťa ich skladá dokopy.

Cvičenie sluchovej analýzy
Odlišné samohlásky a spoluhlásky v slovách na konci: „Povedz mi, čo počuješ na konci slova pes. Počujeme tam „s“, však? A čo počuješ na konci slova dom?“ (Les, lev, mäso, stôl a pod.).

Pamäť
a) Necháme dieťaťu vybavovať jednoduché odkazy, rozprávať, čo v našej neprítomnosti robilo.
b) Dieťaťu povieme vetu - najprv s piatimi slovami, napr. „Jožko vstal a umyl sa.“ Dieťa vetu zopakuje. Počet slov zvyšujeme.

Myslenie
Riešenie situácií: „Čo by sa stalo, keby si išiel von v ponožkách?“ (keby sa na križovatke nepoobzeral, atď.). „Čo urobíš, keď padneš a rozbiješ si koleno?“ „Keď sa stratíš?“

Matematické vzťahy
a) Učíme dieťa hrať hru „Domino“
b) Zoradíme do radu 10 kociek rôznych farieb a pýtame sa: „Koľká kocka je červená?“, ... „Podaj mi štvrtú kocku!“ (piatu, druhú, prvú poslednú, hneď za prvou, hneď pred treťou, všetky za druhou, všetky pred štvrtou a pod.

10. TÝŽDEŇ

Jemná motorika
Použijeme pracovné listy A8, A9, A10

Pozornosť a zrakové vnímanie
a) Skladáme pohľadnicu nepravidelne rozstrihanú na viac kusov.
b) Ak máme obrázkové kocky, použijeme túto stavebnicu.

Cvičenie sluchovej analýzy
Určenie miesta hlásky v slovách. „Povedz mi, či počuješ v slove pes -p-. Povedz si to ...-p-...pes.“ Ak dieťa pochopí úlohu, pýtame sa ďalej: „Kde to -p- počuješ?“ Dieťa odpovie: „Na začiatku.“ Podobne: „Kde počuješ -l- v slove les?“ (-k- v slove luk atď.). Toto cvičenie je veľmi ťažké a nie všetky deti sú schopné rýchle ho zvládnuť. Ak sa nám podarí u dieťaťa navodiť sluchové rozlišovanie jednotlivých hlások, môžeme prejsť ku cvičeniu jednoduchého rozkladu slabík a jednoslabičných slov:
„Keď povieme -ma-, počujeme tam m - a, však? Alebo -pa-, počujeme p-a. Rozumieš tomu? Skús rovnako rozložiť -ca“ (ko, pes...).

Pamäť
Pri čítaní rozprávok a príbehov sledujeme pozornosť dieťaťa. Ak je unavené, prestaneme a pokračujeme o chvíľu. Potom dieťa necháme rozprávať samostatne, najprv s pomocou obrázkov, je nutné vyberať bohato ilustrované knihy alebo časopisy pre deti.

Myslenie
Povieme vetu s nesprávnym obsahom a dieťa má poznať, čo je tam zle, napr.: „V lete padá sneh a v zime sa chodíme kúpať ku rybníku.“ „Soľ je sladká a cukor je slaný.“

Matematické predstavy
a) Použijeme pracovný list E6, E7.
b) Pokúsime sa navodiť základné matematické operácie pomocou názoru. „Keď máš 2 kocky (dieťaťu kocky najprv naozaj dáme), koľko budeš mať kociek, keď ti jednu pridám?“ (vezmem). Použijeme najviac 10 kociek.
Ak dieťa s pomocou kociek pochopí podstatu sčítania a odčítania, skúšame to isté bez kociek. Dieťa sa pokúša kocky si len predstavovať. Neprekračujeme počet 5.
c) Navlečieme na šnúrku 4-5 rôznofarebných korálok ako vzor. Úlohou dieťaťa je navliekať presne podľa vzoru.

****