

# Jak připravit dítě do 1. třídy

3.,  
aktualizované  
vydání

Dana Kutálková

- Procvičujeme motoriku a koordinaci
- Hrajeme si a podporujeme všechny smysly
- Mluvíme, počítáme a kreslíme
- Jsme dostatečně zralí na školu?





# Jak připravit dítě do 1. třídy

3.,  
aktualizované  
vydání

Dana Kutálková



GRADA Publishing

**Upozornění pro čtenáře a uživatele této knihy**

*Všechna práva vyhrazena. Žádná část této tištěné či elektronické knihy nesmí být reprodukována ani šířena v papírové, elektronické či jiné podobě bez předchozího písemného souhlasu nakladatele. Neoprávněné užití této knihy bude trestně stíháno.*

**PaedDr. Dana Kutálková**

**JAK PŘIPRAVIT DÍTĚ DO 1. TŘÍDY**  
**3., aktualizované vydání**

---

**TIRÁŽ TIŠTĚNÉ PUBLIKACE:**

Vydala Grada Publishing, a.s.  
U Průhonu 22, 170 00 Praha 7  
tel.: +420 234 264 401, fax: +420 234 264 400  
www.grada.cz  
jako svou 5483. publikaci

Odpovědný redaktor Zdeněk Kubín  
Sazba a zlom Antonín Plicka  
Návrh a zpracování obálky Daniela Eftimiadisová  
Počet stran 200  
Vydání 3., 2014

Vytiskly Tiskárny Havlíčkův Brod, a.s.

© Grada Publishing, a.s., 2014  
Cover Photo © fotobanka Allphoto.cz

**ISBN 978-80-247-4856-6**

---

**ELEKTRONICKÉ PUBLIKACE:**

**ISBN 978-80-247-9173-9 (ve formátu PDF)**  
**ISBN 978-80-247-9174-6 (ve formátu EPUB)**

# Obsah

<b>TŘETÍ VYDÁNÍ – RADOST I STAROST</b>	<b>9</b>
<b>ÚVOD</b>	<b>13</b>
<b>1. OBRATNOST</b>	<b>17</b>
Motorika velkých svalových skupin	21
Náměty na rozvoj obratnosti velkých svalových skupin	22
Jemná motorika rukou	26
Náměty na rozvoj jemné motoriky rukou	27
Motorika mluvidel	36
Základní příprava na nácvik při větší neobratnosti	36
Cvičení pro podporu jednotlivých hláskových skupin	39
Nácvik jemné motoriky mluvidel pro děti po pátém roce	39
Motorika očních pohybů	41
Náměty na procvičení očních pohybů	41
Koordinace	42
Koordinace pohybová	43
Koordinace oči–ruka	45
Koordinace ruce–mluvidla	46
<b>2. SMYSLOVÉ VNÍMÁNÍ</b>	<b>47</b>
Zrak	49
Náměty na hry pro obecný rozvoj zrakových schopností	52
Náměty a hry na optickou paměť	53
Náměty a hry na optickou pozornost a diferenciaci	54
Figura a pozadí, optické členění – hry a náměty	56
Sluch	57
Náměty a hry pro všeobecný rozvoj sluchových schopností	60
Náměty a hry na rozvoj akustické paměti	64
Náměty a hry na rozvoj akustické pozornosti	65
Náměty a hry na akustickou diferenciaci	67
Náměty a hry na rozvoj slovní paměti a pozornosti	68

Hmat	70
Náměty na podporu hmatu	71
Chuť a čich	73
Propriocepce	76
Hry na podporu propriocepce	78
<b>3. ŘEČ</b>	<b>81</b>
Výslovnost	93
Rozumění řeči	95
Slovní zásoba	97
Vyjadřovací pohotovost	99
Kultura mluveného projevu	103
<b>4. POČETNÍ PŘEDSTAVY</b>	<b>107</b>
Náměty na hry	109
<b>5. KRESBA</b>	<b>115</b>
Grafomotorika	117
Vybavení	119
Držení tužky	120
Sklon tužky	120
Tlak na tužku	121
Formát	122
Grafomotorické cviky	122
Psaní levou rukou	128
Rozvoj kresby	129
<b>6. ŠKOLNÍ ZRALOST A JEJÍ POSOUZENÍ</b>	<b>133</b>
Datum narození	136
Zdravotní stav	138
Zralost CNS	138
Soustředění	140
Pravolevá orientace	141
Rozvoj řeči	141
Kresba	143
Jak se tedy rozhodnout?	144

<b>7. VÝCHOVA</b>	<b>147</b>
Princip kyvadla	148
Princip volby	152
Metoda malých kroků	155
<b>8. KDYŽ UŽ JE TO ZA PÁR...</b>	<b>159</b>
Samostatnost	160
Pozornost a soustředění	161
Chystáme se na učení	162
<b>9. JEDNA KAPITOLA NAVÍC</b>	<b>169</b>
Je konec prázdnin...	170
Začíná škola	172
Učíme se efektivně	173
Typy učení	174
Typy nervové činnosti	178
Apetence čili zvědavost	180
Paměťové stopy	182
Dráždění a útlum	185
Reflexní okruh	189
<b>PÁR SLOV NA ZÁVĚR</b>	<b>193</b>
<b>LITERATURA</b>	<b>195</b>





# Třetí vydání – radost i starost

Jestliže druhé vydání knížky udělá autorovi radost, pak třetí je již důvodem k oslavě, zvláště jde-li o text popularizující odborná témata – je to informace o tom, že je srozumitelný a pro čtenáře inspirativní.

Radost je ovšem vzápětí zkvalena tím, že je zvykem nevydávat znovu tentýž text, ale „doplňené“, případně „upravené vydání“. Autor proto musí přemýšlet, čím text, který považuje za hotový, ještě doplnit nebo jak ho upravit.

Čas běží, termín odevzdání textu se krátí, rozumných nápadů je jako šafránu. Mě tentokrát zachránil telefonát, jenž mi připomněl jeden příběh, vlastně příběhy dva...

Byl zhruba měsíc po začátku školního roku, když zazvonil v logopedické ambulanci telefon. Volala maminka chlapce, řekněme mu třeba Jirka, o kterého jsem se před nástupem do školy starala. Je teď ve druhé třídě, má problémy se čtením, psaním, počítá pomalu a často špatně, prostě mu to nejde. Paní učitelka začíná upozorňovat na problémy s pozorností i s chováním – potíže si chlapec zřejmě kompenzuje tím, že šaškuje, aby vynikl alespoň nějak. „Vy ho přece znáte dlouho, nemohla byste nám něco poradit?“

Během rozhovoru se mi začaly vybavovat podrobnosti toho příběhu – a také mi vytanul v paměti druhý, stejně starý kluk. Oba totiž začínali chodit do mé logopedické ambulance přibližně ve stejné době a měli skoro stejné obtíže. A při důkladném rozboru situace se ukázalo, že příčiny opoždujícího se vývoje řeči a bídné výslovnosti jsou také zhruba stejné. Dokonce i rodiny žily podobně – ideální stav pro srovnávací studii. To mě ale tenkrát nenapadlo, i když jsem si postupně začala uvědomovat, jak se další vývoj obou chlapců začíná čím dál víc lišit.

S Jirkovou maminkou jsme se dohodly, že přijdou a zkusíme něco vymyslet – mě ale vrtal hlavou osud druhého chlapce, řekněme mu třeba Michal. Dokumentace se ve zdravotnictví schovává dlouho, mohla jsem si tak připomenout podrobnosti tehdejší naší spolupráce, mimo jiné také díky pravidlu, které nás už na fakultě učil pan profesor Sovák – „zapisujte doslova“. Měl pravdu – autentické výroky oživovaly s překvapivou přesností řadu měsíců

staré situace. Času na nácvik bylo dost, takže jsme mohli zpočátku vystačit s hraním her, jež rozvíjely jednotlivé schopnosti, zvolna jsme omezovali sledování televize a videa na únosnou míru a využívali jsme pořady i na podporu vyprávění, kresby atd., aniž si chlapec uvědomil, že je to z naší strany vědomé cvičení – bral to jako zábavu. Řada dovedností se postupně objevovala „sama od sebe“, protože jsme připravili pomocí her všechny schopnosti, které byly k dalšímu pokroku potřebné. Také nešlo všechno hladce, leccos jsem musela důkladně vysvětlovat, někdy jsme se neshodli v hodnocení dosažené úrovně, ale prokazatelně měnící se situace a ochota dítěte vyhrávat body a drobné odměny umožnila využívat „jen“ preventivní postupy, jež jsou časově celkem nenáročné. V posledním předškolním roce již stačilo dokončit pouze nácvik, který je závislý na věku a tím na celkové zralosti (jako je třeba výslovnost R a Ř a příprava grafomotoriky). V podstatě jsme po celou dobu vystačili se systémem her a s běžnou předškolní přípravou. Na jaře jsme mohli konstatovat, že „už všechno umíme“ a že teď již nemusíme nic dělat, protože od září začnou povinnosti a musíme si to ještě užít.

V dokumentaci jsem našla i adresu a číslo telefonu, a tak jsem jednoho dne zvedla sluchátko a číslo jsem vytočila. První reakcí maminky bylo překvapení – „ale my přece nic nepotřebujeme, Michal mluví bezvadně, a ve škole je docela úspěšný“. Vysvětlila jsem jí, proč volám – vlastně jsem si chtěla ověřit, zda postupy, které jsme tenkrát používali, byly účinné a výsledek trvalý, zda tehdejší nácvik je s odstupem času hodnocen jako snesitelný a zda moc nezatěžoval běžný denní režim rodiny. Byl z toho nakonec dlouhý a příjemný rozhovor dvou žen, jež se delší dobu neviděly – úplně se totiž vytratily role terapeutky a matky klienta.

Také před návštěvou Jirky jsem si prošla celou dokumentaci – i tam byla řada autentických výroků... Zápisy byly podstatně podrobnější a obsáhlejší než u Michala. Úkoly jsem zadávala znovu a znovu, protože nebyly hotové – nebyl čas, „on to nechtěl dělat“, případně „doma mu to ale šlo moc dobře“. Občas vznikaly pauzy – po nemoci se nějak „nedařilo“ dovolat se a domluvit si nový termín. Čas běžel a my neměli hotovou ani pravolevou orientaci, ani sluchovou pozornost, ani další položky, které – nejsou-li alespoň na průměrné úrovni – způsobují potíže ve škole. Michal trávil u televize pořád spoustu času, aniž by se pořady, jež viděl, jednoduchým způsobem využily k podpoře některých schopností, které jsme tak jako tak potřebovali oživit. Výslovnost

se měnila pomalu – většinu hlásek uměl, ale v běžné řeči je nepoužíval, když byl upozorněn na chybu, vztekal se a často „se zasekl“. Kreslení ho nebavilo, maloval jen auta. Poslední předškolní rok jsem plánovala využít některých tréninkových programů, které už mají jasně stanovená pravidla, musí se cvičit denně a přitom nezaberou víc než slabou půlhodinku. Je to nejen cílený rozvoj některých schopností pomocí jednoduchých her, ale také nácvik systematické práce, plnění úkolů, samozřejmě s vidinou drobné odměny. Ale ani domluvy učitelek ve školce nepomohly – proti argumentu, že ho „přece nebudeme trápit úkoly, dokud to není třeba“, jsme ani společně nic nezmohly.

Nakonec jsem to na jaře víceméně vzdala – zrekapitulovala jsem, co by měl předškolák umět a jak to zařídit co nejsnadněji. Odklad školní docházky nepřípadal v úvahu. Do karty se napsalo „kontrola podle potřeby“ a s přáním úspěšné školní docházky jsme se rozešli. Od pediatra jsem věděla, že první třída proběhla celkem v klidu – doufala jsem tedy, že se věci vyřešily spontánně s postupným dozráváním nervového systému. Druhá třída už ale předpokládá větší samostatnost, také se změnila paní učitelka a všechny „nedodělky“ najednou směřovaly čerstvého druháka do pedagogicko-psychologické poradny jako potenciálního dyslektika a dysgrafika.

Když maminka s Michalem dorazili, ukázalo se, že budeme muset tvrdě cvičit to, co se mohlo kdysi podporovat pomocí her. A najednou se našel čas na docvičení sluchových schopností, bez kterých si dítě plete hlásky, dělá chyby v diktátech a nedokáže ani správně poznat délku samohlásek, takže zapomíná znaménka. Ve spolupráci s pedagogicko-psychologickou poradnou jsme museli docvičit i pravolevou orientaci, aby Michal nepletl podobná písmenka, a hlavně aby se mu nepletlo „přidávání a ubírání“ při matematice. A byly tu i další úkoly... to všechno při běžné školní výuce. Pravidelný nácvik ale přinesl změny, pochvaly od paní učitelky Michala těšily, takže většinou vydržel udělat denní penzum – a když už mu docházela trpělivost, naučil se v klidu a bez křiku požádat o pár dní „volna“ – úkoly se minimalizovaly, jenom aby nacvičené nezapomněl.

Maminka nakonec shrnula situaci: „Za každou tenkrát ušetřenou hodinu teď cvičíme nejmíň dvě – ale nedá se nic dělat, když jsme to zvorali, tak to musíme vydržet.“

Přeji čtenářům, aby je nic podobného nepotkalo.

autorka



# Úvod

„Co budete dělat o prázdninách?“

„Ale chtěli jsme jet zase jednou k moři, jenže děti se bouří. Starší má puťák a malá chce být na chalupě – že tam má pejska a králíky a já nevím co ještě.“

Z dalšího, v pražské tramvaji náhodně vyslechnutého hovoru vyšlo najevo, že děti už u moře byly a „byla tam pěkná otrava“. „Dovedeš to pochopit? O všechno jsme měli postaráno.“

No právě – chtělo se mi vmístit se do rozhovoru. Děti mají o všechno postaráno celý rok – a tak si chtějí o prázdninách samy stavět stan (přestože občas spadne), samy vařit (přestože se to občas nedá jíst), chtějí dobrovolně podstupovat nepohodlí pěších túr, puchýře a propocená záda pod batohem. Pro malé dítě je obyčejná koza nebo králík, které si může pohladit nebo pochovat, nesrovnatelně větší atrakce než exotické zvíře za plotem. Podvědomě se drží zuby nehty aktivního způsobu života a zážitků s ním spojených i za cenu nepohodlí, protože tuší to, co by měli vědět dospělí – že totiž vývoj je dialog protikladů. Když nemáme nikdy hlad, nemůžeme si úplně vychutnat jídlo, nemáme-li někdy pořádnou žízeň, neoceníme naplno orosenou sklenici vody. Takové zkušenosti a zážitky nelze vůbec nijak předat – to si musí prožít každý sám.

## Z praxe

Jeden tatínek při rozhovoru na toto téma najednou povídá: „A víte, že asi máte pravdu? Na jednom školním výletě se mi udělaly na patě puchýře jako pětikoruna. Z výletu si moc nepamatuju, ale nikdy nezapomenu na pocit úlevy, když jsem se zul a strčil nohy do potoka.“

Ptáte se, co má tohle povídání společného s přípravou do školy? Všechno. Civilizace totiž velice rychle změnila podmínky, v nichž děti vyrůstají, a tím výrazně ovlivňuje i jejich vývoj. Některé schopnosti mají podstatně lepší podmínky – například množství znalostí, které už předškoláci mají z nejrůznějších

oblastí, je někdy obdivuhodné. Informací, jež se na děti odmala hrnou, je ovšem tolik, že v pudu sebezáchovy mozek často vypíná – říká se tomu ochranný útlum.

Proto jsou na tom jiné schopnosti zase podstatně hůř – třeba zrakové či sluchové vnímání. Dítě se totiž postupně učí slyšet, ale neposlouchat, nebo se dívá, ale vlastně nevidí, protože nevnímá.

A tak děti žijící v pohodlí a dostatku, opečovávané a cílevědomě intenzivně rozvíjené celou milující rodinou, selhávají v dětském kolektivu, v němž se neumějí pohybovat a podřídit se jeho pravidlům, a později selhávají i ve škole, kde jim to najednou třeba moc nejde, „ale my se přece všichni tak snažili“.

Civilizace přináší i druhý extrém. Dítě sice žije v pohodlí a dostatku, ale přesto strádá – rodiče nemají čas a babičky jsou ještě mladé a zaměstnané. Již dávno neplatí představa bělovlasé babičky v šátku s knížkou na klíně. A tak se dítě odkládá před televizi nebo počítač a dostává drahé hračky, které mu ale nikdo nemá čas předvést.

## Z praxe

Jednou jsme při logopedické terapii, kam dítě provázela bona (chůva je „takové zastaralé“ a paní na hlídání zase moc dlouhé), potřebovali poměrně rychle nacvičit dost obtížný úkol. Aby dítě mělo nějakou motivaci, zeptala jsem se, co by si moc přálo – mohli bychom třeba poprosit rodiče, aby mu vyhověli. Dítě se ani moc nerozmýšlelo a vyhrklo: „Chtěl bych jít s tátou do zoologické zahrady.“ Podívaly jsme se po sobě s tou paní a pohledem jsme si řekly všechno. Slíbila jsem, že s tatínkem promluví a zkusím to zařídit. Zavolala jsem mu, a teprve když jsem sekretářce vysvětlila, že opravdu nemůže tuhle věc rozhodnout, dala mi ho k telefonu. Nevím, jestli pochopil, že nejde vůbec o to, kam se synem půjdou, ale že budou půl dne spolu. Nakonec to slíbil. Dítě se úkol naučilo, ale tatínek slib nesplnil – neměl čas. Nikdy nezapomenu na zklamané a rezignované oči toho chlapce, když mi to říkal.

Máme-li děti na školu připravovat pozvolna, nenápadně a efektivně, měli bychom nejdřív pochopit, kde nám civilizace pomáhá a kde právě naopak, které schopnosti a dovednosti jsou pro rovnoměrný vývoj nezbytné, a co se stane, když některá schopnost chybí.

## Z praxe

Předškolní holčička docházela na logopedii kvůli problémům s plynulostí řeči. Jednou, někdy před Vánoci, kdy se už koktavost začala konečně ztrácet, jsem se zmínila, že po Vánocích se začneme pomalu připravovat na školu, aby mohla v první třídě dostávat samé pochvaly. Po Vánocích babička přinesla iniciativně zakoupenou sadu písanek a desky s písmenky. Vysvětlovala, že během svátků zatím neměli čas začít (naštěstí!), ale teď se do toho dají, aby jí to ve škole šlo. Moc se divila, když zjistila, že příprava na školu výuku čtení, psaní a počítání prakticky vůbec neobsahuje a že si budeme většinu času „jenom hrát“.

**Cílem předškolní přípravy totiž rozhodně není dítě předem naučit číst a psát, „aby mu to pak ve škole pěkně šlo“, ale zajistit především maximální a harmonický rozvoj schopností, které umožní, aby dítě bylo – až přijde čas – při výuce čtení, psaní a počítání bez větší námahy úspěšné.**

A tak se pokusme společně projít jednu po druhé nejdůležitější schopnosti, které do značné míry ovlivňují úspěšný start v první třídě. Dobrý základ z předškolního období rozhoduje i o výsledcích v dalších třídách a vztahu ke vzdělání obecně. Můžete si vybrat z různých her, jež jsou pro rozvoj konkrétní schopnosti nejvhodnější.





# 1. Obratnost



Každé normální dítě je od přírody zvědavé. Již v kojeneckém věku bere všechno do ruky a většinou hned také do pusy, později je jak pytel blech a snadno utahá i dospělého. Všechno chce zkoušet (slova „já sám“ se v jistém období stávají postrachem věčně spěchajících maminek). Pomalu ale vstupuje do jeho života civilizace. Do školky a ze školky se jede autem, autobusem nebo jiným dopravním prostředkem, stejně tak na nákupy.

Možnost pohybových aktivit je dost omezena hlavně ve městech – předškolní dítě nemůže jít samo do parku nebo na hřiště a času na podobné vycházky je málo. A když už tam je, často slyší: „Nelez tam, uklouzneš, spadneš, neber to do ruky, fuj.“

Dítě také rádo pomáhá s prací – připadá si velké a důležité a v našich podmínkách je pro ně práce spíše hrou a dobrodružstvím. Jenže při dnešním způsobu vaření, mytí nádobí nebo praní se moc uplatnit nemůže. Zelenina se kupuje většinou již očištěná a někdy i nakrájená na kousky, housky se koupí hotové nebo alespoň předpečené (kdo by se patlal ve všední den s těstem), polévky v pytlíku, knedlíky v prášku. Nádobí se nacpe do myčky, prádlo do pračky. Místo řady složitých, ale zautomatizovaných pohybů (vymývání hrnečku, ždímání prádla) pouhé zmáčknutí knoflíku. Také na zahradě je všechno jinak – místo kosy a srpů sekačka. Snad jedině pletí se zatím nepodařilo zmechanizovat – i když mulčovací kůra také práci ušetří.

## Z praxe

Známá mi vypravovala: „V době, kdy u nás byl popcorn ještě málo známou pochutinou, dostali jsme od známých pytlík zrněk. Jejich pražení bylo atrakcí pro všechny děti z okolí – i pro ty, které pukanku mohly mít, kdykoli si vzpomněly, ovšem hotovou. Zrnka létající po kuchyni, kdykoli jsem předčasně odklopila pokličku, byla vítána radostným křikem a za chvíli z mísy teplého popcornu nezbylo nic. Některé děti se kolem mě motaly skoro denně. Sypaly slepicím, vybíraly vajíčka, zkoušely sekát trávu pro králíky, míchaly těsto. Občas mi, pravda, vyplely i to, co mělo na záhoně zůstat, ale co se dá dělat, naschvál to neudělaly. Když jsem je chválila, jak jsou pracovité, jedna holčička povídá: „A nemůžeš to říct našim? Já doma nesmím nic dělat, jsem prý ještě dítě a mám si prý radši hrát.““

Ke slovu přichází také televize, video a počítače, které udrží dítě alespoň trochu v klidu. Pohybu ubývá a dítě se stává pohodlným, takže časem už o pohyb možná ani nestojí. Nejenže to není přirozené, ale přímo to ohrožuje jeho vývoj – například mluvení i psaní jsou činnosti velmi náročné na pohybovou koordinaci. Kde ji ale dítě má nabrat, když většinu dne prosedí a hraje si s hračkami, které ji nijak nepodporují. Hry, jež přirozeně, postupně a v průběhu dlouhého období pohybovou koordinaci rozvíjely, se beznadějně ztrácejí.

Pamatujete si ještě dobu, kdy si na každém volném plácku parta kluků čtala s míčem nebo hrála kuličky, později čáru? Holky zase měly „školku“ s míčem a se

švihadlem. Malé se opičily po velkých a postupně zvládaly čím dál těžší prvky a delší série, než udělaly chybu. Podobnou roli hrálo i přebírání nití natažených na prstech. Tyhle děti nepotřebovaly žádné tréninkové programy na vylepšení pohybové koordinace.

Dnes se podobně rozšířila snad jen jízda na skateboardu – některé kousky, které se kluci naučí, jsou opravdu obdivuhodné. Jenže je to sport jen málo vhodný pro předškolní děti, o nichž je teď řeč.

Není náhodou, že nárůst různých vývojových potíží od nadměrné a obtížně zvladatelné pohybové aktivity přes výskyt problémů s učením až po prohlubující se poruchy řeči lze vysledovat v šedesátých, a hlavně v sedmdesátých letech uplynulého století. V té době se totiž podstatněji rozšířilo využívání techniky v domácnosti i vysílání televize.

## Z praxe

Rodiče přivedli pětiletého chlapce, protože ho nezajímaly ani hračky, ani stavebnice, ani pastelky. Pořád jen ležel v knížkách. Neprohlížel si ale běžné dětské knížky – ty odkládal. Dokázal celé hodiny listovat v encyklopediích o přírodě i technice, prohlížel si katalogy plné roztodivných přístrojů a různé učebnice. U televize trávil také dost času – měl rád hlavně dokumentární pořady. Vůbec neměl zájem o aktivity přiměřené jeho věku. Nejdřív to rodině imponovalo, ale později si uvědomili, že něco není v pořádku. Nedokázal si hrát s vrstevníky, děti se mu smály, protože měl „divné nápady“. Když se nablízku objevilo živé zvíře, pes nebo kočka, zpanikařil. Velmi špatně kreslil a na svůj věk i nápadně špatně mluvil. To ho přivedlo na logopedii. Vyšetření ukázalo, že chlapec je nejistý v reálném světě, a tak utíká do světa zprostředkovaného knížkami a televizí (počítač doma rodina neměla). Kresba byla slabá nejen obsahem, ale i technicky – tužka si dělala, co chtěla, čáry vedly málokdy tam, kam je namířil. Slovní zásobu měl mimořádně velkou, ale neutříděnou – nedokázal ani určit slova, která k sobě patří (jablko, hruška, třešeň = ovoce). Výslovnost byla také nápadně špatná.

Po dohodě s psychologem dostal chlapec úkoly, které rodiče opravdu nečekali – chodit pěšky na vycházky a výlety, společně kreslit, co viděli zajímavého, hledat houby (nejlépe v mlází, kde je třeba se trochu plížit

a proplétat), sbírat borůvky, vyrobit lodičku z kůry, navlékat korále z jeřabin, postavit domeček z klacíků a mechu. Knihy nepřiměřené věku se postupně „ztrácely“ z jeho dosahu, na jejich místo přicházely dětské encyklopedie a příběhy. Teprve později, když se podařilo změnit jeho návyky a přiblížit ho světu jeho vrstevníků, bylo možné pomocí individuálního tréninkového programu postupně doplňovat všechny schopnosti, které mu scházely. Odstranily se nejnápadnější chyby ve výslovnosti a postupně bylo možné zařadit jej do školky. Nakonec všechno zvládl a první třídou prošel bez problémů. Kdyby ale rodičům včas nedošlo, že se vývoj ubírá nezdravým směrem, mohli mít doma místo chytrého kluka nespolečenského podivína.

Není, myslím, všeobecně známo, že někteří lidé si nejlépe pamatují informace, které jsou spojeny s pohybem. Často jsou to lidé pohybově nadaní, tíhnoucí k nejrůznějším sportům, ale třeba i studenti, kteří se učí „za pochodu“, s knihou v ruce chodí po pokoji a nahlas si říkají, co si potřebují zapamatovat. Pokud jste viděli film *Marečku, podejte mi pero*, byl jeden z dospělých „studentů“ dobromyslnou karikaturou člověka právě s tímto typem paměti.

Podobně je s pohybem spojený i hmatový typ paměti – lidé tohoto typu mají s trochou nadsázky „paměť v rukou“. Bývají vyhledávanými řemeslníky, kteří si poradí s každou prací nebo poruchou. Často jsou i profesionály v oborech, které souvisejí s přírodou (geolog, botanik apod.), nebo umělci (keramik, řezbář apod.).

A protože v předškolním věku těžko můžeme odhadnout, jaký typ paměti u dítěte převládá a čím jednou dítě bude, je jaksi naší povinností dát mu dostatečné šance k rozvoji každé ze schopností.

Jenže musíme mít na paměti i druhou povinnost – totiž mít na dítě nároky přiměřené věku a okolnostem. Mám teď na mysli druhý extrém – vysoké ambice některých rodičů, kteří už vidí svého potomka jako špičkového sportovce. Pohybové schopnosti má dítě vynikající, ale za cenu obrovské námahy a odříkání. A nezřídká i za cenu ztráty běžných dětských radostí.

Je-li dítě pohybově nadané a hodně se sportu věnuje, měli by rodiče především hlídat, aby nároky nepřekračovaly možnosti obnovy sil a aby se vývoj neubíral příliš jednostranně.

Důsledky nedostatečné pohybové aktivity se odrážejí ve vývoji dítěte – omezuje se vývoj řeči, schopnost naučit se psát, brzdí se vývoj pravolevé orientace.