

## Školní zralost

**Blíží se čas zápisů do 1. třídy základní školy a mnoho rodičů si klade otázku, zda je jejich dítě zralé a připravené pro vstup do školy.**

Školní zralost je souborný název pro fyzickou a duševní připravenost dítěte pro vstup do školy a je výsledkem předchozí etapy vývoje dítěte. Školní zralost dítěti umožňuje osvojit si s úspěchem školní dovednosti a znalosti.

### 1. Fyzická zralost

#### Věk

Fyzická zralost je v tomto věku velice individuální. Dítě dozrává pro školní docházku přibližně v 6 letech a čtyřech měsících. Ve většině případů platí, že u dívek narozených dříve než v srpnu a u chlapců v březnu je lépe volit odklad školní docházky.

#### Výška a váha

Jaké by mělo mít šestileté dítě fyzické proporce? Děvčata by měla v tomto věku dosahovat průměrné výšky 105 až 115 cm, chlapci 110 až 118 cm. U děvčat se váha pohybuje mezi 19 a 23 kg, u chlapců pak mezi 17 a 22 kilogramy. Nezapomínejme však na individuální odchylky způsobené geneticky, kdy jsou rodiče například nadprůměrně vysocí, štíhlí, či naopak menšího vzrůstu.

Dalším ukazatelem na fyzickou zralost je počátek výměny chrupu, která začíná u horních předních zubů.

Dochází k první proměně tělesné stavby. Dítě v tomto věku často vypadá "vytáhlé", protože dlouhé kosti paží a nohou jsou ve fázi růstu. Ověření, zda dítě dospělo do fáze, kdy je růstově způsobilé pro školu, nabízí takzvaná "Filipínská míra", tedy zda si dítě sáhne pravou rukou přes temeno hlavy na levé ucho.

### 2. Percepční a kognitivní zralost

V tomto věku u dětí dochází k přechodu od globálního k diferencovanému vnímání v oblasti sluchové a zrakové, k rozvoji analyticko-syntetické činnosti mozku.

#### Zralost zrakového vnímání

Dítě by mělo být schopné odlišit od sebe různé tvary (čtverec, kruh, trojúhelník) a základní tvary i pojmenovat.

Mělo by znát alespoň některá písmenka a číslice.

#### Procvičování zrakové diferenciaci

Rozlišování předmětů: vyhledávání stejných předmětů (např. kostek mezi kuličkami), odlišování rozdílných věcí (najít, co do skupiny nepatří podle tvaru, barvy). Vyhledávání rozdílů na zdánlivě stejných obrázcích, vyhledání stejných obrazců z několika si podobných, odlišení rozdílného obrazce z řady stejných, vyhledávání "ukrytých" věcí na obrázku.

#### Procvičování zrakové analýzy a syntézy

Skládání a rozkládání obrázků a fotek rozstříhaných na části, skládání a rozkládání částí stavebnic (rozkládací kostky), puzzle a mozaiky.

#### Procvičování prostorové orientace

Procházení obrázkovými bludišti, vyhledání a určení místa věcí v místnosti, na obrázku, hračky i v reálu s určováním změny jejich postavení v prostoru, vyhledání věcí na obrázku s pojmy dole/nahoře, vpravo/vlevo vzadu/vpředu/uprostřed, určení polohy na sobě a druhém člověku, popis cesty do obchodu, parku apod. s pojmy vpravo/vlevo.

### **Zralost sluchového rozlišování**

Dítě by mělo poznat první písmeno ve slově, mělo by se procvičovat v rozkladu slov na hlásky a naopak v syntéze slov z hlásek.

### **Procvičování sluchová diferenciac**

Rozlišení zvuků (při zavázaných očích poznat zvuk sirek, peněz, klíčů aj.), poznávání hudebních nástrojů, přírodních zvuků. Napodobování rytmu vytleskáním (říkadla, básničky)

### **Procvičování sluchové orientace**

Hledání schovaného budíku podle zvuku, hádání, co zvuk vydává, hry na slepou bábu.

### **Procvičování sluchové analýzy**

Hádání, kterou hláskou začíná a končí slovo (co slyšíš na začátku - na konci?), "slovní fotbal" na hlásky (hráč vymyslí slovo začínající hláskou, na kterou končilo slovo vymyšlené protihráčem), vymýšlení slov nebo příběhů na nějakou hlásku, vyhledání předmětů v místnosti začínajících na určitou hlásku či slabiku, vymýšlení slov na nějakou slabiku (KO-lo, KO-pačky, KO-loběžka, ...)

### **Rozumové schopnosti**

Chápání světa by u dětí nastupujících do první třídy mělo být již více realistické, fantazijní pohled by měl postupně ustupovat.

Dítě by mělo chápat jednoduché pojmy související s časem (včera-dnes-zítř, ráno-poledne-večer), mělo by být schopné řadit události chronologicky podle děje. Nemusí znát hodiny, měsíce a dny, ale roční období by znát mělo.

Dítě by mělo být schopno tříditi věci podle velikosti, délky, množství, druhu (větší - menší, stůl - židle - postel x jablko), materiálu, z kterého jsou věci vyrobeny (auto, dům, knihy, potraviny, oblečení).

Dále by dítě mělo být schopno logické úvahy o pojmech (co mají podobného stůl a židle, košile a svetr ap.)

Mělo by znát barvy, i doplňkové (oranžovou, hnědou, růžovou, fialovou).

Mělo by mít určité početní vědomosti (kolik nohou má pes, kolik je dnů v týdnu) a dovednosti: umět počítat do 10 a zpět a znát číslice do 10 (není zcela nutné), sčítat a odčítat do 5 (tedy přidávat a ubírat z množství věcí). Minimálně by dítě mělo zvládnout ukázat správný počet na prstech, event. vybrat z hromádky předmětů požadovaný počet. Dítě může počítat v duchu i na prstech.

Mělo by znát vztah "symbol - jméno - počet" aspoň u některých číslic.

### **Procvičování**

Pro rozvoj logického myšlení jsou vhodné jednoduché příklady. Např. koupili jsme 4 jablíčka, jedno jsme snědli, kolik jablíček nám ještě zbývá?

### **Paměť**

Dítě by před vstupem do školy mělo být schopné zapamatovat si větu o osmi slovech a doslova ji zopakovat. Mělo by být schopno udělat podle tří najednou vydaných pokynů danou věc provést (například "Jdi do kuchyně, vezmi tam hrneček a přines mi ho.")

### **Procvičování paměti**

Ideálním pro procvičování a rozvoj paměti je učení se básničkám a písničkám, hraní pexesa (například písmenkového). Dále může být pro dítě zajímavé naučit se a pak vyprávět vtipy, hádanky, příběhy.

## Řeč

Důležitá je dosažená úroveň v rozvoji řeči: Ideálně dítě dokáže vyslovit všechny hlásky do nástupu do ZŠ, protože chodit v 1. třídě na logopedii a ještě zvládat školu znamená pro dítě další zatížení. Toleruje se nesprávná výslovnost R,Ř.

Dítě by mělo mít bohatou slovní zásobu - deset až čtrnáct tisíc slov, mělo by zvládat i gramatické jevy řeči - správně skloňovat podstatná jména, a časovat slovesa, slova ve větě skládat ve správném pořadí.

Mělo by být schopné v krátkosti (6 - 7 větami) plynule vyprávět o rodině, zájmech, trávení volného času ap.

## Grafomotorika

Podkladem pro rozvoj psaní je dobrá grafomotorika. Nutný je správný a fixovaný úchop tužky.

Dítě by mělo být schopno napodobit geometrické tvary, správně zobrazovat figurální kresbu. Kresba dítěte před vstupem do školy by měla být bohatá na detaily, propracovaná, vospělá.

### Náprava vadného držení tužky

Náprava nejnáze probíhá při kreslení.

Zásady práce na odstranění vadného držení tužky jsou: nácviky by měl probíhat v duševní pohodě, formou veselé hry: kreslit pohádky, příběhy apod. Dobré je střídat různé psací materiály (pastelky, křídly, voskovky, ...). Před psáním rozcvičit ruce (kroužit zápěstím volným, pěstičkami, protřepat ruce, prstíky jeden po druhém do špetky palec k ukazováku, palec k prostředníku, palec k prsteníku atd. a zpět). Kreslit na velký papír a uvolňovat ruku od ramene přes předloktí až po zápěstí.

**Pozor na** to, aby obrázek měl správné proporce, velikost a detaily (postava oči, uši, 5 prstů) - přispívá k nácviku všímavosti k detailům pro psaní. Vybarvování ploch, má být bez přetahování, nedotažení i odbytí jen vyčmáráním.

## Lateralita

U většiny dětí i dospělých bývá jedna ruka šikovnější. Tu nazýváme dominantní. Podobně i pravá nebo levá noha a oko jsou dominantní. Je-li souhlasná dominance ruky a oka, pak jde o **vyhraněnou dominantci**, což je výhodnější.

Jde-li o tzv. **zkříženou lateralitu** (dominantní je pravá ruka a levé oko nebo naopak) nebo **nevyhraněnou lateralitu** (dítě používá obě ruce stejně), komplikuje to někdy trochu vývoj.

**Leváky** není nutné nic speciálního učit, jen dbát na dobré držení tužky a sklon sešítu. Těžko se později přeučuje. Leváky rozhodně nepřeučujeme na psaní pravou rukou ! Přeučování může vést např. k neurotickým poruchám a k celkovému zpomalení duševního vývoje!

## 3. Sociální, emocionální a motivační zralost

### Sociální zralost

Dítě si vytváří svůj okruh přátel a tím se stává méně závislé na rodičích. Také díky tomu je schopné velkou část dne trávit ve skupině vrstevníků mimo domov, přijmout místo rodičů jako autoritu učitele.

Dítě musí být schopno podřídit se formě práce ve skupině, plnit požadavky skupiny a kooperovat ve skupině. Ve své činnosti se dítě nemůže dožadovat neustálé pozornosti dospělého. Mělo by být schopno odložit své přání, je-li to nutné nebo výhodné vzhledem k pozdějšímu cíli a mělo by umět vzdát se na čas svých osobních potřeb ve prospěch společných cílů. Děti, které navštěvovaly mateřskou školu to většinou umí.

Dítě by mělo vykat dospělým, pozdravit při setkání, poprosit při žádosti o věc / pomoc, poděkovat. Mělo by se umět obléknout bez cizí pomoci, obout si boty a zavázat tkaničky na kličku.

Důležité je, aby již mělo osvojené hygienických návyky: mělo by umět jít samo na WC, umýt si ruce, ráno a večer si vyčistit zuby, večer se samo vykoupat. Také by mělo zvládnout školní jídelnu a umět postarat se o své věci. I chytré děti mívají stres ze školy ne kvůli vyučování, ale kvůli strachu z těchto sociálních situací.

### **Emocionální zralost**

Emocionální zralost se vyznačuje především větší emoční stabilitou než v předchozí době, která byla charakteristická častým kolísáním či střídáním nálad: dítě nereaguje na nezdár či nespravedlnost impulsivním výbuchem nebo pláčem. Rozhořčení či vztek dítě zralé pro školní docházku ventiluje spíše slovními výlevy než záchvaty vzteku nebo tělesným násilím. ( "To je moje! Okamžitě mi to vrať, ty pitomče! " )

Dítě by mělo být schopno potlačit svou afektivitu. Mělo by umět regulovat svá přání, potřeby a chování.

Jak jsme již řekli, závislost na rodičích by měla být přiměřená, dítě mělo být schopné odloučit se o nich bez potíží. Nemělo by si stýskat, myslet na domov ve škole, mělo by se těšit do školy. Děti, které navštěvovaly mateřskou školu toto většinou již zvládají.

### **Pracovní zralost**

Velmi důležitou otázkou je úroveň pracovní zralosti. Souvisí s motivací. Zájem o hru sice ještě přetrvává, ale současně by se mělo dítě zajímat o činnosti podobající se školním úkolům (např. úkoly v dětských časopisech).

Dítě by mělo být schopno pracovat na nějakém úkolu delší dobu, i když je úkol relativně nezajímavý. Mělo by umět záměrně se soustředit po určitou dobu, pracovat v řízené činnosti, mělo by být samostatné a aktivní, stačit v pracovním tempu ostatním dětem. Mělo by být schopno dokončit úkol, který si samo dalo: obrázek, hrad z písku, stavebnici. Mělo by vydržet sledovat Večerníček nebo předčítání pohádky bez odbíhání, lezení po židli ap. Může si pro sebe přeříkávat jednotlivé kroky, které musí udělat při řešení jednoduchých problematických situací, i když logika těchto slovních komentářů nemusí být pozorovateli srozumitelná.

Rodiče by měli dítě naučit večer si připravit věci na následující den, sbalit tašku, ráno jít do školy, sedět celé vyučování, psát úkoly, udržovat si pořádek v tašce a věcech, nezapomínat věci. V 1. třídě by ještě rodiče měli dítěti tašku kontrolovat.

Schopnost samostatně pracovat se vytváří postupně – někdy je několik prvních let třeba určité pomoci rodičů.

### **Motivace**

Jestliže se dítě o nic nezajímá, je spíše nezralé, ale také starší sourozenci nebo dospělí mohli dítěti školu odradit nějakou devalvující poznámkou. Některé děti jsou přirozeně temperamentnější než jiné, ale škola už to netoleruje. Je nutná určitá sebekontrola dítěte.

### **Předčasný nástup do školy**

Velice pečlivě by se měl zvažovat předčasný vstup dítěte do školy. Nezapomínejme, že jediný rok je pro takto staré děti celá 1/6 života ! A v tomto jediném roce dítě prochází překotnými změnami, vyspíváním. Ačkoli mladší dítě nemusí mít velké problémy, i menší neúspěchy mají velký vliv na jeho sebehodnocení a tím na jeho motivaci pro další práci ve škole.

Dítě zařazené do školní docházky předčasně může být navíc přetížené, což se může projevit bolestmi hlavy, zvýšenou nemocností a s tím souvisí výpadky ve školní docházce.

Výpadky ve školní docházce a případné neúspěchy mohou vést nejen ke zhoršení prospěchu dítěte, ale i k neurotizaci a zhoršení chování dítěte, dítě se může uchýlit k agresivnímu chování. Můžou se objevit i somatické projevy (ranní zvracení, bolesti hlavy nebo břicha, tiky, koktavost).

Jestliže dítě na začátku školní docházky nestačí požadovanému tempu, přechází do dalšího období s nedostatky, které mu nedovolují pochopit složitější látku a sledovat obtížnější úkoly.

Proto by se měl pečlivě zvážit předčasný vstup dítěte do školy.

### **Projevy nezralosti**

Příznaky naznačující školní nezralost jsou: neklidné či naopak utlumené dítě, impulzivní nebo naopak zdlouhavé projevy dítěte, nesoustředěnost, těkání mezi činnostmi. Dalším varovným signálem může být, pokud je dítě neobratné, nesamostatné, zakřiknuté, přecitlivělé, bázlivé, plačtivé, pokud se neumí podřídit autoritě, je vzdorné. Varováním může být i špatný kontakt s učitelem a dětmi, agresivita vůči nim.

### **Krátký souhrn činností, kterým bychom se měli věnovat před nástupem do 1. třídy**

- po dítěti vyžadujeme jasnou a přesnou výslovnost
- vedeme dítě k tomu, aby klidně a pozorně naslouchalo předčítání pohádek
- vyžadujeme, aby dítě ihned vhodně reagovalo na zadaný úkol / rozkaz a důsledně sledujeme, jak jej vykonává
- soustředíme dítě na vykonávanou práci a nedovolíme mu, aby se zabývalo vedlejšími věcmi / činnostmi
- zvykáme dítě na to, aby denně plnilo drobné úkoly při domácí práci
- zvykáme dítě na to, aby dohrálo započatou hru, dokončilo započatou práci
- vedeme je k tomu, aby po hře uklidilo hračky, pastelky atd., po jídle své nádobí a příbory
- vedeme je k tomu, aby při hře či procházce si všímalo zvířat, květin, aby umělo pozorovat změny kolem sebe
- učíme je pozdravit, poprosit, poděkovat
- navykne je, aby ve stejnou hodinu vstávalo, jedlo, chodilo spát (přibližně 10 hodin denně)
- naučíme je jméno a příjmení a adresu, kde bydlí jména jeho rodičů a sourozenců
- naučíme je samo se obléknout a převléknout do cvičebního úboru a zavázat si tkaničky u bot.
- učíme je poznávat barvy, kreslit pastelkami, malovat vodovkami, stříhat z papíru.
- učíme se společně zazpívat písničky, přednést básničky, říkanky.
- učíme dítě připravit si jednoduchou svačinu, umýt si před jídlem ruce, zajít si na záchod.

*Zvládne-li vaše dítě před nástupem do školy všechny tyto věci, nemusíte mít obavy ze školy. Naopak je velký předpoklad, že ho škola zaujme a že bude dychtit po nových poznatcích.*

Mgr. Eva Petrlová  
Výchovný poradce