



# Jak připravit dítě na psaní

Mgr. Jindra Dlabová

Dozvíte se, co všechno můžete s vaším dítětem procvičovat, aby ve škole pěkně psalo

# Jak připravit dítě na psaní

Rozvoj hrubé motoriky, jemné motoriky a grafomotoriky



Učím v 1. A 2. třídě. Vedu děti k jejich úspěšnému startu ve škole.

**Prohlášení:** Tento materiál je informačním produktem. Jakékoliv šíření nebo poskytování třetím osobám bez souhlasu autorky je zakázáno a je porušením autorského zákona, které může být stíháno. Děkuji za pochopení a respektování tohoto sdělení.

Děkuji Vám, že čtete tyto řádky a tím jste udělali první krok k získání praktických rad, jak připravit dítě na psaní v 1. třídě.

Čeká Vás 39 stran, po jejichž přečtení budete vědět, co je důležité procvičovat a na co se zaměřit u Vašeho dítěte.

[Učím v 1. a 2. třídě.](#) Každý den s dětmi procvičujeme a uvolňujeme ruku ke správnému psaní, učíme se správně sedět a držet tužku.

Prvním krokem je přípravné období, kde se učíme pohybem, procvičováním prstů a nácvikem jednoduchých grafomotorických cviků dosáhnout následně pěkného psaní. Pokud si najdete na svoje děti čas a začnete hned od začátku poctivě trénovat, Vaše péče se Vám mnohonásobně vrátí.

Pokud při čtení eBooku narazíte na něco, co Vám nebude jasné, nebo se budete chtít na něco zeptat, můžete mi napsat na mail: [jindradlabova@prvnitrida.cz](mailto:jindradlabova@prvnitrida.cz)



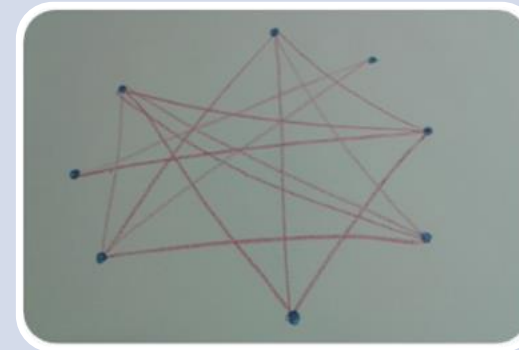
### Hrubá motorika

běháme, skáče  
chytáme a házíme míč  
podlézáme  
přelézáme  
kopeme do míče



### Jemná motorika

stříháme  
vytrháváme kousky  
papíru  
navlékáme korále  
stavíme ze stavebnice  
modelujeme



### Grafomotorika

uvolnění ruky  
výběr psacích potřeb  
správné sezení  
správné držení tužky  
uvolňovací cviky  
plynulé tahy

# 1. krok - ROZVOJ HRUBÉ MOTORIKY

---

Hrubá motorika je pohyb velkých kloubů. Na co se můžeme zaměřit:

- Spontánní cvičení: běh, skákání, seskakování, lezení, přelézání, podlézání, udržování rovnováhy při chůzi přes lavičku, kládu, chůze po schodech, skákání po jedné noze atd.
  - Házení a chytání míče. Nejprve s menším míčkem z malé vzdálenosti a pak míč a vzdálenost zvětšujeme
  - Kopnutí do míče jednou i druhou nohou
  - Kroužit současně oběma pažemi vpřed i vzad. Pak střídavě jednou vpřed a druhou vpřed.
  - Hrajeme hru, jak čáp stojí na jedné noze, ve dne – dítě má otevřené oči a pak to zkuste jako čáp v noci – se zavřenýma očima.
  - Jízda na koloběžce, na kole.
  - Sportovní kroužek: fotbal, hokej, gymnastika, plavání atd.
-

## 2. krok - ROZVOJ JEMNÉ MOTORIKY

---

Nabízím vám několik tipů, jak procvičovat a uvolňovat ruku. Vyberte vždy činnost, která dítě baví.

Děti při práci povzbuzujte a chvalte.

Výrobek si vystavte na určitý čas, případně vyrobenou věc použijte.



## 1. Mačkání novin – děti vyrábějí větší a menší koule





## 2. Vkládání korálek do láhve





### 3. Navlékání korálků, těstovin – mezi těstoviny můžeme navlékat čtverečky z filcu



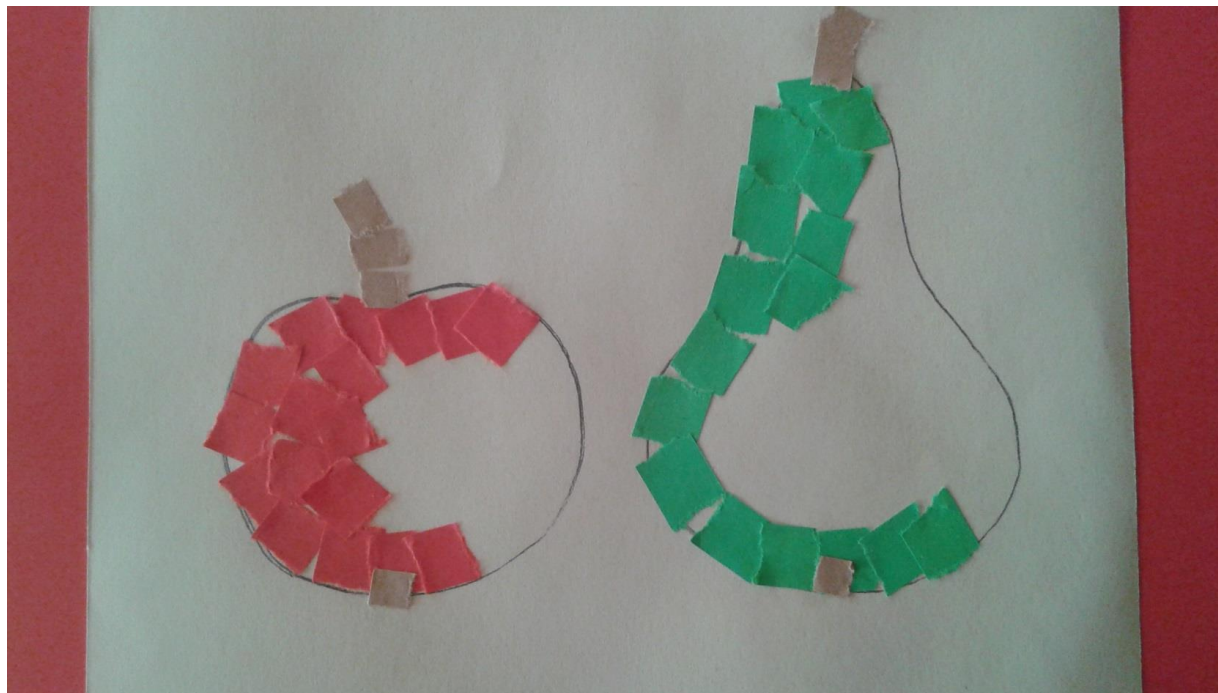
#### 4. Šroubování – do lahví si dítě může ukládat různé malé předměty, kamínky



## 5. Zamykání, odemykání – můžete dítěti pořídit několik visacích zámků a dát do hraček



**6. Vytrhávání z papíru – dítěti nakreslíme na čvrtku nebo náčrtkový papír velikosti A5 jablko nebo hrušku. Dítě dostane připravené proužky papíru a z nich vytrhává male dílky a dolepuje do obrázku. Takové obrázky vyrábíme na začátku 1. třídy.**





## 7. Házení na cíl – míčky do krabice, kroužky na tyč



## 8. Přehýbání papíru – papírová čepice, kelímek, harmonika





Skládáme papírovou čepici:



1 stránka novin



přehneme na polovinu



otočíme na šířku,  
přehnutím vyznačíme  
polovinu a horní rohy  
přehneme k polovině

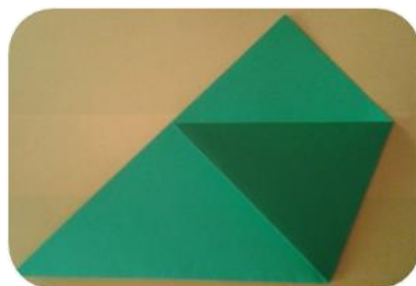


spodní okraje  
přehneme nahoru a na  
závěr ohneme dovnitř  
konce čepice

Skládáme kelímek:



čtvercový papír  
přehneme do  
trojúhelníku



pravý roh přehneme k  
protější straně



levý roh přehneme také  
k protější straně,  
nahore nám vzniká tvar  
trojúhelníku



horní trojúhelník  
ohneme z jedné i druhé  
strany

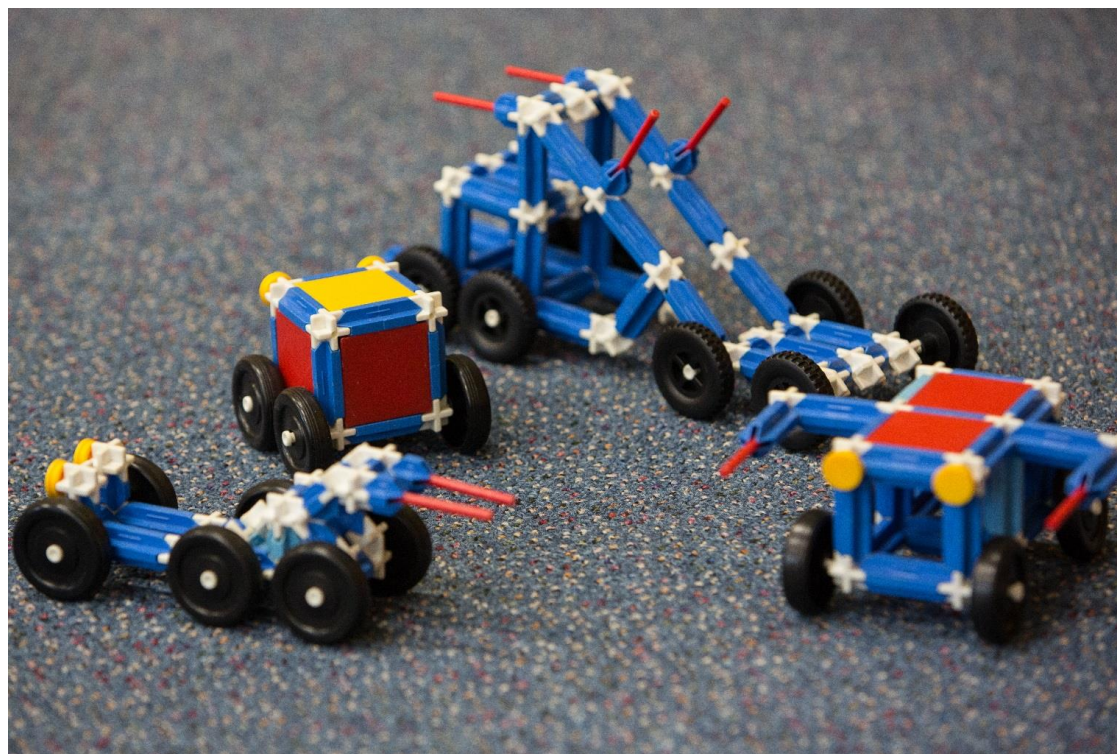


Hračka: vnitřkem dna provlékneme jehlou režnou nit dlouhou 40 cm a na konec uvážeme korálek - děti zkouší korálek vhodit do kelímku.

## 9. Listování v knize po jednotlivých listech



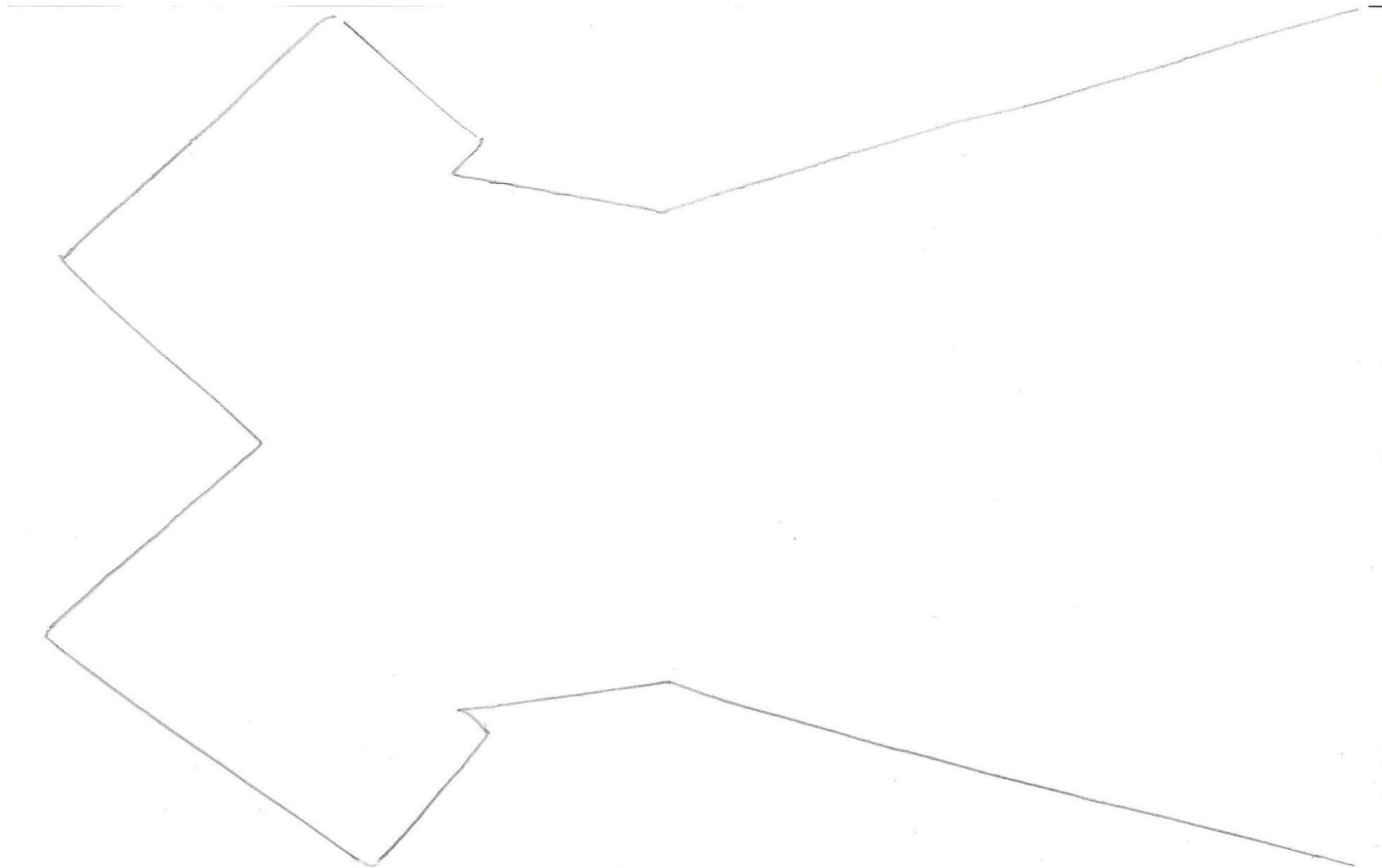
**10. Skládání kostek – věže, hrady, mosty. Stavění ze stavebnice – oblíbená je stavebnice SEVA.**





## 11. Obtiskování – využijeme klasických dětských razítek nebo bramborových razítek



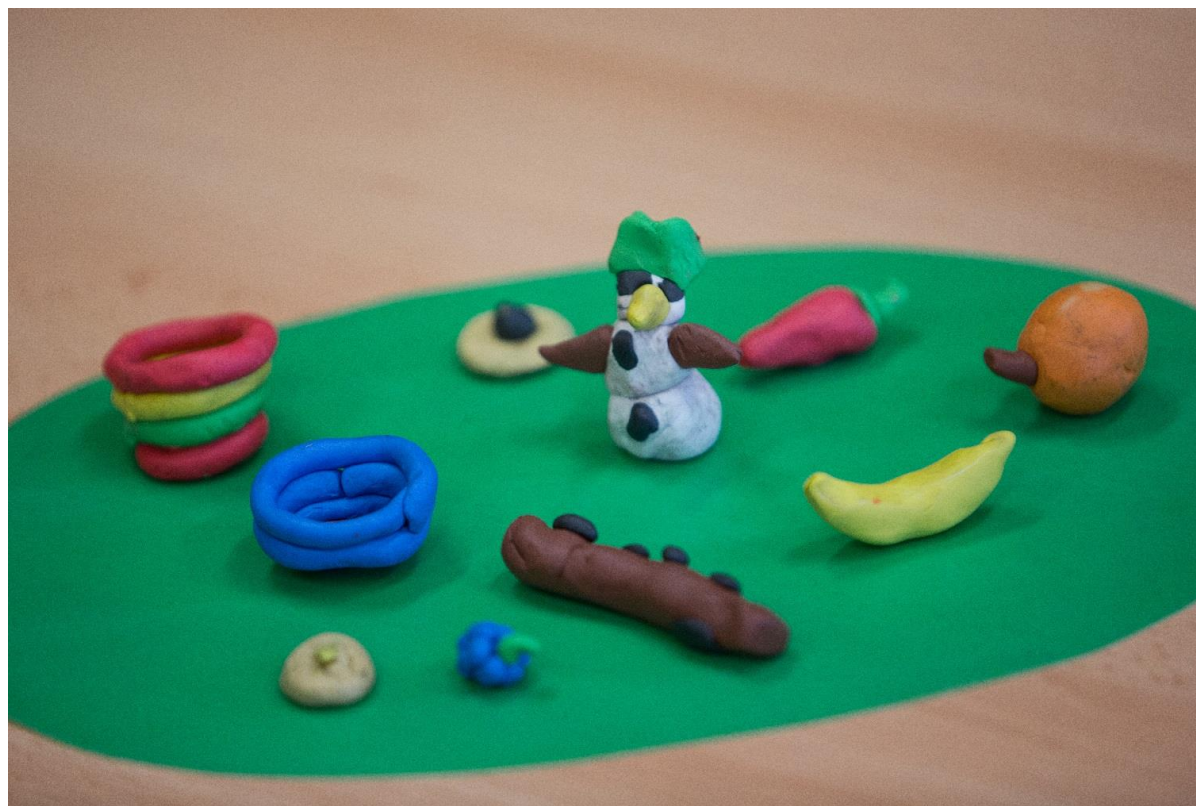




## 12. Vytváření tvarů z měkkého drátu



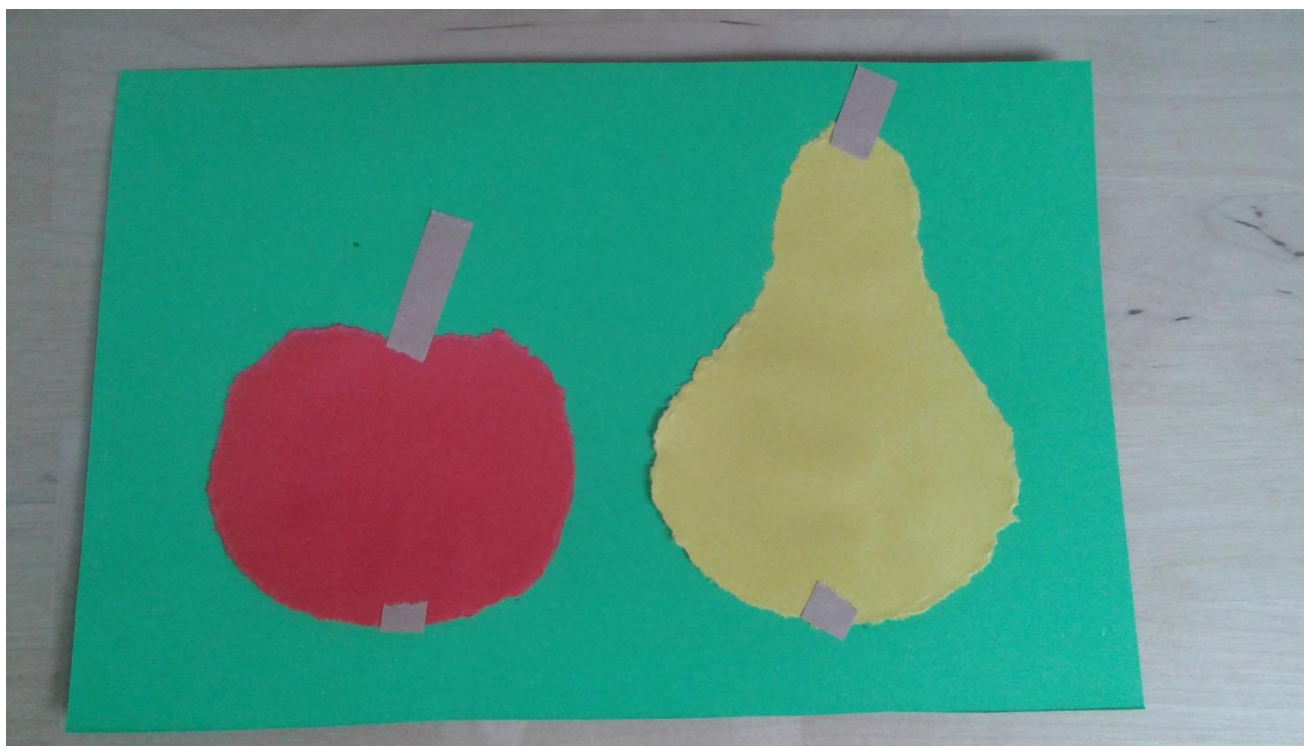
**13. Modelování z plastelíny – mačkání, hnětení, válení válečku, modelování koule.**



## 14. Výroba řetězu z kancelářských spon

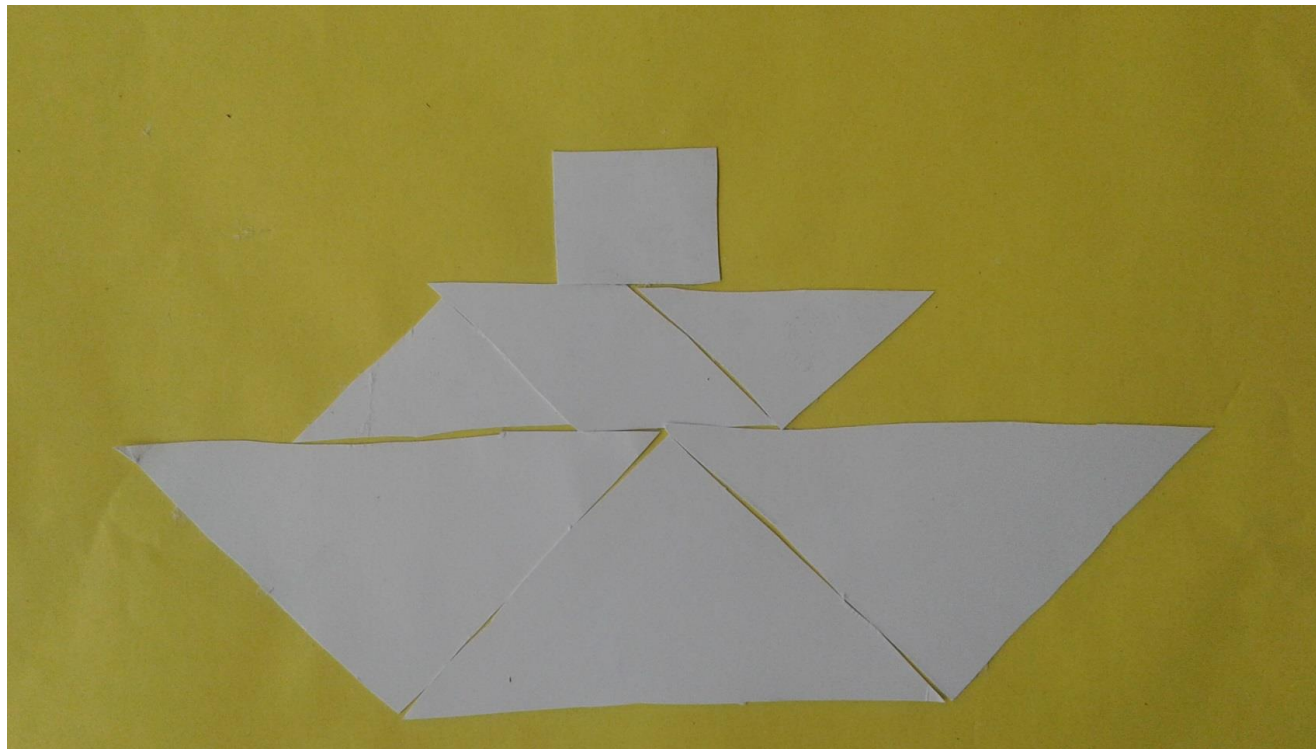


15. Vytržení proužku papíru, kruhu, hrušky – námět nakreslíme dítěti na papír. Tato činnost je obtížnější, pomáháme.





**16. Stříhání – začínáme přestřížením proužku papíru, růžku, jednoduchého obrázku.**



## 17. Malování vodovými barvami – koláče, dům, auto, strom





**18. Sebeobsluha – zapínání a rozepínání knoflíků, zipů, klička u bot.**

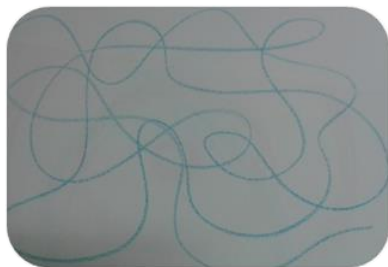


### 3. krok – ROZVOJ GRAFOMOTORIKY

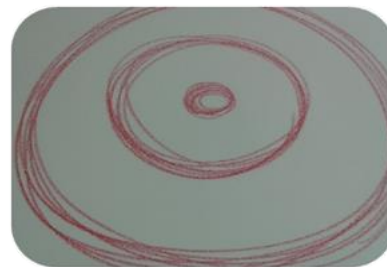
Začínáme uvolňovat ruku na velkém formátu balícího papíru.

Pomůcky: balící papír, voskovky (jiná měkká tužka)

Nyní si ukážeme, jak na 8 základních cviků. [Další cviky vás čekají zde.](#)



kočka honí  
myš



kolo  
traktoru



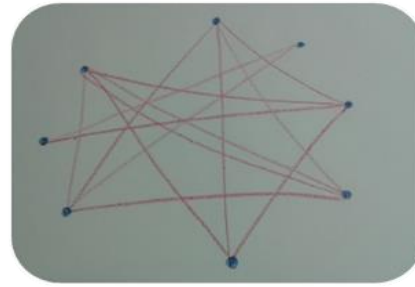
žába skáče



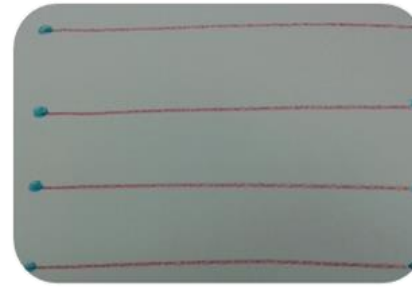
houpačka



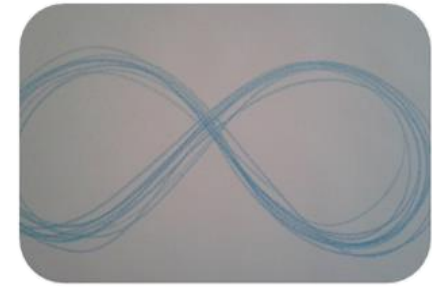
šnek



včelička létá



auto jede



autodráha

Větší kus balícího papíru upevníme na zeď nebo na dveře, na stůl nebo na zem.

Psaní dítě vykonává vstoje nebo vkleče.

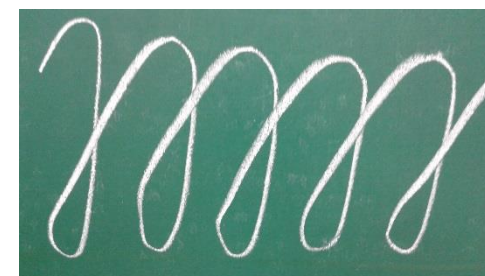
Posléze vsedě u stolu.

Trénovat můžete zpočátku do písku nebo tácu s moukou.

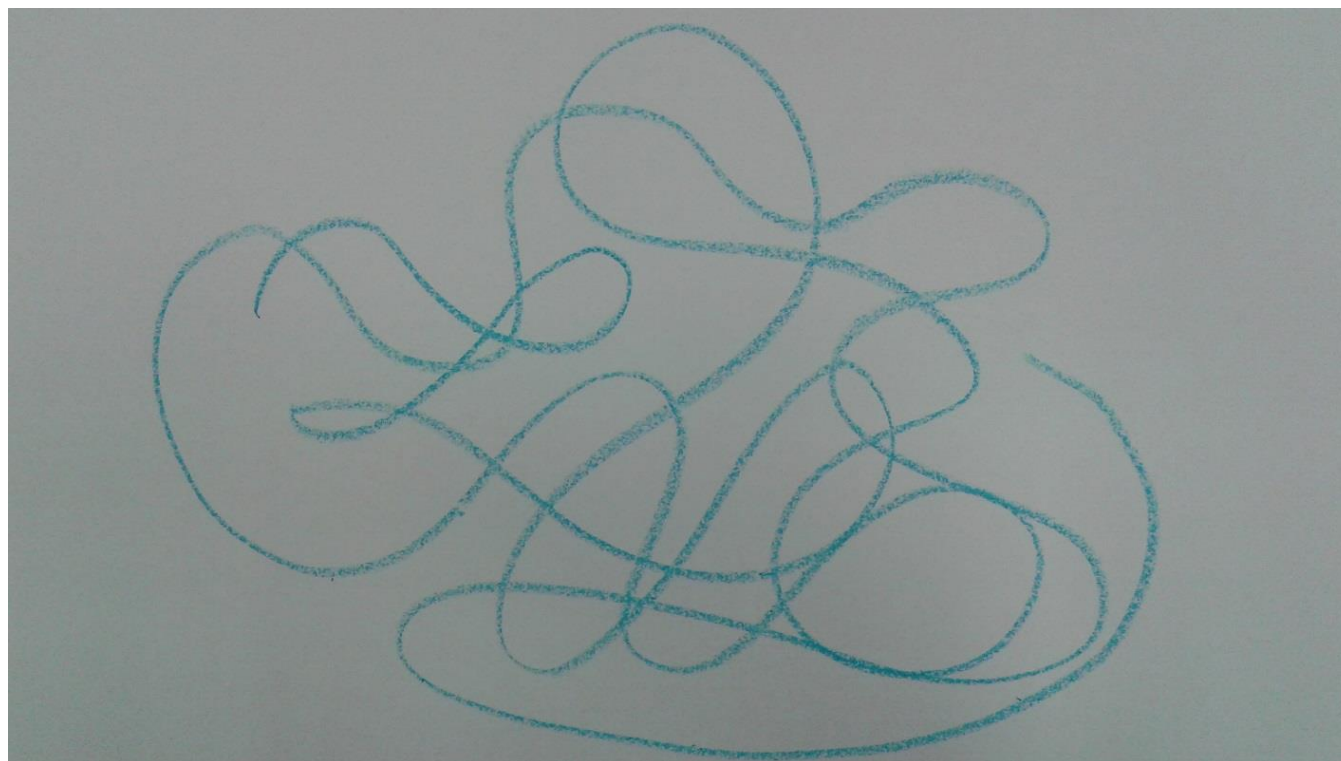
Doprovázíme rytmickými říkankami.



## Postup samotného psaní



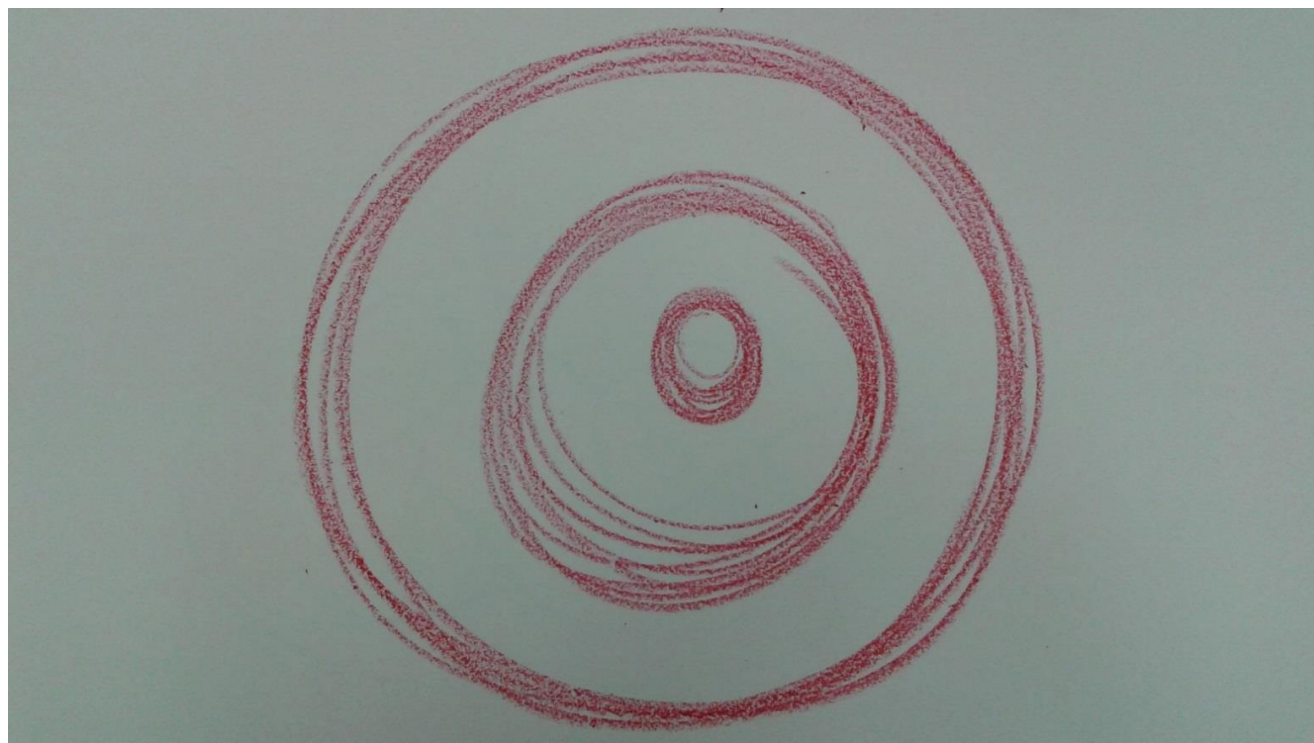
1. Před každým cvičením necháme dítě uvolnit ruku (plaveme kraula, zahrajeme na klavír, flétnu)
  2. Zkoušíme daný cvik ve vzduchu.
  3. Dítě si může cvik zkusit prstem na papír.
  4. Nejdříve vedeme dítěti ruku, snažíme se o plynulý pohyb.
  5. Nejde o přesnost, ale tah by měl být nepřerušovaný.
  6. Dítě obtahuje několikrát cvik.
-



kočka honí myš

---

Volně nepřerušovaným tahem píšeme po papíře.

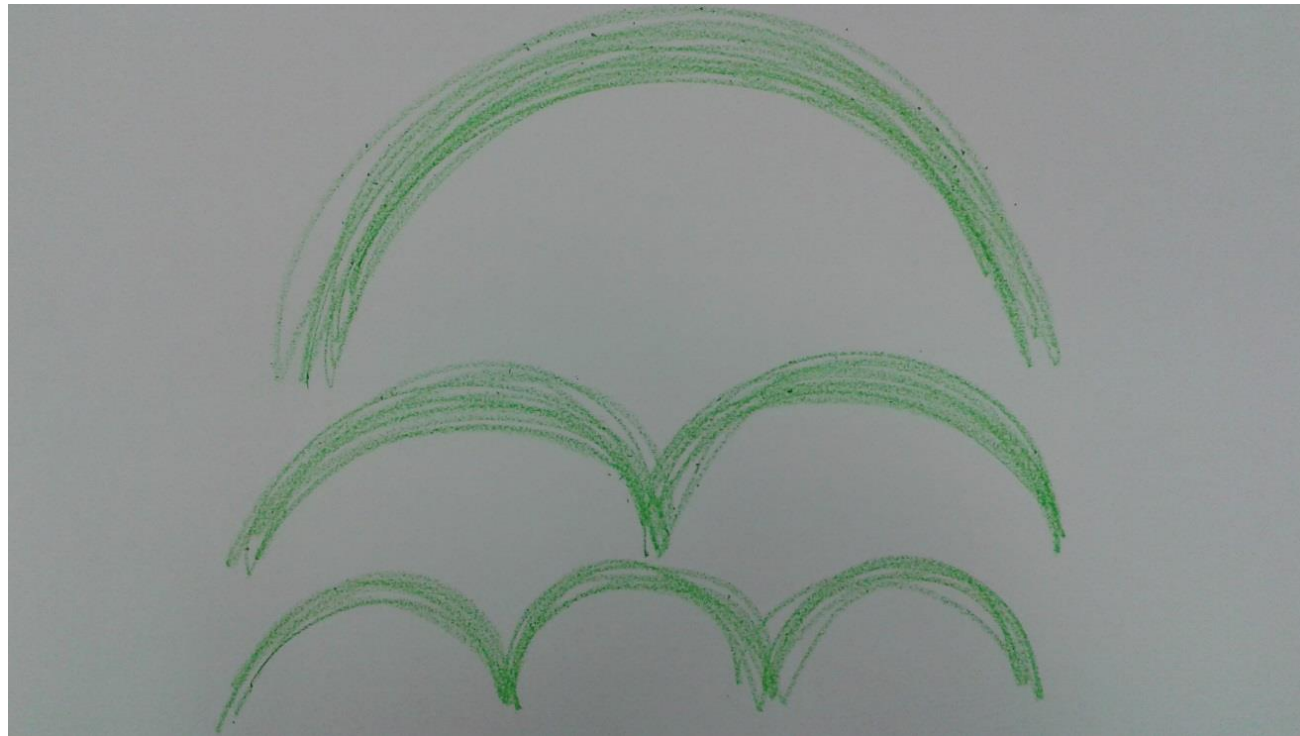


kola traktoru

---

Začneme veliký kruh nahoře a kroužíme volně několikrát za sebou směrem doleva. Potom dva menší kruhy.





### žába skáče

---

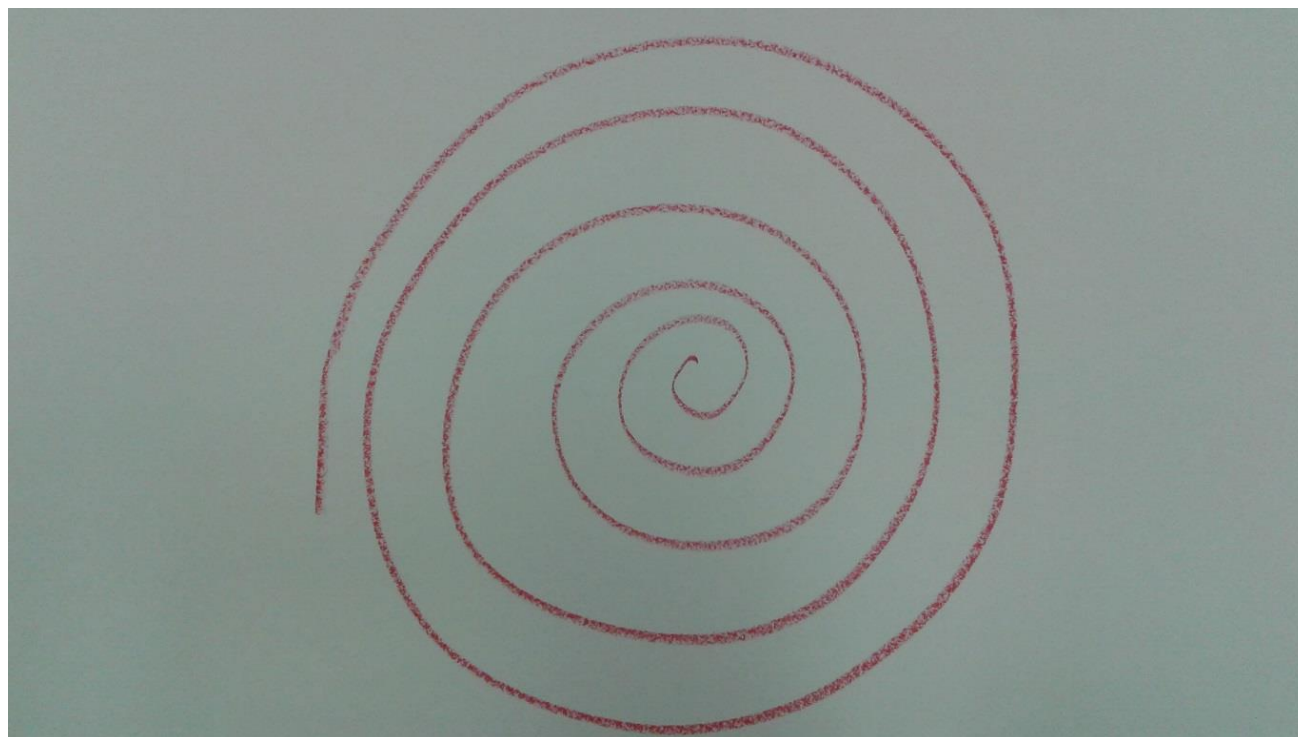
Začínáme skákat zleva doprava a zpět. Začneme největším obloukem. Po natrénování píšeme dva až tři oblouky plynule.



### houpačka

---

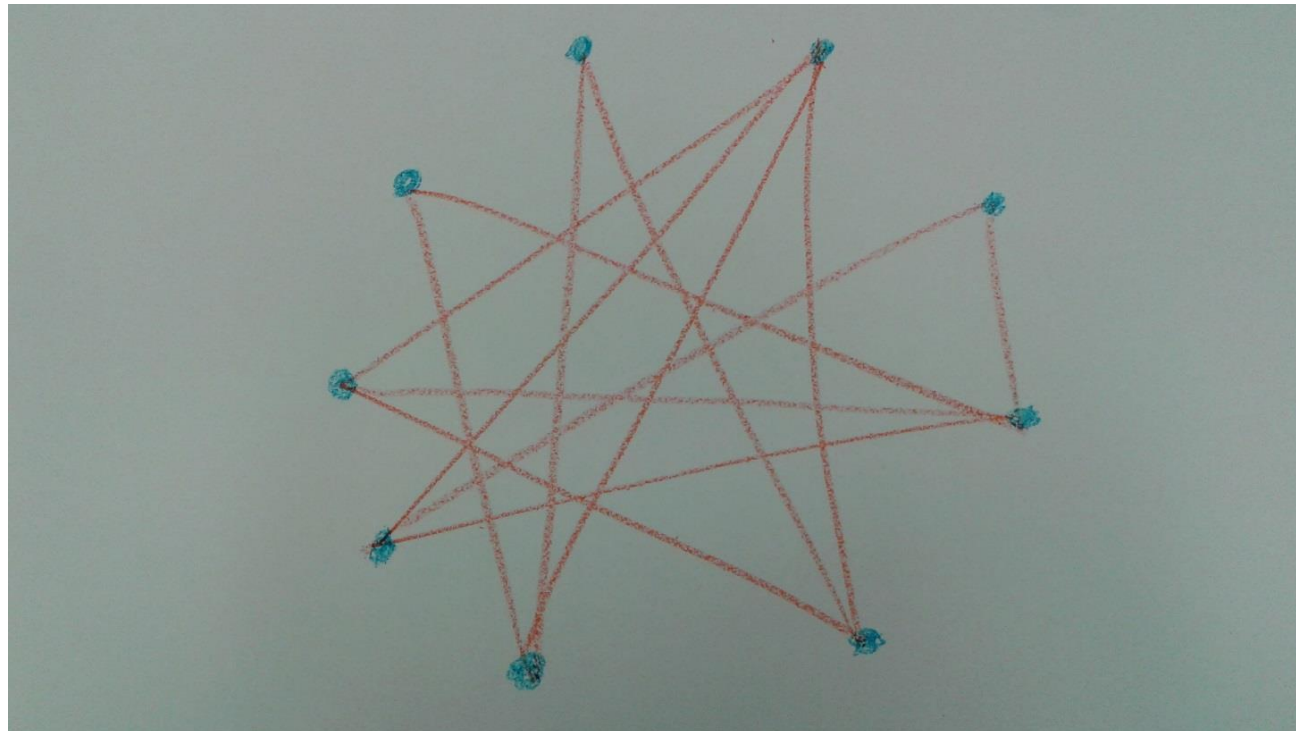
Začínáme houpat zleva doprava a zpět. Začneme největším obloukem. Po natrénování píšeme dva až tři oblouky plynule.



šnek

---

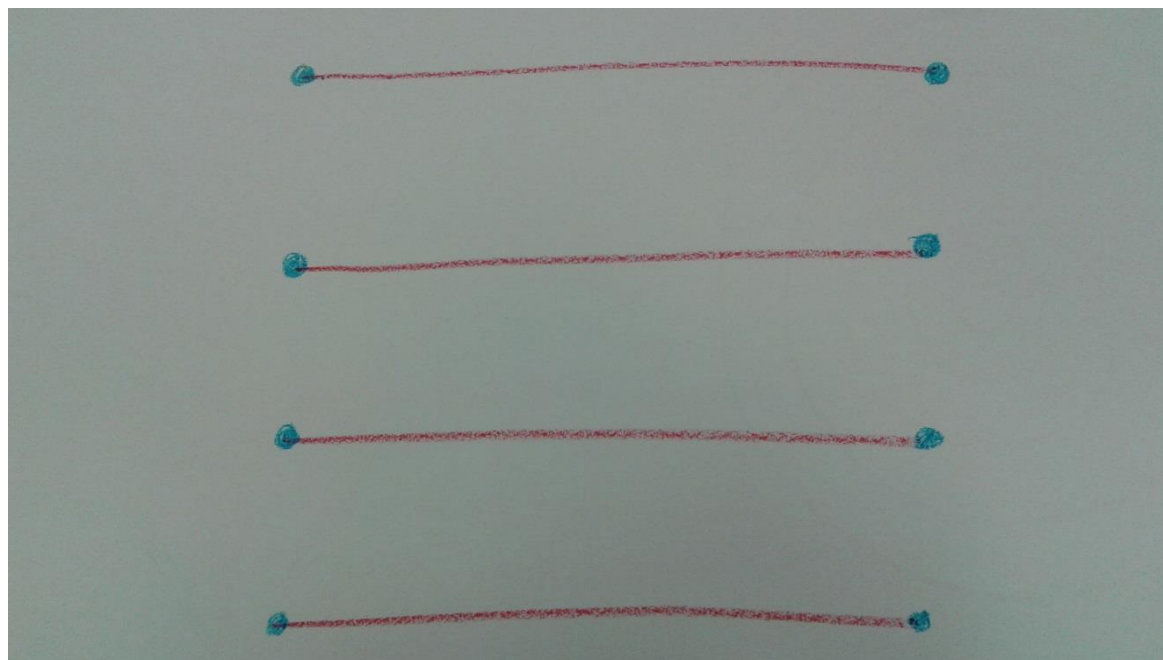
Volně kroužíme a postupně zvětšujeme závitnice. Snažíme se, aby se čáry neprotínaly. Opakujeme několikrát.



včelička létá

---

Píšeme přímé čáry různým směrem od pevného bodu k pevnému bodu. Papír zůstává stále ve stejné poloze, nepohybuje se.

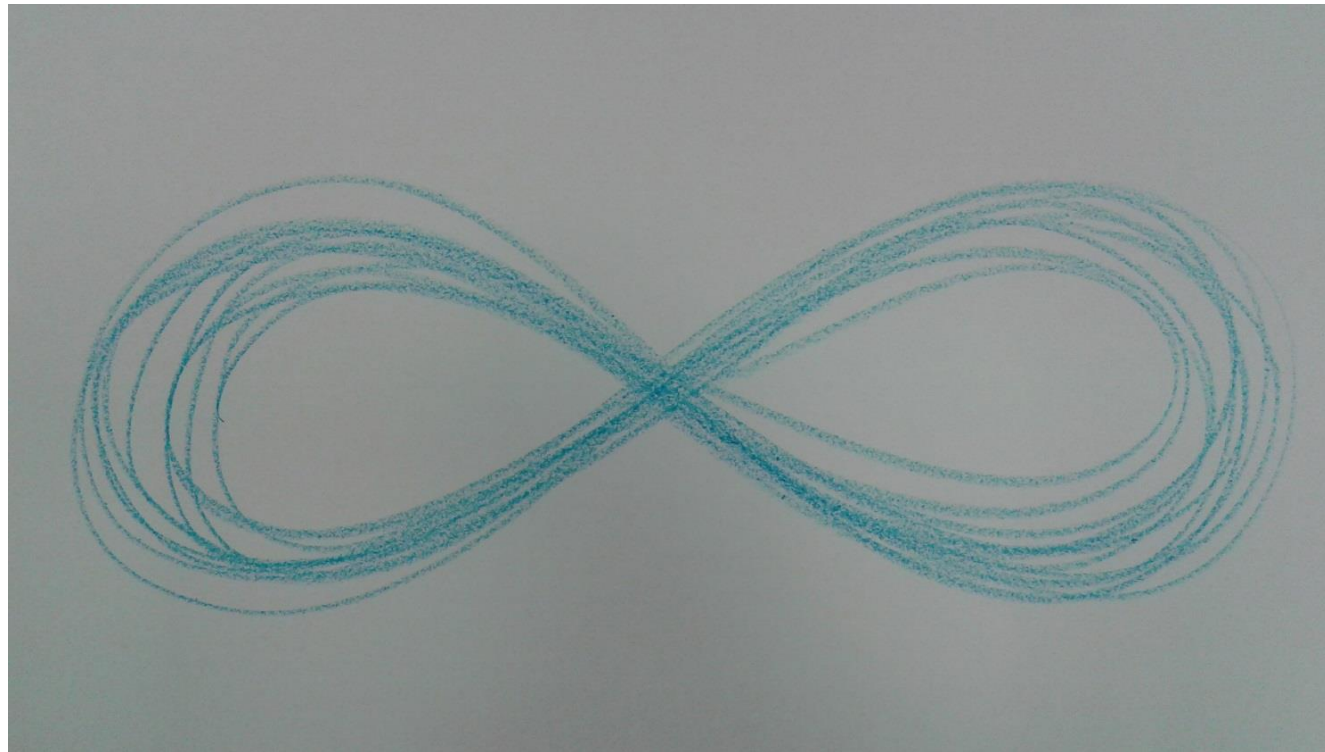


auto jede (rovná čára zleva doprava)

Tento cvik píšeme vsedě. Trénujeme správný posun ruky při psaní. Pozor na správné natočení ruky – hřbetem vzhůru.

Vedeme vodorovnou čáru zleva doprava tak, abychom stále viděli cíl.





autodráha

---

Kreslíme plynule jedním tahem bez zastavení.

Děkuji vám za stažení tohoto eBooku.

Nabízím hravý on- line kurz:

[Přípravka do 1. třídy](#)



A nyní vás zvou k nám do 1. třídy. Poskytnu Vám další náměty, rady a tipy: [Jak nastartovat čtení a psaní v 1.třídě a nejenom to.](#)