### EFEKTIVNÍ DOMÁCÍ PŘÍPRAVA

**SMYSL PŘÍPRAVY NA 1. STUPNI**

= naučit dítě se pravidelně připravovat, „naučit se učit“, aby v tom pokračovalo v průběhu celého dalšího studia.

* Dítě má na 1. stupni o školu přirozený zájem, ještě se u něj neprojevila puberta, tudíž je větší předpoklad, že si nechá od rodičů poradit.
* Má pomoci dítěti dosáhnout co nejlepších výsledků ve výuce a eliminovat tak jeho neúspěšnost.
* Rozvíjí u dítěte odpovědnost za plnění si svých povinností, samostatnost a schopnost organizovat si vlastní čas.
* Zpočátku je potřeba úplná spolupráce s rodiči a později (záleží na dítěti), vést k co největší samostatnosti, tak aby bylo schopné se na II. stupni připravovat samo. Dítě musí tuto činnost považovat za přirozenou a běžnou.
* Využít základní výhody této věkové skupiny – mechanická paměť, tvárnost a přizpůsobivost, radost ze hry.
* Poskytuje zpětnou vazbu, zda dítě nové učivo pochopilo.

U dětí, které nemají v tomto období s učením žádný problém, mohou rodiče rychleji přejít do fáze minimální dopomoci – ale je nutné neustále sledovat a kontrolovat, zda dítě postupuje při přípravě systematicky. Čím důkladněji se jim to povede, tím méně starostí budou mít se svými dětmi v tomto směru v budoucnu.

**ZÁKLAD**

* Motivace – vysvětlit dítěti, k čemu je vzdělání důležité. Dítě by se mělo učit nejen kvůli zkoušení ve škole. Mělo by vědět, že osvojené poznatky využije i v běžném životě.
* Strukturovanost – potřeba dodržovat určitý řád a pořádek.
* Komunikace – zeptat se dítěte, jak se mělo ve škole, co se učili nového nebo zajímavého, jak se měl kamarád. Nejen že budete prohlubovat vzájemnou důvěru ve vztahu s ním, když mu dáte najevo svůj zájem, ale budete také cvičit jeho paměť a schopnost slovního vyjadřování a podněcovat jeho myšlenkové pochody.

**5 KROKŮ**

Domácí příprava ≠ domácí úkoly!!!

1. Každé učení začíná stanovením cíle – tzn. zjistěte, zda má dítě úkol (zeptat se + zkontrolovat v úkolníčku) a podle toho si rozvrhněte čas, který máte k dispozici. Pokud se dítěte zeptáte „Co máte dnes za úkoly?“ nebo „Co bylo dnes ve škole?“ a ono odpoví „Nic“, neznamená to, že domácí příprava není potřeba.

2. Napište domácí úkoly

3. Zopakujte si nové učivo – to, co se ten den učili ve škole. Toto doporučení vychází ze zákonitostí přirozeného zapomínání – tentýž den si bude pamatovat z výkladu ještě docela hodně, ale po již dvou až třech dnech bude muset vynaložit na jeho vybavení a osvojení nesrovnatelně více námahy.

4. Zaměřte se na procvičení, co dítěti nejde

5. Připravte společně aktovku na další den

**ZÁSADY**

Atmosféra

Pokuste se vytvořit klidnou, chápavou a vstřícnou atmosféru, bez spěchu a nervozity, čímž pomáháte odbourávat případný strach dítěte z učiva.

Vlastní místo

Dítě má mít vlastní místo, kde se mu dobře učí, tzn. ne v kuchyni, kde zrovna někdo svačí nebo vy vaříte, nebo v obýváku, kde si hraje sourozenec, vyvarovat se také zvukové kulisy (TV, rádio). Při opakování a procvičování nevadí tichá hudba, při učení novému raději ne. Místnost by měla být dobře osvětlená, nepřetopená a dobře větraná.

Pravidelný režim

Vhodné je učit se v době od 15 do 18 hodin, některým však může vyhovovat jiný čas.

Domácí přípravu provádět po krátkém odpočinku, ne hned po příchodu ze školy (odpočinek by měl být spojen s pohybovou aktivitou, např. pohrát si, zaskákat si se švihadlem, ale ne zasednout k počítači nebo koukat na televizi – tuto úlohu dobře splňuje funkce školní družiny).

Špatně se učí po velkém či těžkém jídle, naopak je potřeba dodržovat pitný režim, protože dehydratace zvyšuje nesoustředěnost (ne coca cola a další energetické nápoje).

Učení ≠ mučení

Děti v 1. třídě by se měly věnovat domácí přípravě max. 45 min, ve 2. a 3. třídě max. 1 hod., ve 4. třídě 1,5 hod. a v 5. třídě necelé 2 hodiny.

Přestávky

Po každé aktivitě zařadit krátkou pauzu – zajít si na toaletu, konverzace s dítětem, možnost hrát si chvíli s oblíbenou hračkou.

6 – 7leté dítě se totiž vydrží soustředit jen asi 10 – 12 min, 8 – 9leté 15 – 20min, děti 10 – 12leté již 20 – 30 min.

Pohyb

Protáhnout se, zacvičit si, v pozdějším věku prodlužujte dobu bez pohybu.

Jednoduché pokyny

Několik stručných jednoduchých vět dítě pochopí mnohem lépe, než když zadáte naráz všechny instrukce.

Střídat různé druhy učení

Ústně, písemně, diktát, opis, doplňování aj.

Využít zájem dítěte

Snažte se zadávat úkoly tak, aby vycházely ze zájmu dítěte (např. pokud má dítě rádo fotbal, pokuste se najít nebo vymyslet diktát s tematikou fotbalu. Pokud dítě rádo chodí do kina, vysvětlete mu, že si musí umět spočítat, kolik mu musí prodavačka vrátit za lístek. Pokud je dítě rádo venku, při učivu o stromech, rostlinách, broučcích nebo ptácích běžte na procházku apod.)

Začít snadným

Postupovat od jednodušších úkolů ke složitějším. Začněte tím, co jde snadno, dítě to hned neodradí a úspěch naopak podpoří jeho vůli pokračovat. Můžete zkusit nechat dítě stanovit, jak bude postupovat (který předmět chce zvládnout první, který druhý, poslední).

Úkol dokončit

Neodkládejte nedokončené činnosti na později. Vysvětlujte dětem, proč je potřeba pracovat v logické posloupnosti, uskutečnit práci v celém rozsahu, dokončit práci před započetím další práce.

Tvořivost

Podporujte tvořivost - např. český jazyk:

1. ročník – nechte dítě vymyslet lehké slovo a poté aby si je samo složilo z písmen

2. ročník – nechte dítě vymyslet, co nejvíce slov která začínají na slabiku ni X ny; ně X ne; di X dy

3. ročník – nechte dítě tvořit různé varianty na konkrétní vyjmenovaná slova, popř. věty

4. ročník – nechte dítě vymyslet větu, ve které určí mluvnické kategorie (pád, rod, osoba, atd.)

5. ročník – nechte dítě vytvořit několik jednoduchých vět, které následně poskládá do souvětí

Odměna a pochvala

Dispozice pro lehké nebo obtížné učení si dítě přináší ve své vrozené výbavě. Některé se nemusí učit vůbec a má úspěch, druhé se dře a bez výsledku. Platí zásada, že pokud se dítě snaží, vyžaduje jeho úsilí ocenění. Pokud vnímá jen nespokojenost svého okolí, brzy nastupuje únava, vzdor a odpor ke škole.

Chvalte tedy dítě, povzbuzujte ho mezi plněním úkolů, za minimální pokroky, za snahu. U dětí, kterým zabere příprava mnoho času, je vhodné chválit i za velmi drobné změny k lepšímu.

SPECIFIKA NA 1. STUPNI

Aktovka

V 1. a 2. třídě si nechte od dítěte ukázat, co v daný den dělalo (konkrétní cvičení v pracovním sešitě/učebnici, strana v písance či matematice atd.). Tím si to dítě zároveň samo připomene a spíše si vzpomene na domácí úkol či objeví v knize cvičení, které je třeba dokončit.

Dobrým způsobem může být vyndání všech věcí z tašky a postupné skládání dle rozvrhu zpět.

Pouzdro je nutné před vrácením do aktovky zkontrolovat (ořezané pastelky, obyčejné tužky, funkční pero, guma, ve 2. třídě pravítko, apod.). Zkontrolovat také Deníček školáčka.

Od 3. třídy vést dítě k samostatné kontrole a přípravě školních pomůcek.

Domácí úkoly

V 1. a 2. třídě děti vypracovávají úkoly většinou ve spolupráci s rodičem, od 3. třídy by měly většinu úkolů zvládnout samy, protože se jedná především o probíranou či již probranou látky a její upevnění. U některých úkolů je třeba dítěti pomoci, jiné zvládne samo, nebo stačí jen přítomnost rodiče ve stejné místnosti.

V 1. a 2. třídě klademe důraz na čtení, psaní, počítání.

* Čtení

Každý den procvičujte hlasité čtení, časově dle potřeby. Nechte dítě číst nápisy, recepty, návody, atd. Čtení by nemělo být ,,pouze školní" aktivita, ale naopak naším každodenním pomocníkem. Důležitá je nejen technika, ale i porozumění!

* Psaní - při psaní kontrolujte správný úchop tužky a správné sezení u psaní.
* Počítání - klidně procvičujte při cestě do/ze školy, stačí dítěti dávat různé úlohy.

Využívejte běžné denní situace při vzdělávání vašeho dítěte. Např. při jízdě autem opakujte poznávání dopravních značek, či zadávejte příklady nebo procvičujte anglická slovíčka. Při nakupování nechte zkusit dítě spočítat (odhadnout) útratu za nákup.

**PŘECHOD NA 2. STUPEŇ**

* od mechanického zapamatování k logickému
* kontrola a pomoc od rodičů na vyžádání dítěte, převažuje samostatná práce
* rodiče pomáhají vybrat v látce, co je důležité a významné (na konci II. stupně zvládá žák sám)
* zapamatování si většího množství informací – nové informace seskupit do určitého systému, nezaměřovat se na detaily (nutné rozumět termínům, nesmí být složité, abstraktní)
* učit se málo, ale pravidelně
* pravidelně opakovat – paměťové stopy nedostatkem posilování slábnou
* dodržovat svůj režim přípravy (místo a čas)
* být ochotný změnit učební styl, pokud se začne jiný jevit jako výhodnější (souvisí s vývojem dítěte - co vyhovovalo na I. stupni, nemusí fungovat na II. a později)

**KDYŽ TO NEBAVÍ**

Pokud dítě něco nebaví, předchozím krokem je, že mu daná věc nejde. Pokud mu to nejde opravdu hodně, nejen že to dítě nebaví, ale může se i zaseknout a odmítnout pracovat úplně. Důležité je tedy najít i na neoblíbeném předmětu něco, co dítěti jde nebo se mu daří alespoň trochu, ocenit to a na tom dále stavět. Náprava obtíží nikdy nezačíná od problematického místa, ale je potřeba vrátit se v učební látce do místa, které dítě ještě plně chápe a zvládá.

**PROBLÉMY VE PSANÍ**

U dětí s obtížemi v oblasti psaní (neúhledné písmo, velký tlak na tužku či pero) rozvíjíme nejprve hrubou a jemnou motoriku.

Hrubá motorika souvisí s celkovou motorickou obratností dítěte – mělo by umět skákat po jedné noze, zrychlovat a zpomalovat chůzi, mávat pažemi i zápěstím, kroužit pažemi v ramenním i loketním kloubu, házet a chytat míč, apod.

Pro rozvoj jemné motoriky jsou vhodné různé stavebnice, manipulace s drobnými předměty (práce s modelínou, korálky různých velikostí, práce s ohebnými drátky, vázání uzlů atd.). Pak je možné napodobovat tvary na papír velkého formátu, obtahování tvarů písmen do vzduchu, do mouky apod. Vhodné je také kreslení a různé čárání, vybarvování, překreslování, dokreslování, vystřihování, lepení atd.

Při samotném psaní je potřeba dbát především na správné sezení, správný úchop pera či tužky a adekvátní tlak na psací podložku. Trénujete vždy krátce, ale častěji a pravidelně.

**PROBLÉMY VE ČTENÍ**

Mnohé děti ve čtení chybují především z důvodu nedostatečně rozvinuté mikromotoriky očí a obtíží v pravolevé a prostorové orientaci. Proto je potřeba rozvíjet orientaci v ploše (nahoře, dole, vpravo, vlevo), prostoru (vpředu, vzadu, uprostřed, vedle, pod, nad) a v čase (dnes, zítra, pozítří, včera, ráno, v poledne, večer, v noci).

Důležité je dítě naučit pohyb očí zleva doprava, např. formou spojování cesty mezi autem na levé straně papíru a domem na straně pravé.

Při samotném nácviku čtení vždy využívejte záložku s výřezem, dokud se dítě nenaučí své oční pohyby lépe ovládat, aby přestaly být chaotické a čtení bylo plynulejší. Trénujte nejprve čtení slabik, poté jednoslabičných slov a pak dvojslabičných slov. Vhodné také je, aby s dítětem četl rodič - kousek dítěti přečetl, poté četl spolu s ním a nakonec nechal dítě, aby přečetlo několik slov samostatně.

Pro zvládnutí čtení je také důležité trénovat zrakovou paměť – hry typu pexesa, scrabble, různé obrázkové hádanky (hledej 5 rozdílů apod.).

**PROBLÉMY V POČÍTÁNÍ**

Podobně jako u čtení trénujeme orientaci v ploše, prostoru, čase, ale také orientaci na vlastním těle (levá ruka, pravé oko,…)

Dítě učíme postřehování množství (nakreslíme kolečka, kostičky, bonbóny v určitém množství a na krátký čas jej promítneme dítěti => dítě počítá zprvu názorně ukazováním na každý prvek, později jen zrakem odhaduje množství).

Vhodné pro těžší početní operace je zvládnutí rozkladu čísla – opět vysvětlujte na názorné pomůcce – dvě řady po deseti prvcích, dítě podle čísla dopočítává či odečítá.

Pracujte vždy tempem, které vyhovuje dítěti.

**CO SE UKLÁDÁ SNADNO DO PAMĚTI**

* co si dítě zapamatovat chtělo (děti na 1. stupni obvykle chtějí, učí se napřed abecedu, násobilku,…)
* co se ho týká, o co má zájem, co souvisí s tím, co chce dělat v budoucnu jako zaměstnání (tzn. najít souvislosti mezi učivem a životem, s něčím na čem mu záleží)
* co vzbuzuje emoce (např. znalosti o zvířeti – ježek na přezimování)
* uspořádané do rytmické říkanky nebo příběhu (tzn. rytmizovat, zrýmovat nebo zhudebnit učivo), např. Dáda - Abeceda
* co je legrační, překvapivé, zvláštní
* co je barevně podtržené
* co samo vytvořilo (pomůcky, např. kartičky na násobilku nebo slovíčka)
* co někomu vysvětlovalo (rodičům, kamarádovi, mladšímu sourozenci)
* co vnímalo více smysly (interaktivní výstavy – zrak, čich, hmat, sluch)

**ABY SE NOVÉ POZNATKY ULOŽILY DO PAMĚTI NATRVALO**, je potřeba

* prokládat učení přestávkami s pohybem
* tzn. relaxační protažení, běh, skákání přes švihadlo, apod.
* kromě toho, že odstraňuje únavu při učení, tak se při cvičení uvolňuje noradrenalin, který usnadňuje tvorbu nových paměťových stop
* dostatek spánku
* důležitá je REM fáze spánku (lehký spánek se sny a s rychlými pohyby očí při zavřených víčkách), dochází k tvorbě paměťových stop (důležité v MŠ – polední spánek po dopoledním učení barev)

**TIPY NA ZÁVĚR**

* Stěžejní učivo, které se nedaří zapamatovat napsat velkými písmeny a umístit v bytě na místa, která má dítě často na očích.
* K zapamatování využíváme propojování s informacemi, které dítě zná z jiných zdrojů – z encyklopedií, z rodinných výletů (historické památky, výlety do přírody), využíváme dětskou zvídavost (zájem, otázky dítěte).
* Podporovat zájmy a koníčky, pomoci najít činnosti, ve kterých bude dítě úspěšné, a budou mu přinášet radost. Děti úspěšné mimo školu daleko lépe zvládají případné školní neúspěchy.
* U neklidných dětí je dobré učení v pohybu (při cestě do obchodu nebo do parku se toho dá naučit hodně (procvičit sčítání, odčítání,…)

Odkazy na procvičení učiva pro 1. stupeň

http://www.onlinecviceni.cz/exc/list\_sel\_topics.php

http://matematika.hrou.cz/

http://skolakov.eu/

http://rysava.websnadno.cz/

**ZÁVĚREM**

Učení není jen osvojování školních vědomostí!

Zahrnuje také osvojení si zásad slušného chování a morálních principů, vytvoření všeobecného přehledu, respektu vůči autoritám, dospělým a starším, přiznání práva na život, na soukromí, na svobodný názor, přijetí zodpovědnosti za své činy. Vysvětlujte dítěti, proč je něco tak a jiné zase jinak. Upozorňujte je na výjimky, naučte ho respektovat druhé a přijmout nepsané zákony mezilidského soužití. Připravujete tak své dítě pro plnohodnotný život.