

3–4 ROKY

Ruka se uvolňuje

"Už vybarvuje plochy, ale ruka se rychle unaví."

RITUÁL NA TENHLE TÝDEN · DESET MINUT DENNĚ

Nejdřív jeden grafomotorický list (dvě minuty), pak omalovánka. Ruka je uvolněná a vybarvování jde líp.

CO JE V TOMHLE BALÍČKU

Omalovánky (8): Kravička Bela, Traktor Tonda, Motýl Bára, Lvíček Leo, Autobus Bertík, Sovička Ája, Včelka Míla, Žabka Kvák

Pracovní listy (6): Auto jede do garáže, Had se plazí, Slunce a paprsky, Balónky na provázku, Spojovačka 1–5: loďka, Spoj stejné obrázky

PROČ TO V TOMHLE VĚKU FUNGUJE

Omalovánky mají velké plochy a pár menších detailů. Grafomotorické listy trénují totéž jinou cestou: široké cesty, vlnky, kruhy. Spojovačky přidají první čísla. Střídejte je — tři stránky týdně stačí.

JAK NA KAŽDOU STRÁNKU

- Tiskněte jednu stránku, ne balíček. Jeden list je pozvánka, patnáct listů je úkol.
- Pracovní list napřed, omalovánka potom. Dvě minuty grafomotoriky uvolní ruku.
- Neopravujte. Chvalte dokončení, ne přesnost.

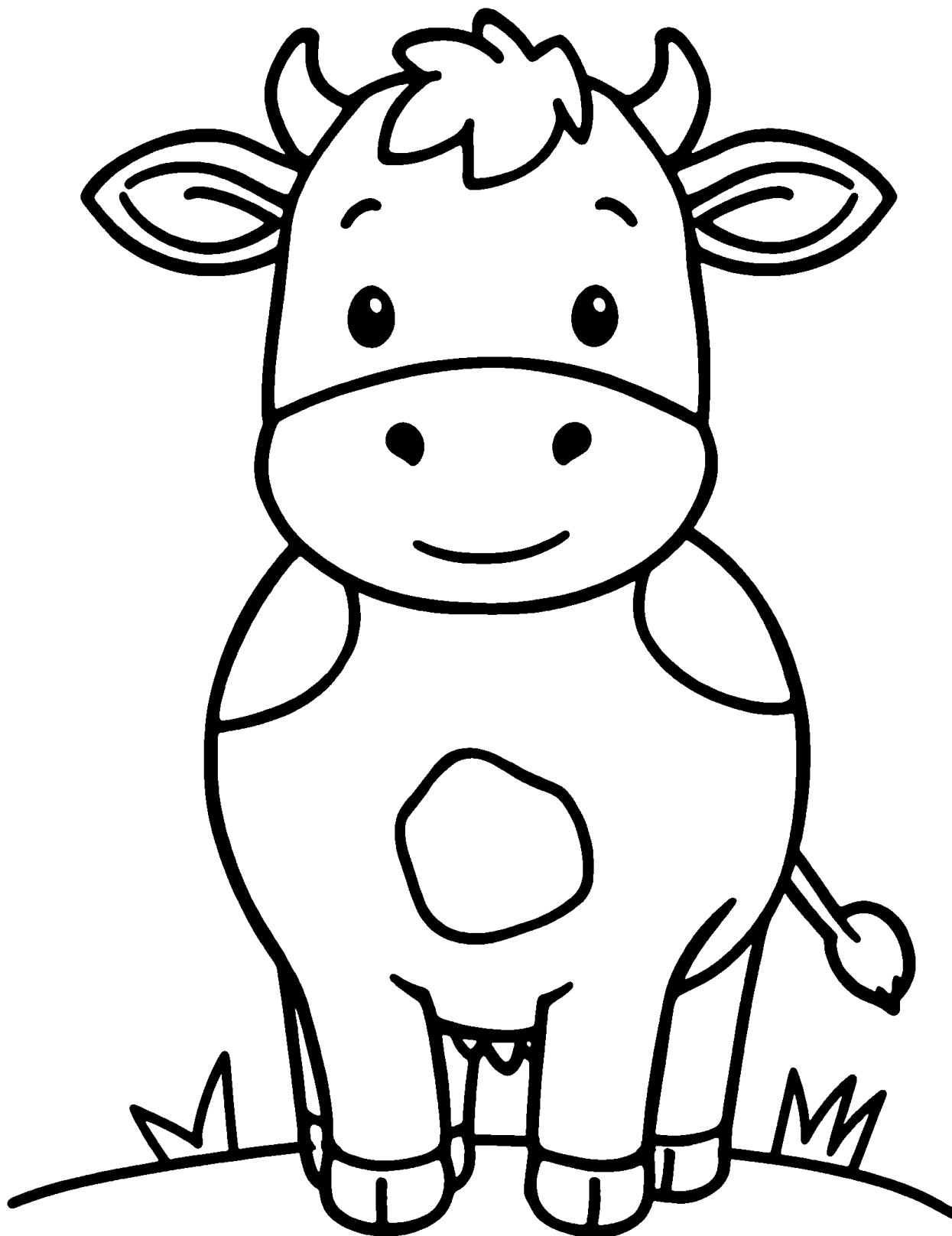
POZNÁTE, ŽE JE ČAS NA DALŠÍ BALÍČEK

Vydrží u jedné stránky deset minut. Vede čáru po cestě, aniž by ji opustilo. Pak balíček 4–5.

Kravička Bela

Zvířata · Na statku

Rozvíjí: úchop · flíčky = menší plochy · pojmenování



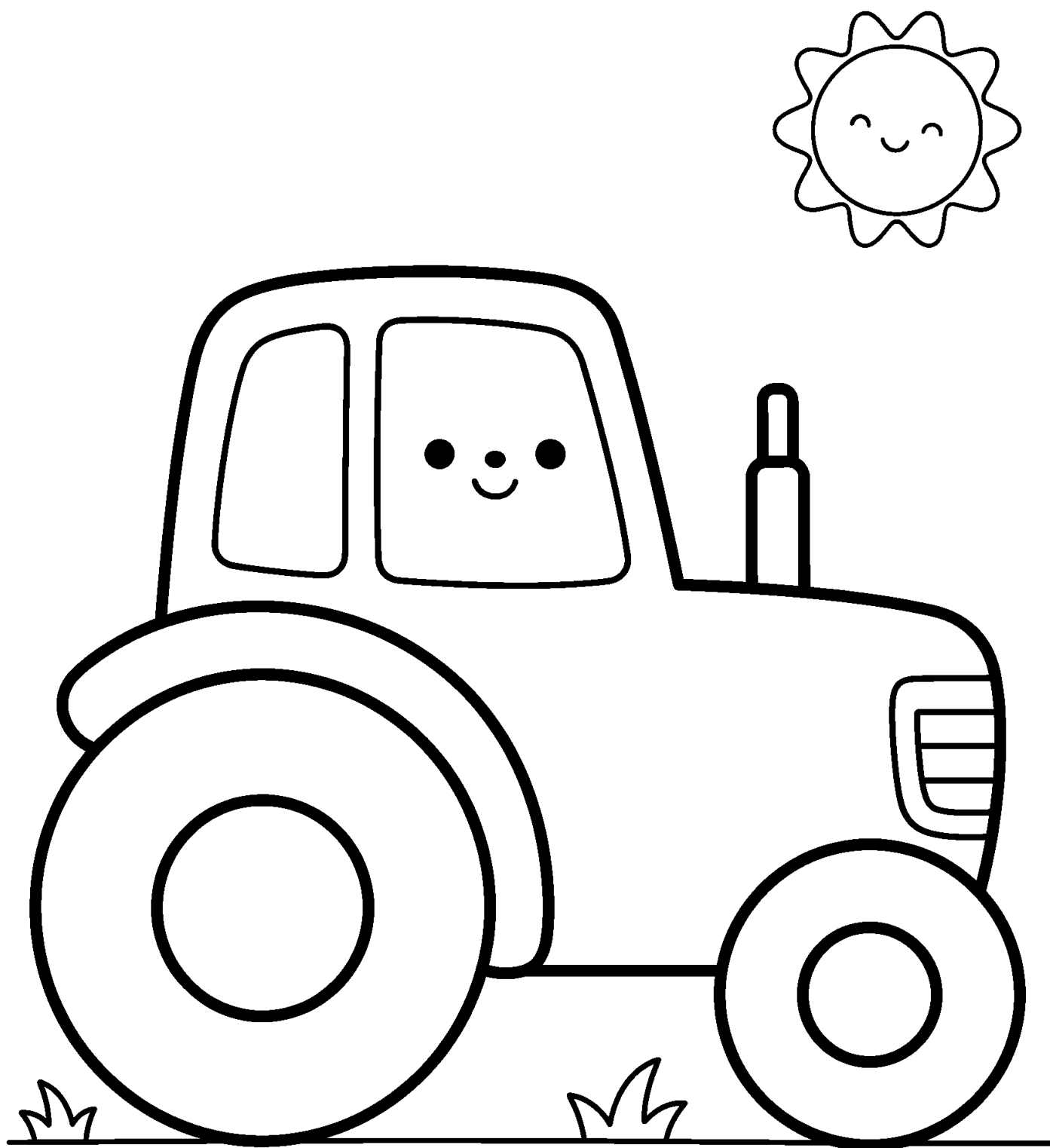
Povídejte si: Co nám kravička dává? Jakou barvu budou mít flíčky?

Tip pro dospělé: Flíčky nemusí být hnědé — zelená kravička je vítaná odvaha. Mléko, sýr, jogurt: propojení s jídlem, které dítě zná, ukotvuje nová slova.

Traktor Tonda

Doprava · Na poli

Rozvíjí: krouživé tahy · velká kola · vyprávění



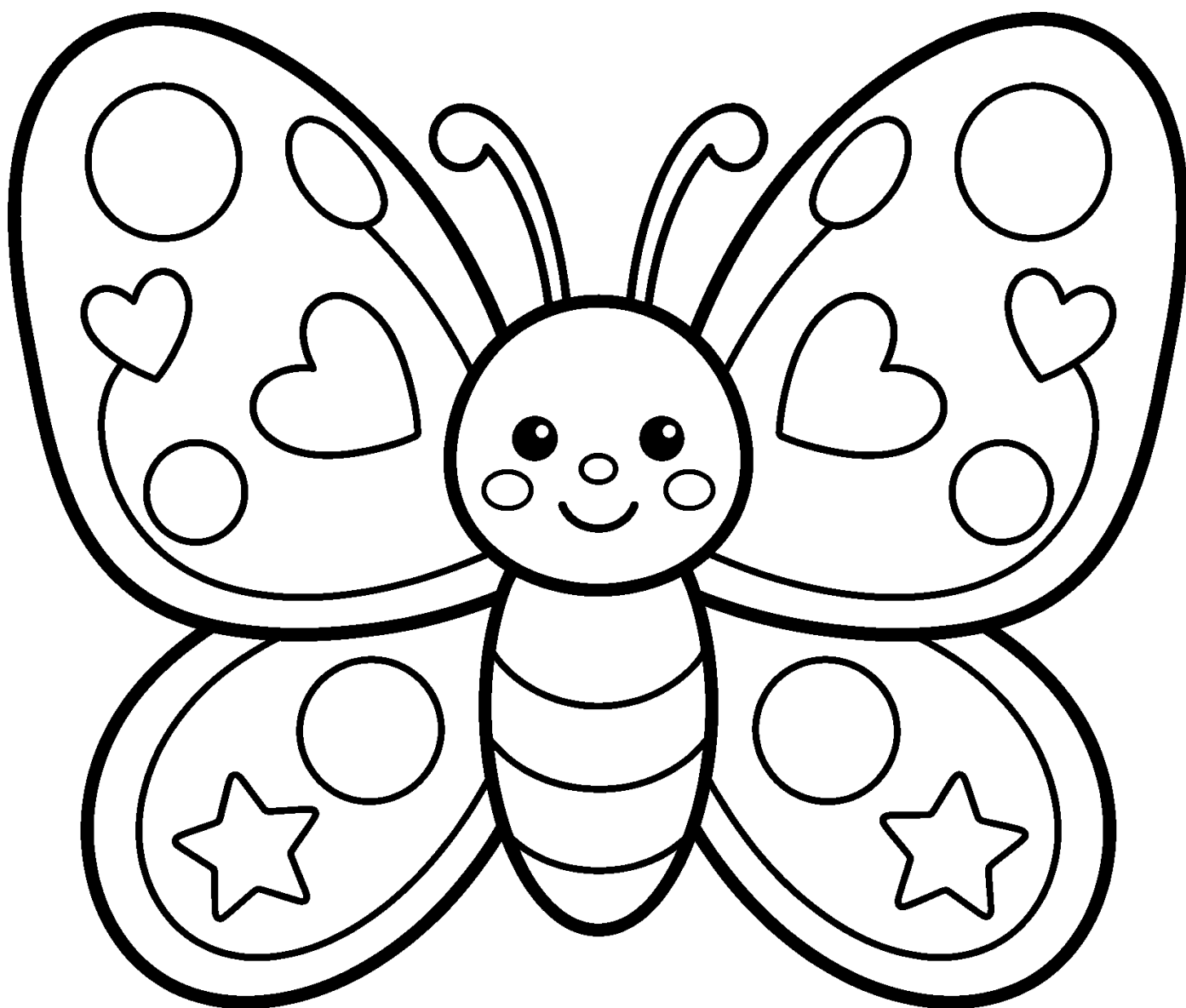
Povídejte si: Co traktor na poli dělá? Kolik má kol?

Tip pro dospělé: Než začnete, nakreslete spolu prstem „kola“ ve vzduchu. Krouživý pohyb celou paží je nejlepší příprava na psaní.

Motýl Bára

Zvířata · Na louce

Rozvíjí: symetrie · menší plochy · porovnávání



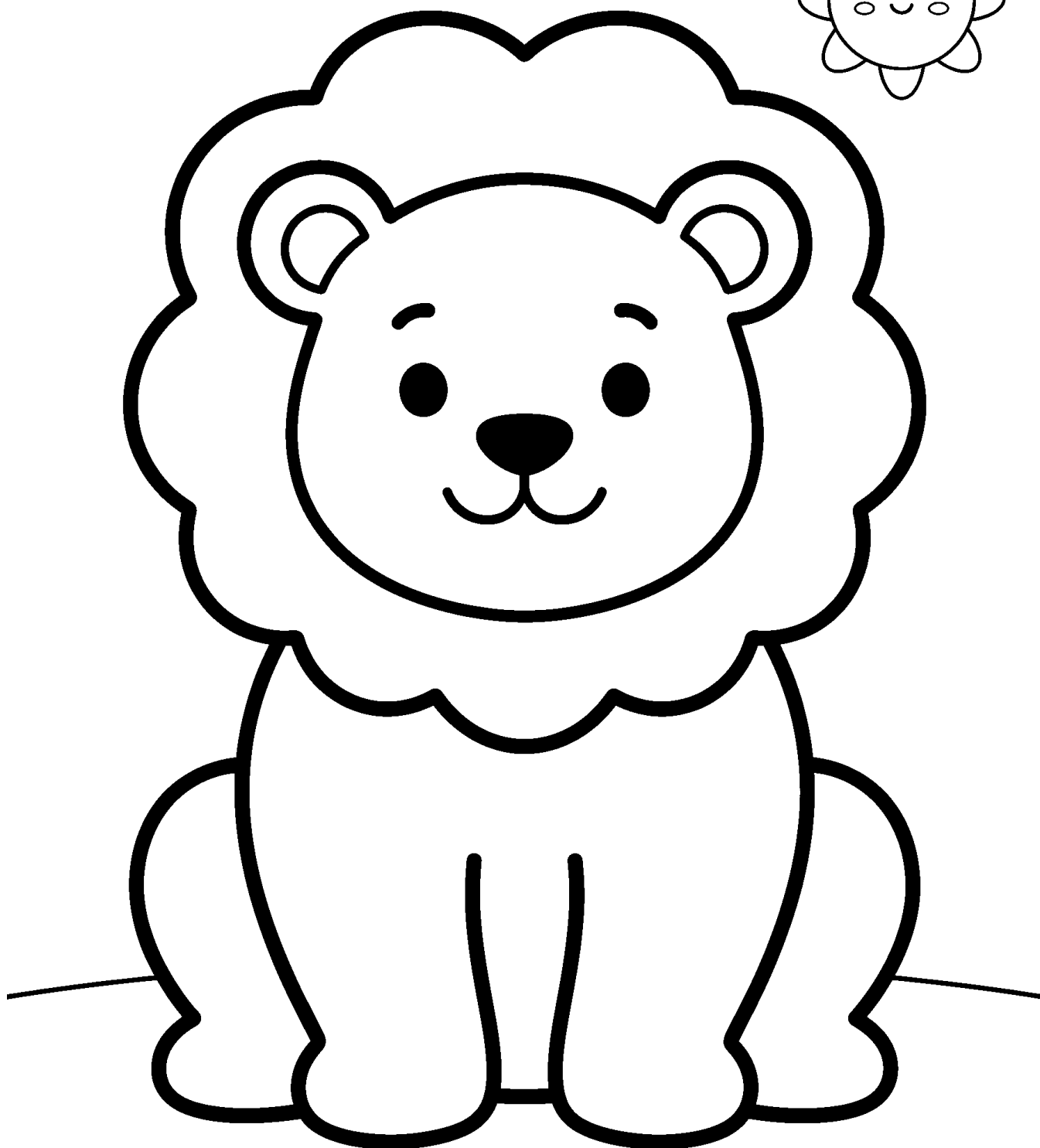
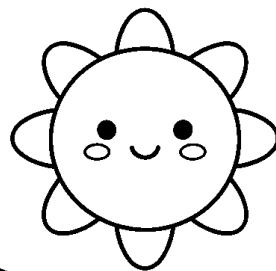
Povídejte si: Jsou obě křídla stejná? Najdeš dvě srdíčka a dvě hvězdičky?

Tip pro dospělé: Zkuste symetrii: co vybarvíte na jednom křídle, zopakujte na druhém. Porovnávání dvou stran je základ pro čtení a psaní.

Lvíček Leo

Zvířata · Safari

Rozvíjí: krouživé tahy · velké plochy · zvuky zvířat



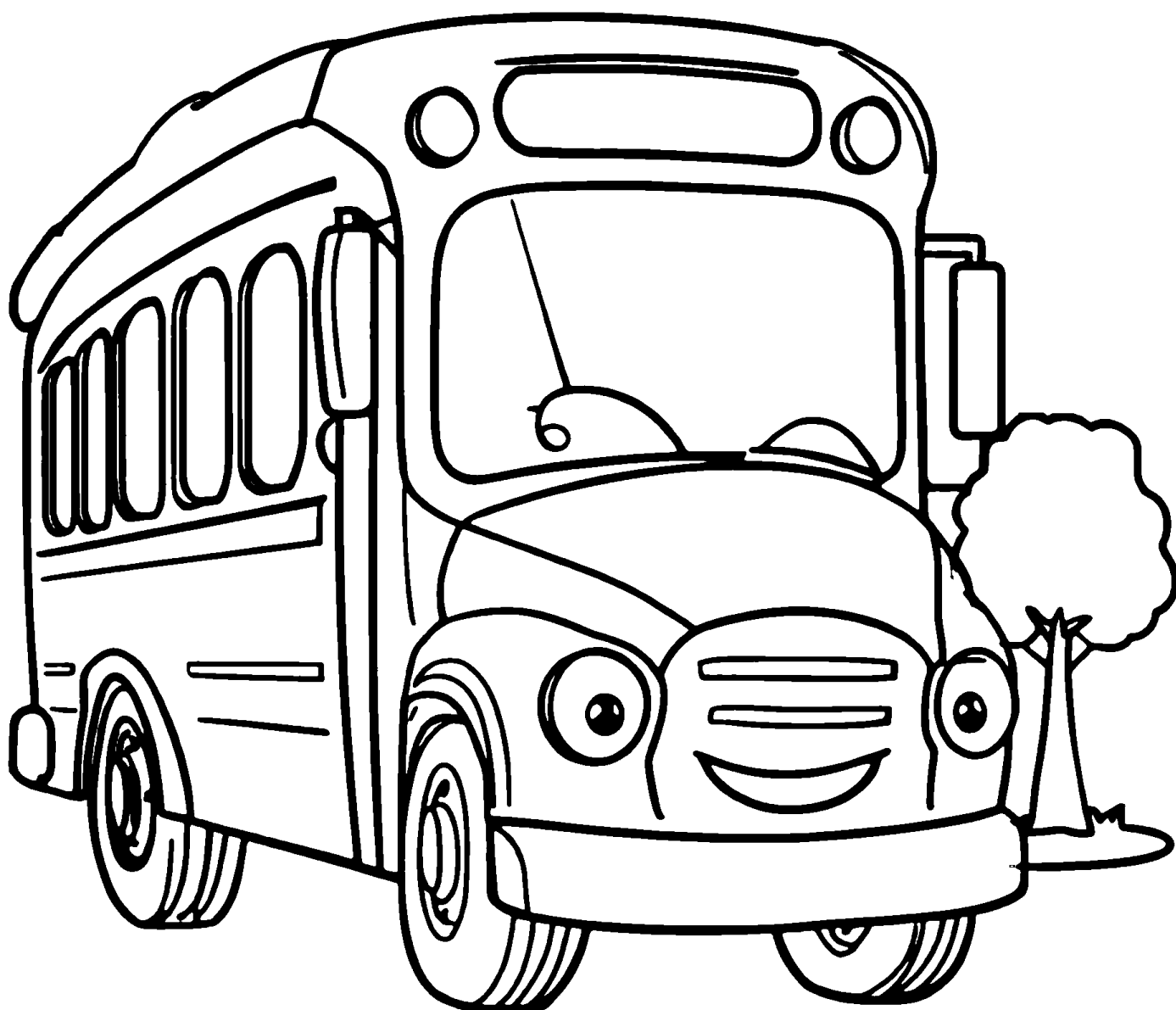
Povídejte si: Jak zařve lev? Kolik má kolem hlavy chlupů?

Tip pro dospělé: Hřívu vybarvujte krouživými tahy — stejný pohyb, který dítě později potřebuje na písmenka. A pěkně u toho zařvěte.

Autobus Bertík

Doprava · Ve městě

Rozvíjí: krouživé tahy · počítání oken · vyprávění



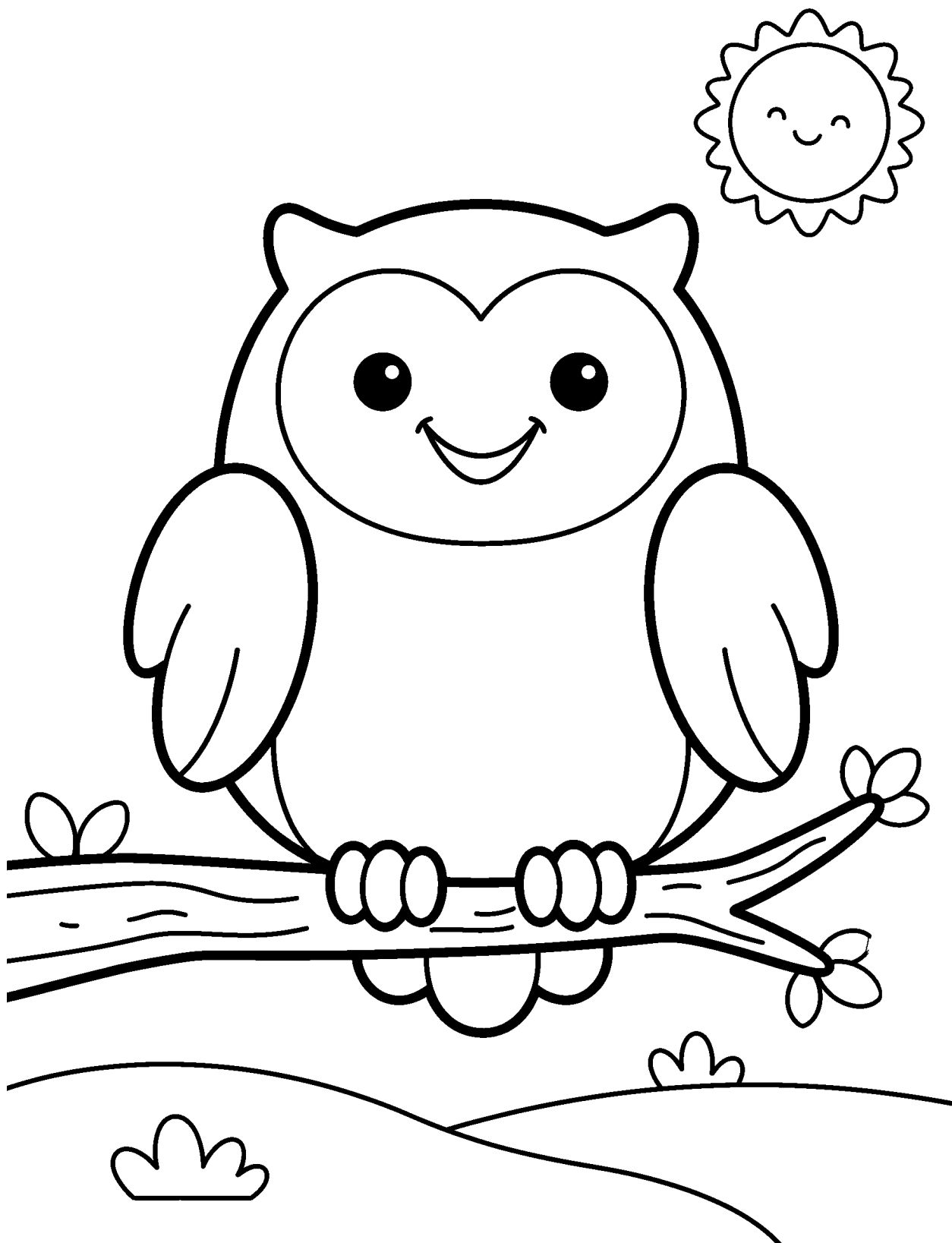
Povídejte si: Kolik má Bertík oken? Kdo v nich sedí?

Tip pro dospělé: Hrajte „kdo jede autobusem?“ — do každého okna dítě dokreslí nebo jen ukáže pasažéra. Vyprávění při vybarvování je dvojnásobný trénink.

Sovička Ája

Zvířata · V lese

Rozvíjí: úchop · kulaté tvary · den a noc



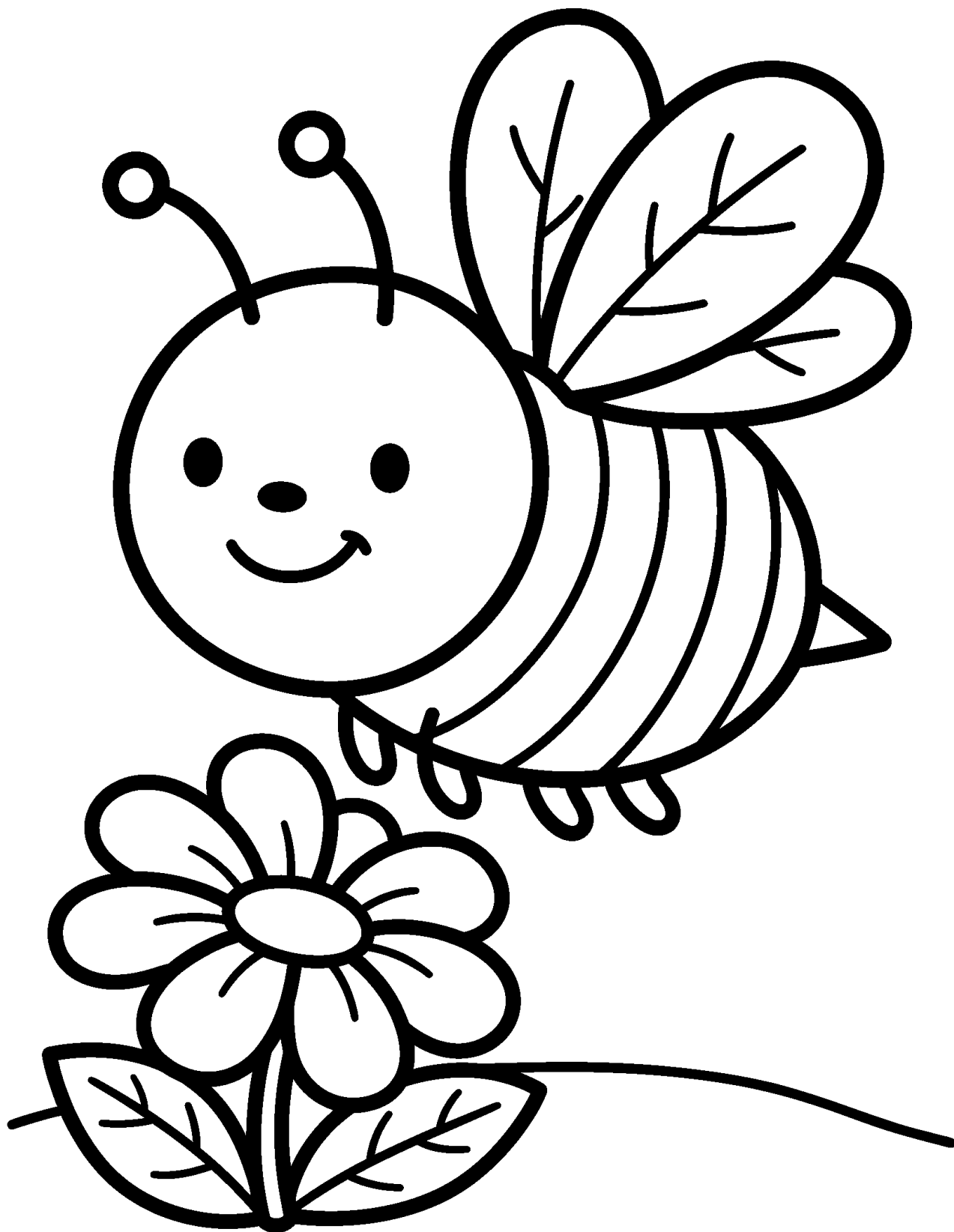
Povídejte si: Kdy sovička spí a kdy se probouzí? Co asi z větve vidí?

Tip pro dospělé: Velká kulatá očka jsou ideální na trénink „vybarvi jen uvnitř“. Povídejte si, proč je sova vzhůru v noci, když my spíme.

Včelka Míla

Zvířata · Na zahradě

Rozvíjí: pruhy · střídání barev · pojmenování



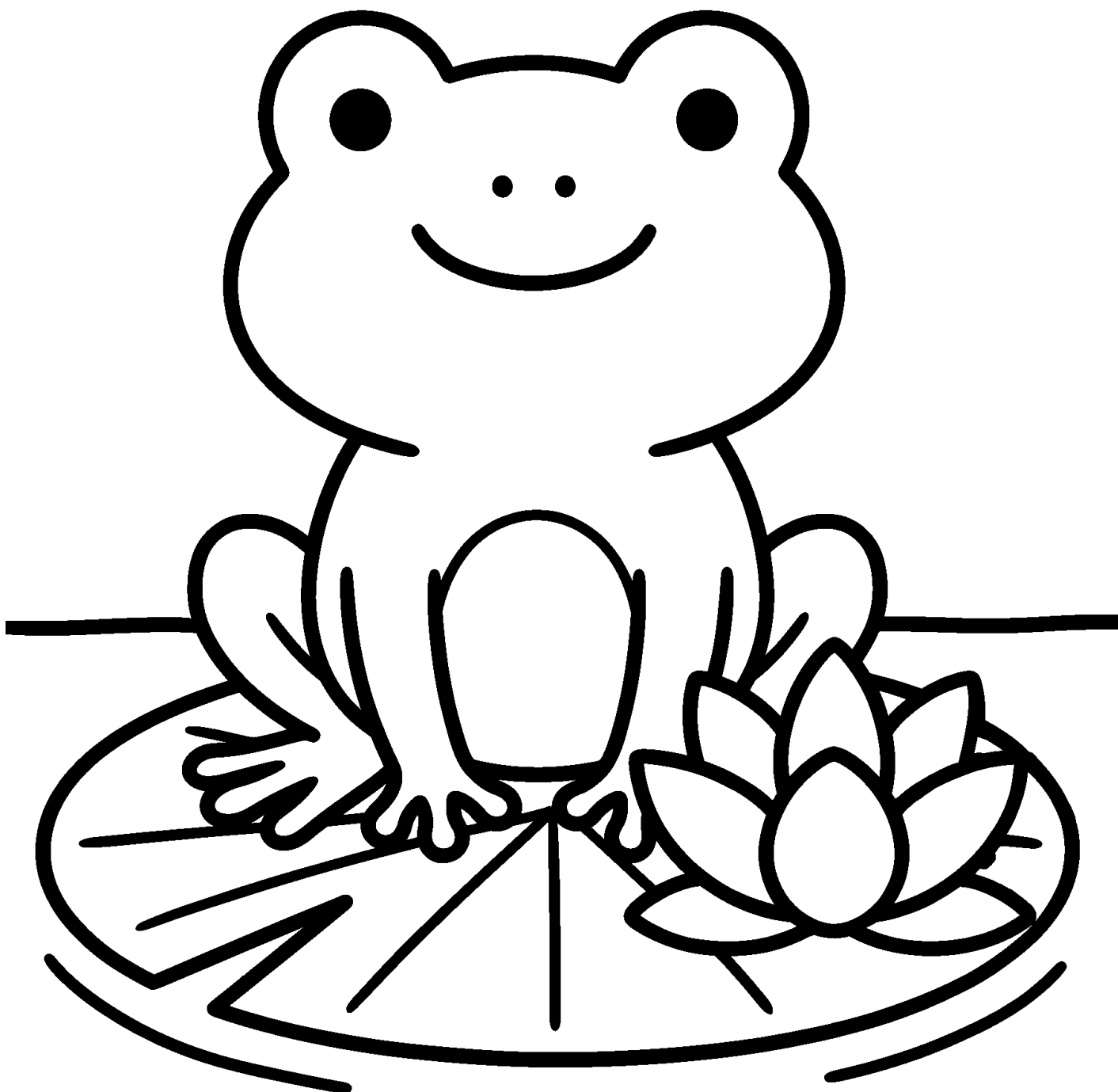
Povídejte si: Kolik má Míla pruhů? Co včelky sbírají z květin?

Tip pro dospělé: Pruhy střídavě žlutá–černá jsou první cvičení na rytmus. Nechte dítě říct nahlas „žlutá, černá, žlutá...“ – pomáhá to udržet pořadí.

Žabka Kvák

Zvířata · U vody

Rozvíjí: velké plochy · kulaté tvary · zvuky zvířat



Povídejte si: Jak dělá žabka? Co je to za květinu vedle ní?

Tip pro dospělé: Po vybarvení zkuste spolu žabí skoky. Dítě si obrázek propojí s pohybem a lépe si ho zapamatuje.

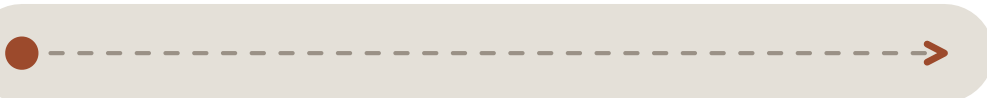
Auto jede do garáže

Jed' tužkou po šedé cestě od auta až do garáže. Vždy zleva doprava, jedním tahem. Klidně několikrát za sebou, každou cestu jinou barvou.

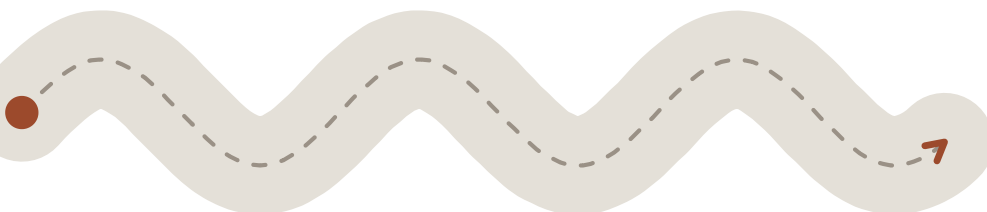
Doporučený věk: 3–4 roky · grafomotorika

Jméno

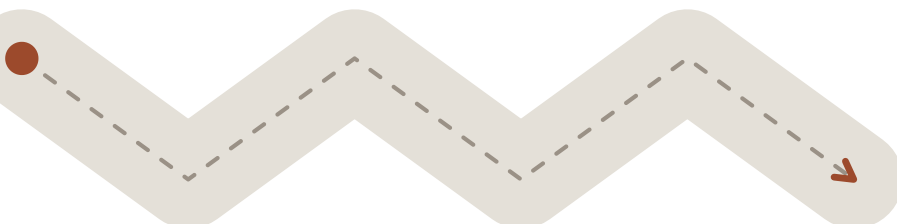
Datum



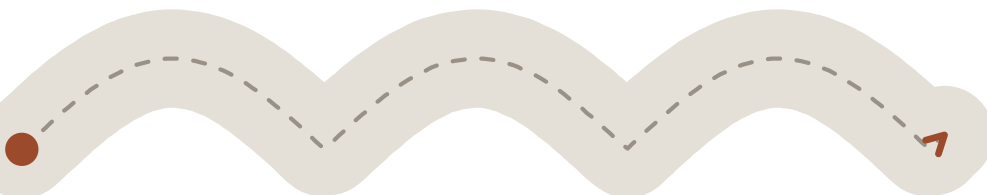
Rovně



Po kopečkách



Cik cak



Skákavě

Tip pro rodiče: Ve 3 letech jde o velký, uvolněný pohyb celé paže, ne o přesnost. Silná trojhranná pastelka, list přilepený ke stolu, sedět s chodidly na zemi. Stačí 3–5 minut. Chvalte snahu („jel jsi celou cestu!“), ne to, jestli čára zůstala v dráze.

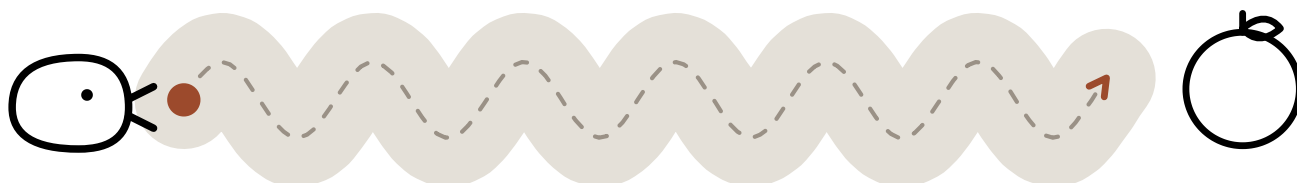
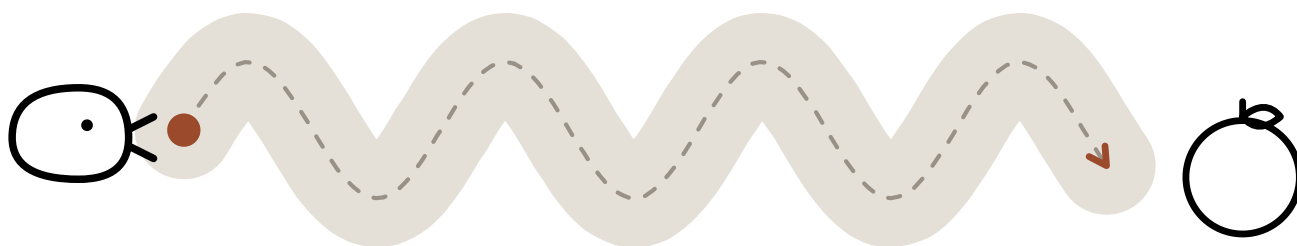
Had se plazí

Had se plazí k jablku. Jeď tužkou po vlnité cestě bez zastavení, jedním tahem, zleva doprava. Nahoře jsou vlny velké, dole malé.

Doporučený věk: 3–4 roky · grafomotorika

Jméno

Datum



Tip pro rodiče: Nechte dítě při kreslení syčet jako had – dlouhý výdech přirozeně zpomalí a zplynulí tah. Pokud tužku zvedá, nevadí; cílem je, aby nakonec zvládlo celou vlnovku jedním tahem.

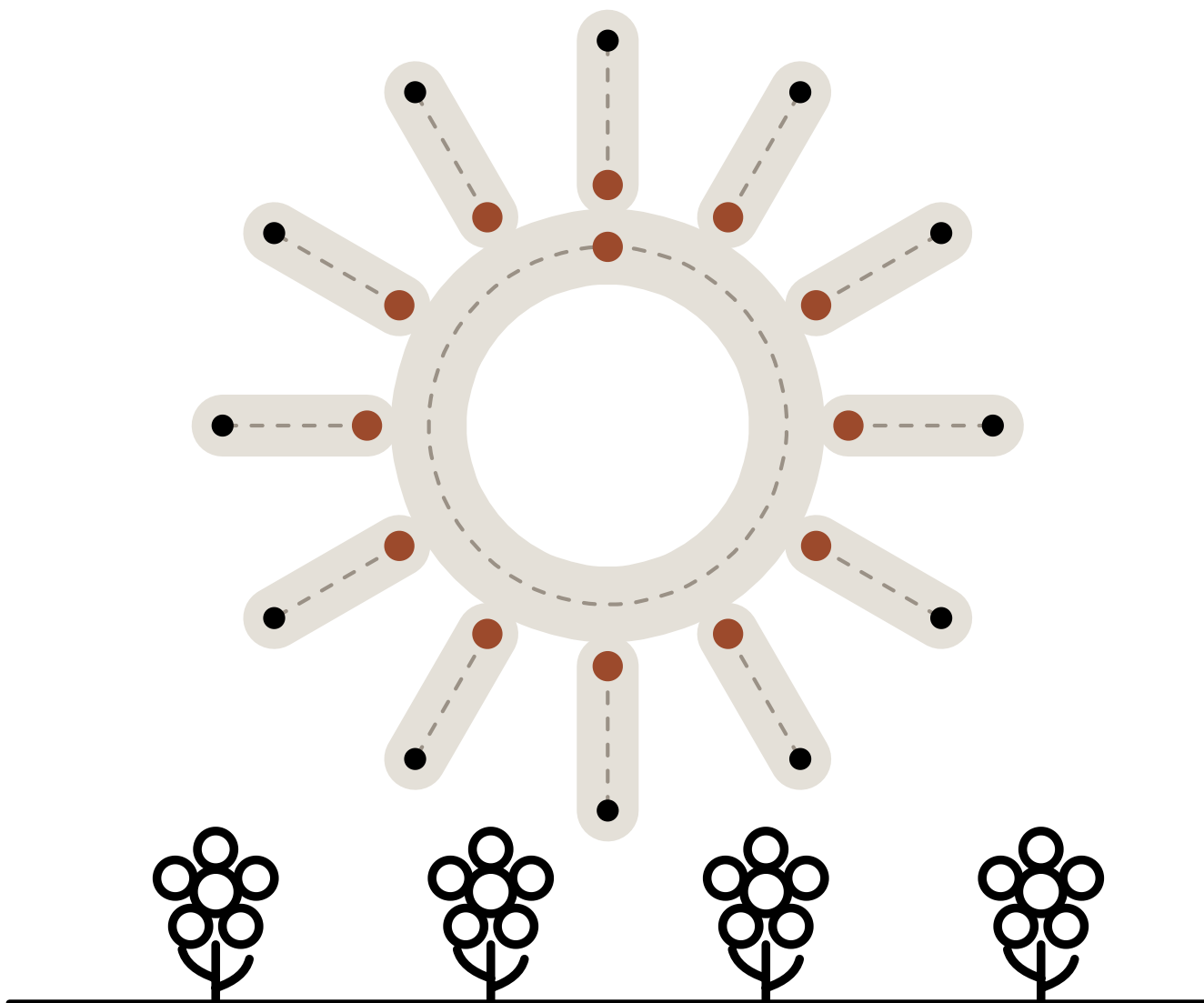
Slunce a paprsky

Obtáhni velké slunce. Potom nakresli paprsky: z každé hnědé tečky u slunce jed' rovně k tečce na konci paprsku. Dole vybarvi kytičky, které se na slunce těší.

Doporučený věk: 3–4 roky · grafomotorika

Jméno

Datum



Tip pro rodiče: Paprsky jsou krátké schválně – u tříletých je jednodušší krátký tah s cílem než dlouhá čára. Když dítě míří mimo tečku, položte na cílovou tečku prst: ruka jde tam, kam se dívají oči.

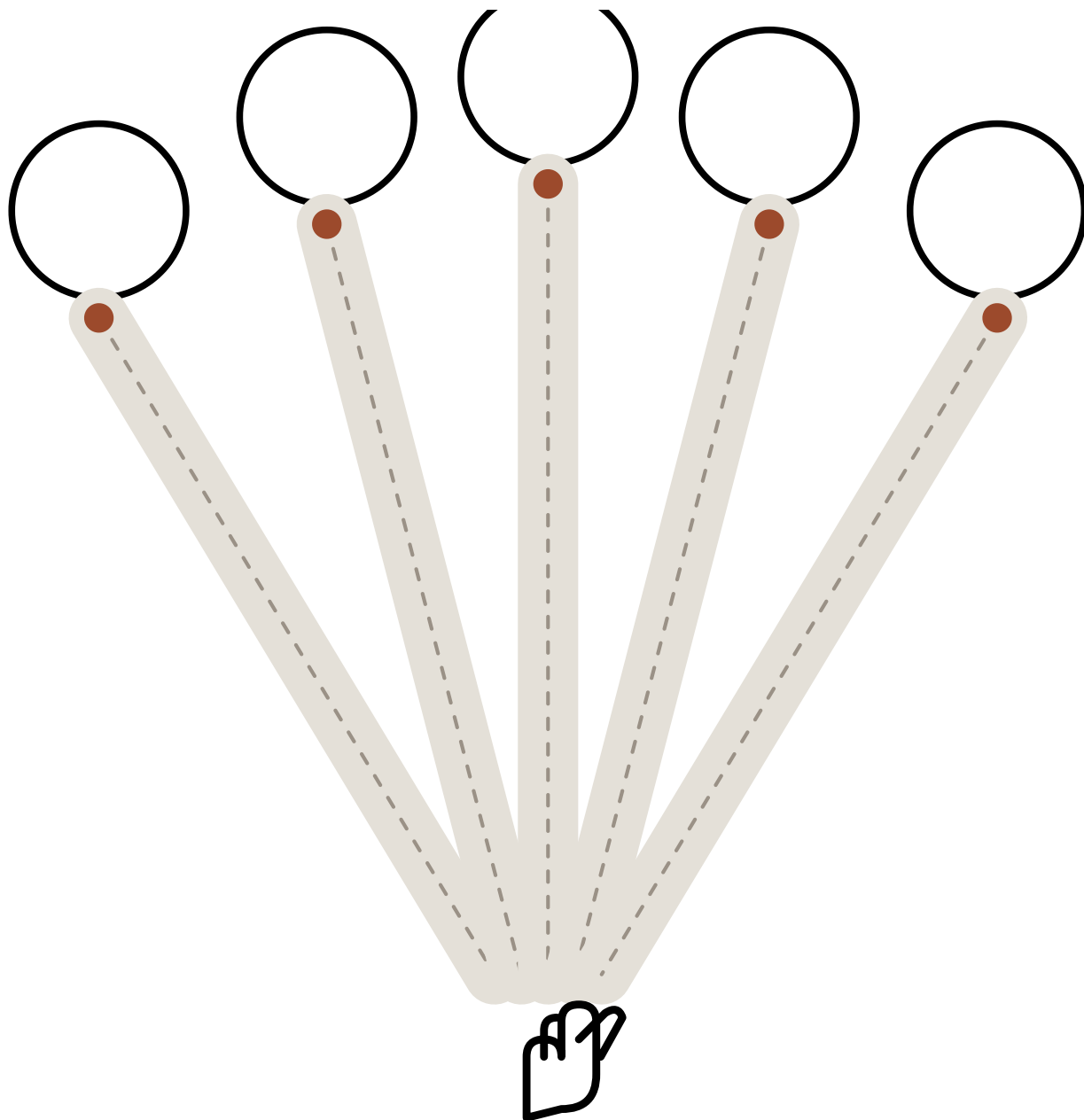
Balónky na provázku

Balónkům chybí provázky! Nakresli od každého balónku čáru dolů až do ručičky. Začni u hnědé tečky. Pak balónky vybarvi, každý jinou barvou.

Doporučený věk: 3–4 roky · grafomotorika

Jméno

Datum



Tip pro rodiče: Když dítě netrefí do dlaně, nevadí – držte prst na dlani jako cíl. Dobrá hra navíc: skutečný balónek na provázku a jeho pohyb ve vzduchu nakreslený prstem.

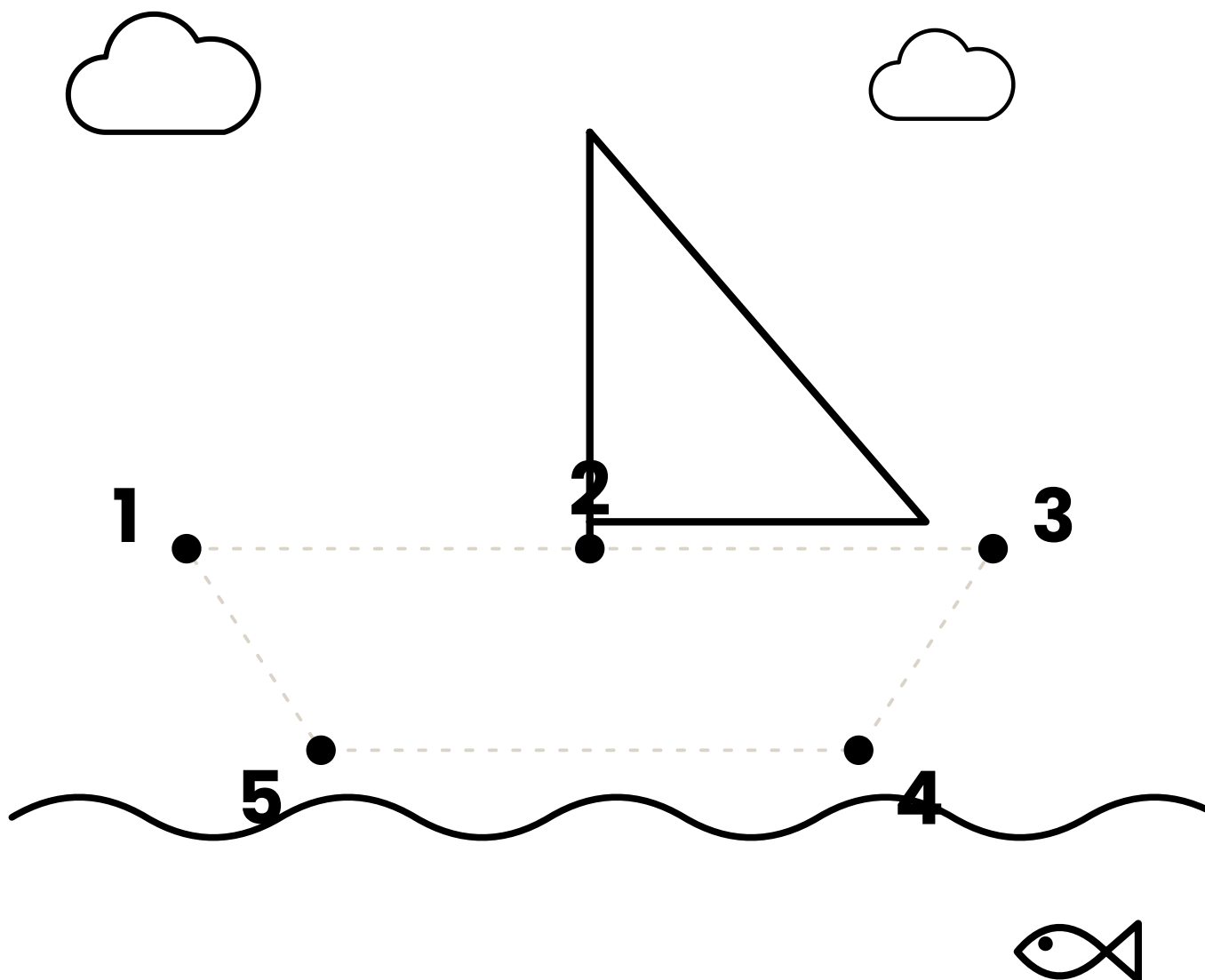
Spojovačka 1–5: loďka

Spoj tečky od 1 do 5 a pětku zpátky k jedničce. Vznikne loďka. Vybarvi plachtu a dokresli rybám kamarády.

Doporučený věk: 3–4 roky · spojovačky

Jméno

Datum



Tip pro rodiče: Nechte dítě nejdřív říct, co to asi bude („loďka!“) – motivace roste, když ví, co ho čeká. Vlny dole je možné obtáhnout prstem jako uvolnění před kreslením.

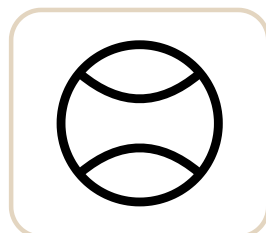
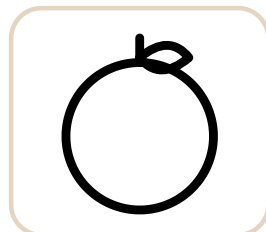
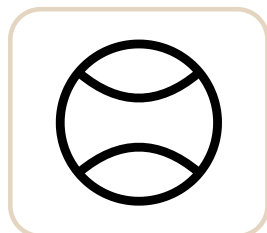
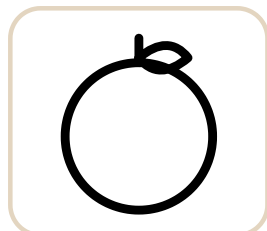
Spoj stejné obrázky

Vlevo i vpravo jsou stejné obrázky, ale popletené. Najdi dvojice a spoj je čarou od tečky k tečce.

Doporučený věk: 3–4 roky · spojovačky

Jméno

Datum



Tip pro rodiče: Pojmenujte obrázky nahlas společně („jablko... kde je druhé jablko?“). Čára nemusí být rovná, důležité je dojet od tečky k tečce.