

# ПРО100 ДО ШКОЛИ

Сто вправ та ігор,  
що допомагають підготуватись  
до навчання



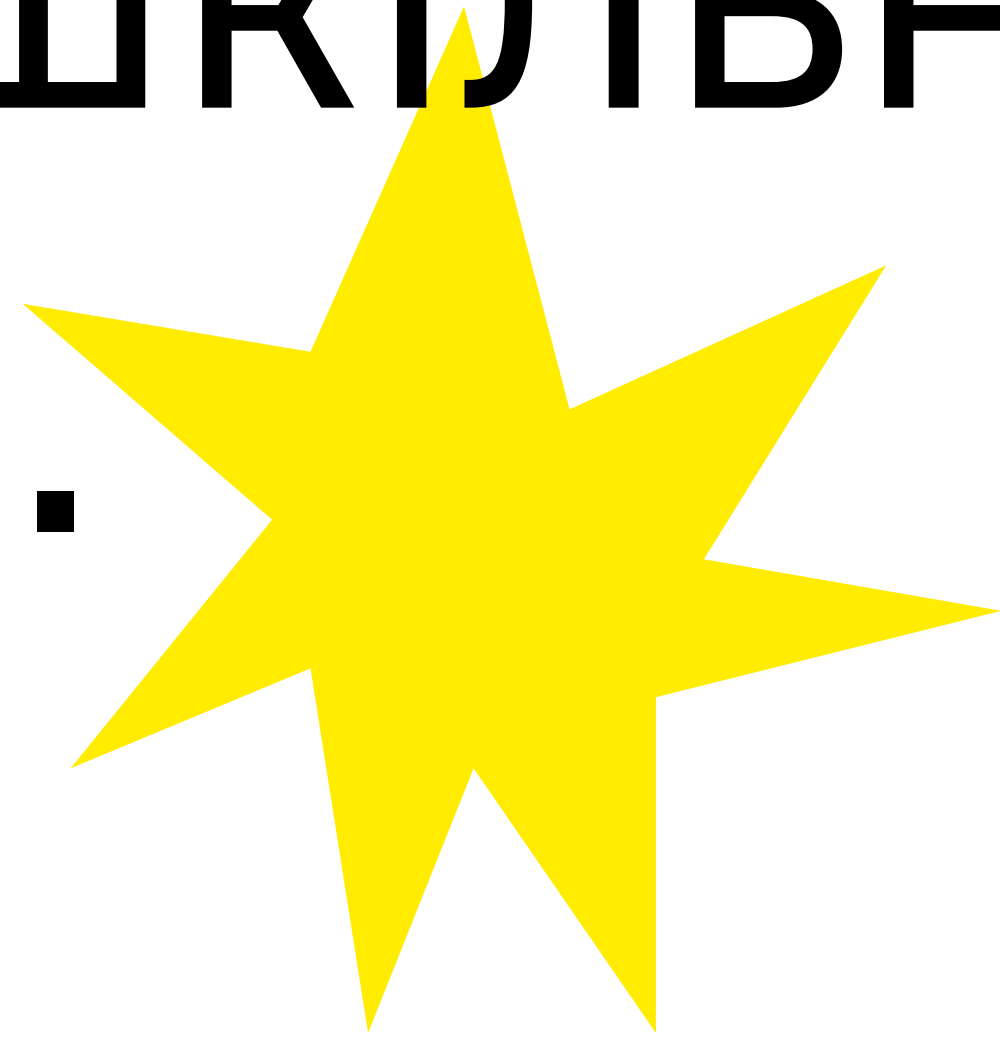


Авторка зошита:

Лутак Ірина  
Володимирівна

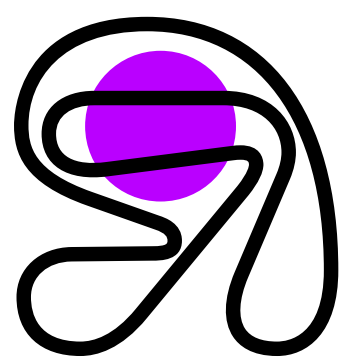
дитячий психолог,  
психолог – консультант  
методом транзакційного  
аналізу та монодрами

Зошит, котрий допомагає  
зробити шкільний старт  
успішним.



Сто вправ та ігор, що дають необхідні  
знання та вміння, щоб стати успішним  
учнем і з задоволенням ходити до школи.

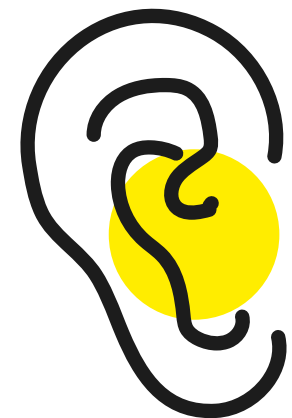
# Процеси та здібності, які допомагає розвивати цей зошит:



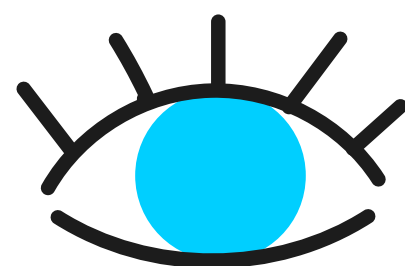
уява



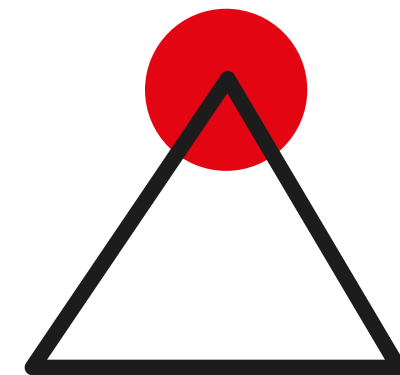
дрібна  
моторика



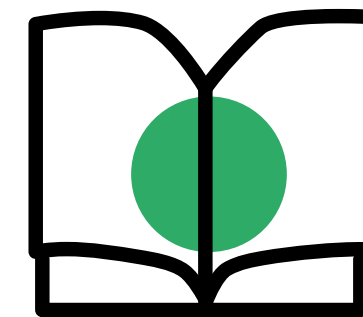
слухова  
пам'ять



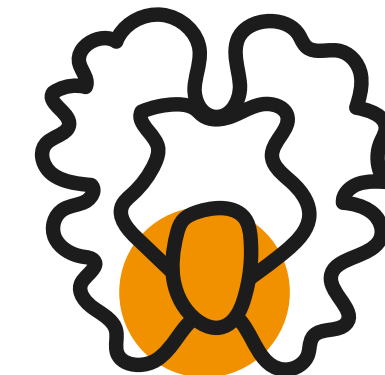
зорова  
пам'ять



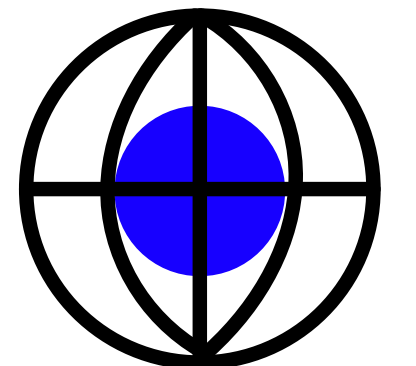
увага,  
довільність



мовлення



мислення



соціум



ПРО 100  
ДО ШКОЛИ



# ПРО 100 ДО ШКОЛИ

Цей яскравий навчальний зошит складено для розвитку та підготовки дітей до школи у цікавій ігровій формі. Це помічник для батьків, які хочуть звертатися до дитини, зацікавити її до виконання та радить батькам як саме проводити заняття, оцінювати результати. До того ж, виконання цих завдань передбачає взаємодію батьків з дітьми, що стане приємним та корисним спільно проведеним часом.

Дишлова Наталія Володимирівна  
кандидат психологічних наук

Підготовка дитини до школи — важливе, комплексне завдання. Цей зошит може стати справжнім помічником в його досягненні. Різноманітні, цікаві вправи допоможуть дитині покращити увагу та пам'ять, сприятимуть розвитку її мислення та уяви, мовлення та дрібної моторики. Зошит має діагностичний та розвивальний блоки, які сформовані з урахуванням вікових особливостей дітей і на основі успішного психолога (психологині?) стануть в пригоді дорослим, які зможуть зробити заняття ще кориснішими, яскраві ілюстрації до завдань привернуть увагу малечі, а слідування принципам «навчання через гру» і можливість самостійно обирати вправи допоможуть дитині спокійно та невимушено підготуватись до навчання у школі.

Шишко Надія  
психолог, T&D спеціаліст

Пам'ятаю, як ще малечю обожнювала різні збірки розвивальних завдань, ігор, загадок, у мене їх була купа величезна. І мені неможливо було від них відірватися. Час, який батьки проводили зі мною разом я згадую з теплотою і вдячністю, яка вирушила на пошук пригод. Нам було весело, захоплююче, разом ми були командою, яка вирушила на пошуки пригод. Коли батьки на сто відсотків присутні в моменті і залучені до спільної діяльності з дитиною, формуються міцний фундамент, який дуже сильно в майбутньому підтримує її, дає впевненості в собі та захоплює до дослідження світу та себе.

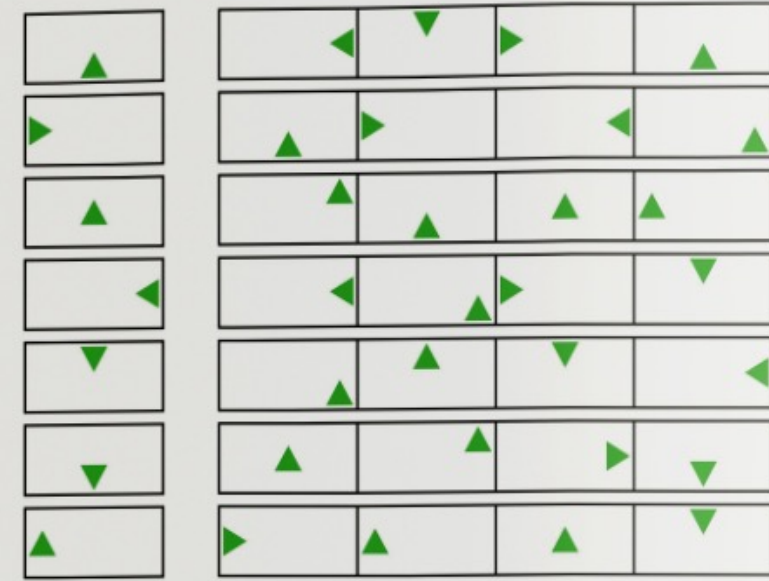
Тому вважаю, що цей зошит чудова інвестиція в розвиток вашої дитини.

Аліна  
та, яка намалювала картинку для цього зошиту



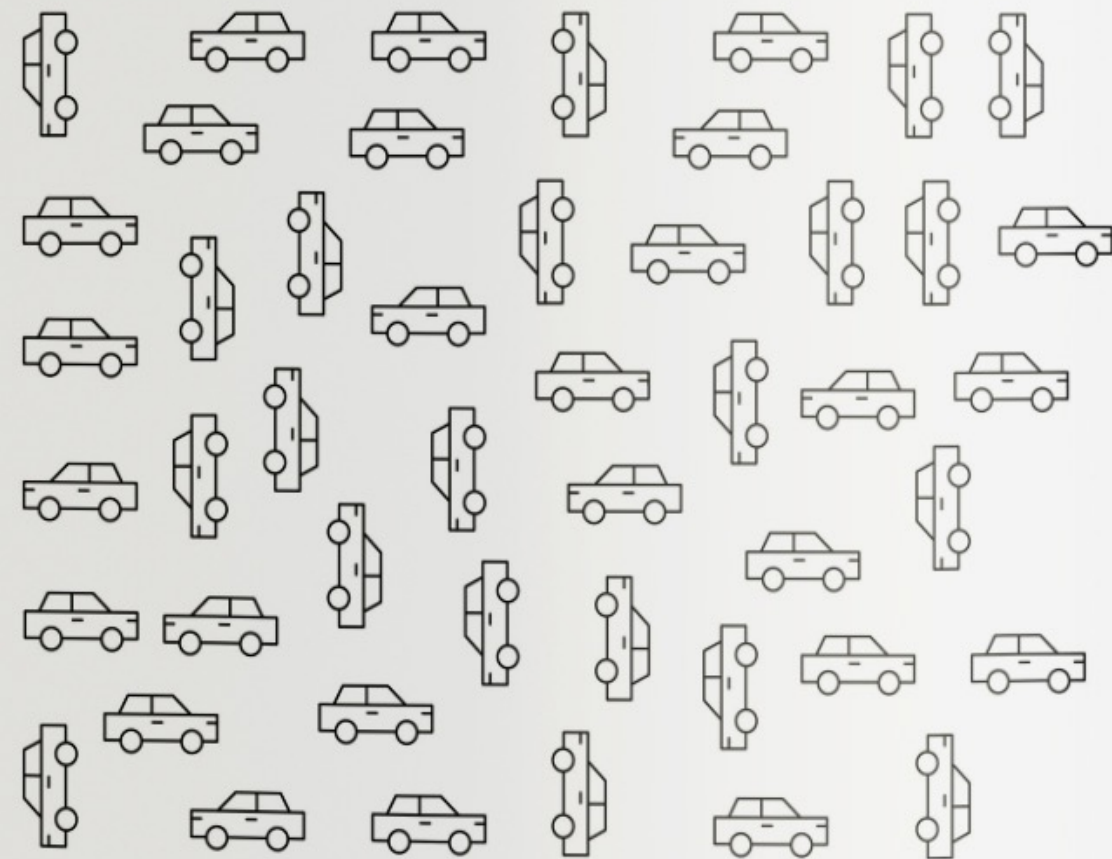
09

«Подивись уважно на перший малюнок в рядочку. Серед чотирьох наступних знайди точно такий. Скажи, де він заховався? Він точно є і тільки один»



10

«Поглянь, на цій дорозі їде багато машин: вліво їдуть машини помаранчевого кольору, вправо – рожеві, вгору – жовті, а вниз – зелені. Розфарбуй всі машини відповідним кольором» .



«Розглянь уважно картинку. Тут хтось щось наплутав. Розкажи, що саме тут переплутано? Поясни як вірно: що росте на пальмах? Хто живе під водою і т.д.»

11



### 03 «Десять слів»

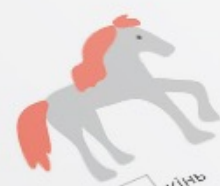
«Зараз я читатиму тобі слова. Постарайся запам'ятати їх». Прочитайте дитині наступні 10 слів:



стіл



зошит



кінь



яблуко



собака



брат



лампа



нотатка



вікно



бік

«А тепер повтори, будь ласка, ті слова, що ти запам'ятав(ла), у будь-якому порядку». Слова зачитуються чітко, без поспіху. «Зараз я знову назву ті самі слова, ти прослухаєш їх та повториш ті, що вже називав(ла) раніше, та ті, які запам'ятав(ла) зараз. Називати можеш в будь-якій черзі».

Кожне правильно відтворене слово помічайте рисочкою чи хрестиком в прямокутнику під ним. Повторювати слова можна до 5 разів. Іноді діти називають «заві» вигадані слова, тоді можна наголосити увагу на це і пояснити, що буде.

Добре, коли дитина може повторити 5-7 слів, якщо більше — в неї дуже хороша слухова пам'ять, мінше — слід привертати увагу завданням з позначкою «слухова пам'ять». Якщо дитині важко запам'ятати на слух, то варто показати їй схематичний образ слова і попросити відтворити слова за картинкою.

### «Впізнай фігури»

«Уважно подивись на ці картинки, їх усього 5 у рядку. Крайня ліворуч картинка — головна. А після неї заховалась ще одна, точна така, як і перша. Подивись уважно і знайди, де ховається така ж картинка. Вона точно є і тільки одна».



Перше завдання тренувальне. Не переходите до наступного рядка поки дитина не покаже вірно в першому, оскільки вона має зрозуміти принцип, за яким слід виконувати завдання. Час виконання — не більше 1,5 хв., навіть у тому випадку, якщо дитина за цей час не впоралась з усіма завданнями.

Без помилок за 45 - 50 с — хороший результат; 50 - 70 с — середній, більше часу означає, що слід звернути увагу на виконання завдань із оком.

## 10 «Філіпінський тест»

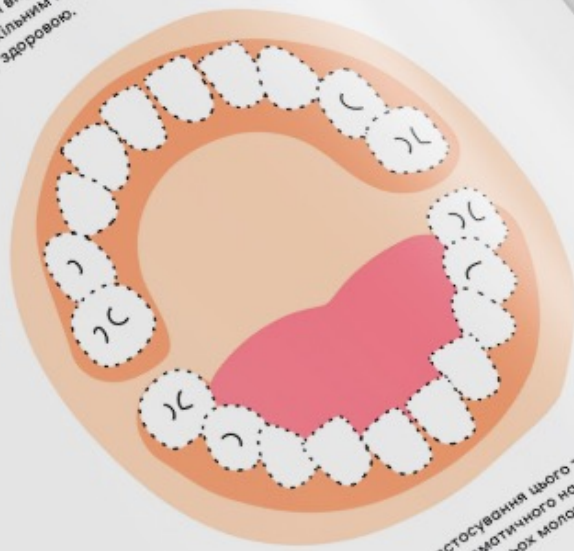
«Спробуй, будь ласка, дотягнутись правою рукою до лівого вуха через середню голову так, як це роблю я. Якщо в тебе не вийде, не засмучуйся, — це означає, що зовсім скоро ти підростеш і зможеш так робити. Твій ріст збільшиться і ти зможеш дістати, навіть більше, ніж до кінчика вуха!»



Це завдання можна робити регулярно, хоча цей тест не є дуже надійним. За допомогою нього в цікавій формі можна вказати, чим достатньо зріло дитина фізіологічно для того, щоб випробувати шкільне навчання: необхідність сидіти впродовж тривалого часу, писати, писати з шкільними приладами тощо, залишатися при цьому здоровим.

## 11 «Зубний вік»

«Наведи зуб, щоб отримати подарунок від Феї!»



Встановлено, що у більшості дітей зміна молочних зубів на постійні починається на кінець шостого — початок сьомого року життя. Якщо щодня вата клісти кіста зубів, які прорізалися або змінюються, і з'являються і з нормами, то можна оцінити так званий «зубний вік».

44

ТЕСТОВИЙ БЛОК

## «Тест руки»

«Поглянь, тут намальовані рукавички. Обведи їх по контуру і розфарбуй так, щоб кожен з пальчиків лівої і правої руки, що має таку ж назву став однаковим». «Зараз ми з тобою зробимо справжній фокус. Для цього тобі потрібно покласти праву руку долонею вниз на зошиті, розставити пальчики. Я заховаю від тебе руку листочком току, що ти не будеш її бачити, і буду торкатись твоїх пальців. А ти мені назви, котрого пальчика я торкаюсь».



Перед початком виконання завдання варто повторити назви пальців разів з дитиною. Якщо вона їх взагалі не знає, то потрібно проказати відкритої той пальчик, до якого торкаєшся, наприклад: «виглядай! Рука! Палець та мізинець, в шість років — великий палець, мізинець та вказівний».

Не повторюйте скільки дитина не змогла переторкатись і марити свій великий, середній та вказівний пальці. Це завдання до кінця головоломки».

# ПРО 100 ДО ШКОЛИ

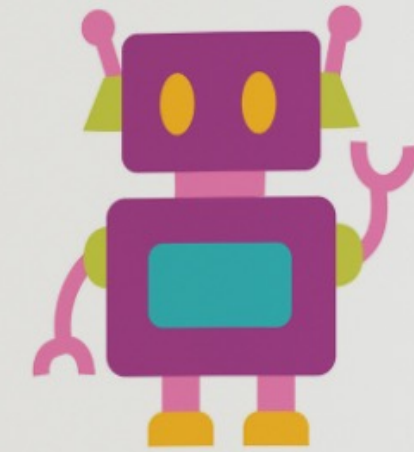


24

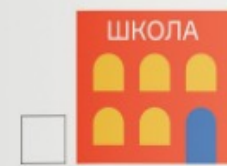
«Допоможи Роботу зібратись до школи. Постав у квадратики правильну послідовність цифр, щоб у нього вийшов вдалий шкільний день. Напишіть власний розпорядок дня «Я — першокласник!»



Поговоріть з дитиною про те як зміниться її розпорядок дня після вступу до школи. Намагайтесь дотримуватися його, це збереже час та настрій всім членам родини.



одягаюсь



навчаюсь



снідаю



прокидаюсь



роблю уроки



складаю рюкзак



вмиваюсь

25

Зараз я перелічу тобі слова, ти їх уважно слухаєш, а потім повториш у будь-якому порядку. Добре?



масло



день



парта



ручка



вазон



мед



банан



дід



чашка



ключ

«Зафарбуй всі вишеньки на кексах в червоний колір, морозиво закресли хрестиком, тортик розділи вертикальною лінією, в печиво постав плюс і рисочку в цукерку»

26



**«СЛОВНИК»**  
«Познайомся — це Фредді, він прийшов до нас із іншої країни і хоче вивчити українську мову. Поясни йому, будь ласка, що означають наступні слова:



**іНОСА!**

Літак  
молоток  
книжка  
плащ  
пір'я  
друг  
плігати

Мотоцикл  
штбка  
зошит  
черевик  
шкура  
ворог  
спотикатися  
збирати  
погладжувати  
шорсткий

Автомобіль  
віник  
блокот  
чаботи  
лука  
боягуз  
бігти  
за'язувати  
щипати  
калочий

Пароплав  
граблі  
посилка  
пальто  
волосся  
нероба  
іхати  
розрізати  
розкидати  
твердий

Автобус  
лопата  
альбом  
капелюх  
пух  
ябеда  
вертітися  
роз'язувати  
часати  
м'який

Велосипед  
щавль  
листя  
парасолька  
хутро  
герой  
качатися  
з'єднувати  
кусати  
гострий

**«Об'єднай слова з однієї книжечки в захопливу історію»**

Сприймайте завдання серйозно, не смійтеся з по-  
смією дитини, розкажіть про значення незнайомих їй  
слів. Дуже її мовою — виображення вашої. Щоб її роз-  
вивати слід багато розмовляти з дитиною, читати їй  
цікаві книжки.

**«Запам'ятай історію»**

«Тобі подобається слухати різні історії? От я зараз прочитаю маленьке  
оповідання, а ти спробуй добре його запам'ятати, щоб точно повторити. Слово  
в слово. Нічого не вилучати й не додавати. Згоден (на)?  
Були собі три гномики: Буркотун, Мовчун та Посміхайко. Буркотун нижчий за  
Мовчуна, Мовчун нижчий за Посміхайку. Повтори!»  
Якщо дитина не може повністю і без суттєвих перекичень відтворити ці три  
фрази, скажіть: «Нічого, не журись. Одразу це не виходить. Давай спробуємо  
ще раз. Слухай уважно. Були собі...»  
«А тепер подумай і скажи: який із гномиків найвищий? А найнижчий?»

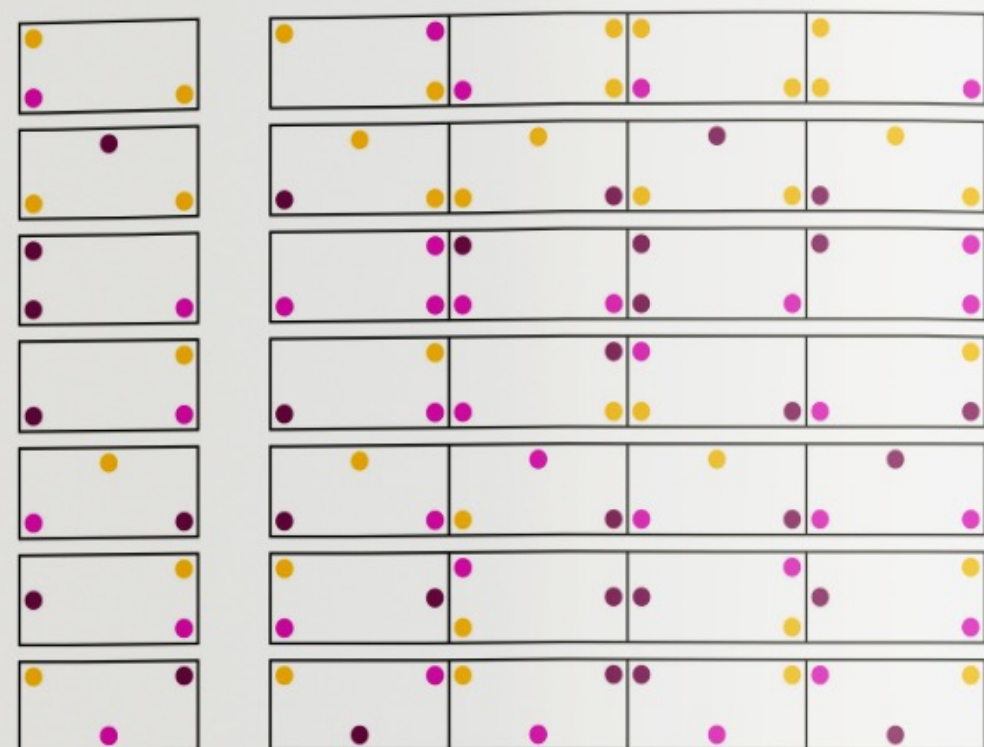


Повторювати слід доти, поки дитина не відтворить  
повністю вірну історію — без перекичень імен, пере-  
ставлення їх місцями, від початку і до кінця.  
Не підсадуйте, просто перечитуйте історію заново,  
майте терпіння і доброзичливо ставтеся до дитини,  
коли у неї виникають труднощі у відтворенні. У разі не-  
можливості відтворити на слух поділіться на гномиків,  
хто з кого вищий, так дитині буде простіше пригадати.

Характерний результат для дитини шести років — мак-  
симально 7 повторів, якщо знадобилося більше,  
варто звернути увагу на завдання з позначкою «слу-  
хова пам'ять».

21

«Подивись уважно на перший малюнок в рядочку. Серед чотирьох наступних знайди точно такий. Скажи, де він заховався? Він точно є і тільки один»

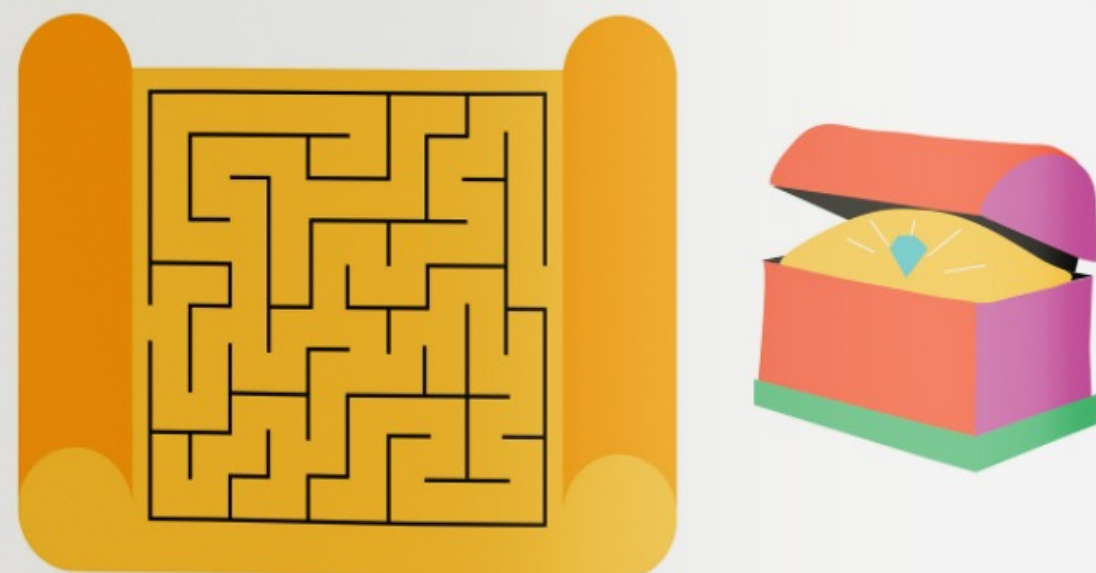


22

«Зараз ми будемо шукати з тобою скарб, він захований у цій кімнаті. Щоб його знайти, тобі потрібно уважно слухати мої підказки. Я буду казати, скільки кроків і в якому напрямку робити і так ти знайдеш місце, де він заховався. А після цього пройди лабіринт і дізнайся, де ховається скарб піратів».



Дитина також може вигадувати інструкції для вас. Важливо, щоб вона опанувала поняття вгору/вниз, вправо/вліво, над/під, за/перед.



«Подивись, тут намальовані хлопчики та дівчатка, вони відчувають різні емоції. Розглянь, які саме емоції вони відчувають. Як ти сьогодні почував себе? Поділись з дорослими тим, що викликало такі емоції. Звертайся до цієї сторінки щоразу, коли захочеш зрозуміти свої почуття»

23



здивування



відраза



страх



щастя



гнів



смуток



здивування



відраза



страх



щастя



гнів



смуток

Якщо ви хочете стати спонсором або партнером проекту, або у вас є пропозиції щодо співпраці, будь ласка, пишіть за адресою: [irunalutac@gmail.com](mailto:irunalutac@gmail.com)

Контакти:

+38 097 305 40 18

instagram: @irunalutak

facebook: Iruna Lutac

