





Čti co nejdéle!

Nyní se snaž být čtenářem, kterému nic neunikne. Jak dlouho to dokážeš?
Čti a zároveň se snaž si z textu co nejvíce i zapamatovat.

Obtížnost 1:
hlasité čtení

Obtížnost 2:
tiché čtení

Vyhodnocení:

Do grafu si zaznamenávej, po jak dlouhou dobu se ti dařilo udržet při čtení pozornost. Umísti balón na odpovídající místo. Zkus pojmenovat a zapsat, co ti pomáhalo udržet pozornost.

Poznámka:

Tuto aktivitu využíváme u dětí, které nemají se čtením jako takovým problémy. Při ověřování porozumění se nejprve zaměřujeme na podstatné údaje, poté i na detaily. Nejprve vybíráme texty s tématy, která jsou pro dané dítě přitažlivá, později zařazujeme i texty, které nejsou pro dítě příliš záživné. Výběr textů je tedy vždy potřeba si promyslet a připravit předem s ohledem na konkrétní dítě.



Pozoruj člověka!

Nyní bude tvým úkolem pozorovat člověka.
Dobře se dívej, sleduj ho co nejdéle a nespust' ho z očí.
Poté povídej dospělému o tom, co jsi viděl.

Obtížnost 1:
sleduj svého sourozence nebo jednoho z rodičů

Obtížnost 2:
sleduj svého sourozence nebo jednoho z rodičů tam, kde je více lidí

Vyhodnocení:

Zaznamenej si do grafu čas, po který se ti dařilo pozornost udržet, a umísti balón na odpovídající místo.

Pokus se také pojmenovat a zapsat, co ti pomáhalo udržet pozornost.



Pozoruj sám/sama sebe!

Už jsi někdy putoval/a ve svém vlastním těle? Zdá se ti to nemožné? Je pravdou, že to nebude opravdové putování, ale takové speciální putování s tvou vlastní myslí. Zavři si oči a postupně vnímej různé části svého těla. Můžeš začít u hlavy a postupovat směrem dolů až k ploskám nohou. Nebo začít okrajovými částmi a postupovat směrem do centra těla. To už záleží jen na tobě. Pokud se stane, že tě něco vyruší, řekni mi to. Vyzkoušet můžeš také těžší variantu, kdy se budeš co nejdéle soustředit jen na jednu část svého těla.

Obtížnost 1:
soustředění se na různé části těla podle volby dítěte

Obtížnost 2:
soustředění se na jednu vybranou část svého těla

Vyhodnocení:

Zapiš si dobu, po kterou se ti dařilo se soustředit, a umísti balón na odpovídající místo. Zkus také pojmenovat a zapsat, co ti pomáhalo udržet pozornost.



Čekej na signál!

Dospělý ti bude vyprávět příběh nebo číst text.
Tvým úkolem bude tlesknout pokaždé, když uslyšíš předem domluvené slovo.

Obtížnost 1:
správné reakce na 1 domluvené slovo

Obtížnost 2:
správné reakce na 2 domluvená slova

Vyhodnocení:

Zaznamenej si do grafu čas, po který se ti dařilo správně reagovat na domluvená slova, a umísti balón na odpovídající místo.

Zkus pojmenovat a zapsat, co ti pomáhalo udržet pozornost.

Poznámka:

Dospělý si předem připraví, co bude dítěti vyprávět nebo předčítat. Využít lze i poslech písničky, v jejímž textu se nějaké slovo opakuje. Náročnost můžeme měnit také volbou textu a frekvencí slov, na která dítě reaguje.