



Pro děti
od 2 do 6 let



Jak zabavit
děti různého věku



NECHTE TOHO!

Zásobník aktivit pro sourozence

Leona Št'ávořová



© PRESS

Nechte toho!

Vyšlo také v tištěné verzi

Objednat můžete na
www.cpress.cz
www.albatrosmedia.cz



Leona Šťávová
Nechte toho! – e-kniha
Copyright © Albatros Media a. s., 2020

Všechna práva vyhrazena.
Žádná část této publikace nesmí být rozšiřována
bez písemného souhlasu majitelů práv.



Obsah

Sourozenci	8
Reakce na miminko	8
Jak ze sourozence těžit	9
Společně nebo vedle sebe	10
Malý a velký škůdce	10
Nedělejte jim soudce	12
Co se vyplatí	12
Počkej, teď ne	13

Témata 14

Spolupráce	16
Efektivita	17
Pravidla hry	18
Bezpečí	18
Moje, tvoje, naše	19
Úhel pohledu	20
Zjednodušte si práci	20
Čas pro sebe	22
Jak pracovat s touto knihou	23

Aktivity 24

Otevři oči	24
Malý archeolog	26
Pěstujeme doma i venku	28
Opičí dráha	30
Házení na cíl	32
Trénujeme prsty	34

Labyrint z drátku	36
Vyzobaná slunečnice	38
Stavíme z klávesnice	40
Pečeme voskovky	42
Rozmotané klubko	44
Kelímek od jogurtu	46
Barevná víčka	48
Z krabičky od čaje	50
Ořezávání pastelek	52
Prostírání	54
Gumové bonbony	56
Uvnitř ořechů	58
Pískování	60
Jablečná razítka	62
Otisky prstů	64
Malování na celofán	66
Textilní omalovánka	68
Prátele z papíru	70
Šňůra na prádlo	72
Střihni si	74
Cestování autobusem	76
Domácí pexeso	78
Písmenkový ježek	80
Počítání na prstech	82
Krájení koláčů	84
Kopírování	86
Splněný úkol	88
Podle velikosti	90
Najdi rozdíl	92
Počasí jako téma	94
Časová posloupnost	96

Myšlenková mapa	98
Můj vesmír.....	100
Kouzelné brýle	102
Na hřišti	104
Hračky pro hračky.....	106
Vlastní nádraží.....	108
Sousedé	110
Akvárium.....	112
Vyrob si	114
Lucerny ze skleniček.....	116
Výroba prání.....	118
Boty na míru	120
Dalekohled z ruliček	122
V krabičce od sirek	124
Promítačka	126
Čištění zubů.....	128
Lovení pokladů.....	130
Cestovní divadlo.....	132
Demontáž.....	134
Ukazuj po mně	136
Zvukové krabičky	138
Dotykový chodníček (kobereček).....	140
Se zavřenýma očima	142

SOUROZENCI

**Někdy nejde
hrát si společně.**

**Někdy nejde
hrát si ani vedle sebe.**

**Někdy nejde
se na sebe ani podívat.**

BEZDŮVODNĚ.

Když slyší cizí zvuk,
jdou k sobě blíž.

Když je venku tma,
chytnou se za ruce.

AUTOMATICKY.

Někdy se dlouho objímají.

BEZE SLOV.

Prostě

SOUROZENCI.





Když se nám
narodilo

první dítě,

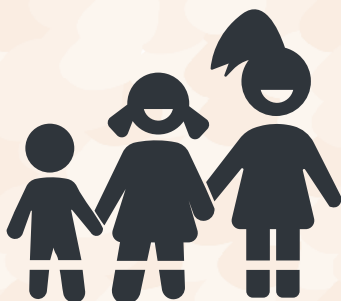
přišlo mi náročné
se o NĚJ postarat.



Když se nám
narodilo

druhé dítě,

přišlo mi náročné
se o NĚ postarat.



**Když se nám
narodilo**

třetí dítě,

**už jsem o tom
nepřemýšlela.**

Energii, sílu a lásku mají rodiče k dispozici jenom jednu. Podle počtu dětí ji rozdělí.

Péče o více dětí najednou, většinou o více dětí různého věku, nás přinutí neřešit malichernosti.

Čas je vlastně tráven efektivněji, protože v jeden okamžik svým výkonem dokážete upoutat pozornost více příjemců. Tak jako jdete na vycházku s jedním dítětem, stejně jste na vycházce fyzicky přítomni, i když na ni jdete se třemi dětmi. Neřešíte už, zda máte pro všechny převlečení, pití v oblíbené lahvi a širokou nabídku hraček dle aktuální nálady. Často prostě jen jdete a občas spočítáte hlavy.

V okamžiku, kdy už máte pocit, že vám to s ratolestí začalo klapat, že už jakž takž chápete, co chce a co ji baví, tak přesně v tom okamžiku vstoupí do hry další dítě. Finty, které doposud zaručeně fungovaly, se nedají aplikovat. Co baví jednoho, druhého ne. Ta neuvěřitelná schopnost sáhnout současně po stejné hračce. Najednou jsou na vás většinu dne děti v přesile. Jedno jde doleva, druhé doprava. Jedno je spokojené venku, druhé uvnitř.

A CO TEĎ?

Sourozenci

Téměř každý, kdo má sourozence, si dokáže vybavit z dětství nějakou situaci, kdy si připadal ukřivděný a znevýhodněný. Ten pocit, že druhému je nadržováno. Ať jste spolu bojovali v dětských letech více či méně, většinou si k sobě v dospělosti cestu najdete. Anebo jste schopni žít v jakémsi neutrálním vztahu. Každý na jedné straně bitevního pole, které už pomalu zarůstá trávou.

Sourozenecký vztah se nedá srovnávat se vztahem s přáteli či s partnerem. S nimi neprocházíte společně dětstvím. Nedá se srovnat ale ani se vztahem s rodiči, protože oni jsou navždy jiná generace. Máma s tátou jsou pár a vy se sourozenci tvoříte přirozeně další pár (skupinu při větším počtu sourozenců) v rodině.

Reakce na miminko

Jak to zvládáš? Asi nejčastější otázka po narození nového člena do rodiny. Jaké to je, tolik dětí? Stejně, akorát je vše umocněné. Více pláče, více křiku, více smíchu, více lásky. Co vás štválo dříve, vás štve i nadále. Akorát přibyl další element, který vás vyčerpává, štve, naplňuje, do kterého jste zamilovaná. Někdy se vše pokazí. Vybouchnete, zvýšíte hlas, vyhrožujete. Už na vás nekoukají jedny vyděšené oči, ale dvoje nebo troje. O to je důležitější je naučit se ovládnout. Vpisujete zážitky do několika nepopsaných desek najednou.

Po narození miminka může mít rodič tendenci přehnaně chválit staršího nebo upřednostňovat mladšího. Starší sourozenec si někdy začne hrát na miminko, začne šišlat nebo se vrátí do plen. Může mladšího člena rodiny ignorovat. Může ho i napadat. Často, hlavně holčičky, chtějí miminko nosit, mačkat, spát s ním v postýlce.



Pro rodiče je přírůstek do rodiny velká změna, stejně jako pro starší dítě. Matka se chce kochat miminkem, jeho prvními úsměvy, ale starší dítě sedí u rozprostřeného člověče, nezlob se, které samo nachystalo, a říká, maminko, můžeš si se mnou prosím zahrát? Do toho nejstarší říká pořád dokola, mami, můžeš mi prosím číst, mami, můžeš? Mami, ted' hned? Mami? Můžeš? Co dělat, když chcete být najednou na třech místech? Jak sloučit ty tři rozdílné části v jeden celek?

Mluvte s dětmi o negativních pocitech. Sdílejte je. Probírejte novou situaci. Hledejte společně řešení. Vyhledávejte se staršími čas jen pro vás. Neřešte mladší starší, kluk či holka, prostě hledejte činnost, která bude bavit všechny. Starší at' říká, co chce dělat, a vy to upravte tak, abyste to mohli dělat v aktuální sestavě v co nejméně změněné formě.

Starší dítě (děti) se s tím musí smířit, že už vás je víc. Jednodušší cesta neexistuje. Stejně jako se máma s tátou museli vyrovnat s tím, že už nejsou jen sami dva. I jim do vztahu vstoupil někdo další a museli pracovat na tom, aby vztah zůstal dále fungující. Museli se některých věcí vzdát.

Bavte se o změnách i o tom, co se nikdy nezmění. Maminka je moje i sourozenců. Maminka mě má ráda. I tatínek. Navždycky. Bez ohledu na počet sourozenců.

Jak ze sourozence těžit

Ukažte dětem, že sourozenec není soupeř. Upozornujte na situace, kdy je výhodné být dva. Sám to prkno nezvednu, ale když mi pomůže malý brácha, tak to zvedneme. Pokud budeme spolupracovat, dosáhneme cíle. Musíme vymyslet postup, musím ho mladšímu vysvětlit a společně to uděláme. I když vám společně vyjídají bonbony z kabelky, je to spolupráce.

Využijte toho, že mladší většinou napodobuje staršího. Starší zase chce poučovat. Dejte mu za úkol něco mladšího naučit, něco mu vysvětlit. Když něco baví staršího, mladšího to bude taky lákat.

Starší může být váš spojenec, pomocník, bude z toho mít radost. Vysvětlují dceři, že nemůže jíst na gauči, a pak slyším, jak to ona vysvětluje sestře. Jindy zase, když jim kvůli něčemu vynadám, řekne, pojd', jdeme, a obě odejdou. Jsou spolu proti mně. Spolupracují.

Udělejte z nich spojence, hledejte činnosti, které jsou schopni dělat společně. Soutěžte v něčem vy proti nim, aby byli nuceni spolupracovat, být jeden tým.

Občas můžete využít přirozené soutěživosti. Nemusí to být jen vyhrocená honba za výhrou. Kdo dřív usne, kdo bude první oblečený. Pokud chci být první, musím pro to něco udělat. Některé děti nemají soutěživého ducha a je to v pořádku. Soutěžení je může naprosto děsit. Nenut'te je tedy do toho.



Ten okamžik, když si spolu poprvé k něčemu sednou, nebo když slyšíte, jak se spolu baví a posloucháte jejich rozhovor, ten je k nezaplacení. Už navždycky budou mít jeden druhého. Jaký bude jejich vztah, záleží samozřejmě hlavně na nich. Ale jejich první společné zážitky můžete ovlivnit.

Společně nebo vedle sebe

Někdy at' děláte, co děláte, tak jim to společně prostě nejde. Není na to den. Jindy se zase nedaří spolupracovat při jedné konkrétní činnosti. Například při skládání puzzle. Starší to miluje a soustředí se, mladší mu odnáší dílky. Trvá to klidně několik týdnů. Předcházejte těmto patovým situacím. Skládejte puzzle tam, kde mladší není. Nebo když tam není. Nebo prostě na nějakou dobu najděte jinou oblíbenou činnost. Anebo dejte mladšímu puzzle pro nejmenší o dvou dílcích, třeba se taky zabaví.

Někdy nejde spolupracovat, ale jde hrát si vedle sebe. Někdy nejde prostě nic. Tak jděte ven.

Malý a velký škůdce

Spory mezi sourozenci většinou vyvolává jeden „škůdce“. Může být mladší i starší. Zaručeně platí pravidlo, že vždycky musí někdo prudit. Když jsou dva v pohodě, třetí ne. A klidně můžete být tím třetím i vy. Pokud nejste klidní vy, nebudou ani vaše děti.

Někdy štve **malý škůdce** i vás. Jste se starším sourozencem nadšení hráči deskových her. Donesete si domů novou krabici a prostě nemůžete hrát, protože malý škůdce neustále odnáší kostku a další figurky. Když mu v tom zabráníte, tak se vzteká a křičí. Starší se s ním dohaduje, rozzuří se, bouchne ho.

Hledejte kompromis. A předcházejte těmto situacím. Začněte s nějakou hrou, kterou bude schopen hrát i mladší sourozenec. Dejte staršímu za úkol naučit ho pravidla. Vysvětlete mu, že když začnete hrát ve třech, bude to větší zábava. Ukažte mu cestu, kterou je třeba projít, než se mladší připojí. Když jste spolu se starším sami, nechte ho, ať vybere, co budete dělat.

Typická situace. Starší je hodný a hraje si. Vydržel by to lego skládat klidně ještě hodinu. Mladší dítě přijde a rozbíjí mu to. Nebo naopak. **Mladší si hraje a starší mu to narušuje.** Hádky, křik, pláč. Oba upoutejte k nějaké naprosto jiné činnosti. Utíkejte k oknu a vyhlasejte soutěž, kdo první uvidí ptáčka, červené auto, letadlo.

Samotné vás štve, že jste začali měnit výchovné metody. S více dětmi zažíváte situace, kdy prostě potřebujete některé malé členy rodiny na chvíli někde upoutat. Najednou na chvíli pustíte televizi, najednou dovolíte kousek čokolády. Ale nechcete. Vždycky, když to uděláte, přemýšlejte o tom, zda by to nešlo jinak. Najděte nějakou jinou činnost, která dítě na chvíli přilepí. Někou vzácnou, výjimečnou. Dovolte dceři prohlížet si vaše náušnice. Dovolte synovi šroubovat s tátovým šroubovákem. Něco nového, vzácného. Lepšího než televize a čokoláda.





Pokud už televizi či čokoládu (nebo cokoli jiného, co vás štví) dovolíte, pracujte s tím i nadále. Po vypnutí dávejte dítěti otázky, o čem to bylo. Rozpusťte si čokoládu v rendlíku a použijte ji v nějakém receptu.

Nedělejte jim soudce

Pokud to jde, tak do sourozeneckých sporů nevstupujte. Nesoudcujte. Ať si to vyřeší sami. Stejně nevíte, jak to bylo, co čemu předcházelo, kdo je v právu. Nechte je, dokud nejde o zdraví či se neničí zbytečně nějaké věci, ať si to vyřeší sami.

Vžívejte se do nich, snažte se nenadržovat. Neužívejte: „Emičko, co to zase děláte. Podívej, mladší Tonička už to umí, a ty ještě ne. Jsi starší, tak máš mít rozum.“ Spousta dospělých na tyhle věty vzpomíná. A dodneška je považuje za nespravedlivé.

Vždycky mi vadilo, když byl někdo nepříjemný na moje dítě. Ted' najednou vidím, jak ono je nepříjemné na mladšího. Jak dokáže být zlé a zákeřné. Ale co nevidět je stejně zlý mladší na staršího, umí si to spravedlivě oplatit.

Co se vyplatí

Bez ohledu na počet dětí se vyplatí mít v zásobě vždycky několik příběhů na témata, která zrovna vaše děti zajímají. Nemusíte být přímo pohádkový jukebox, ale několik příběhů byste měli umět vyspat z rukávu. Klidně jen s vypravováním začněte a starší může doplňovat věty, mladší slova či zvuky. Příběhem rychle upoutáte pozornost a nic k tomu nepotřebujete. Pokud u toho vyprávění začnete i kreslit, odzbrojíte je zaručeně. Rozhodně nechci slyšet, že někdo neumí kreslit. Několik jednoduchých obrázků si najdete na internetu a nacvičte si jejich kresbu. Stačí se párkrát podívat na video a zvládne to každý.

Hrajte si na uklizení či domácí práce. Chce to trochu tréninku, ale časem docílíte toho, že si děti cvičenou dovednost osvoji natolik, že vám skutečně jedna domácí práce ubyde.

Velmi praktické je nechat děti pracovat na tácech – skládat lego, puzzle... každý na svém. V případě sporu je jednoduše dostanete od sebe i s danou hrou a nemusíte pak oplakávat výtvoř.

Dělejte věci s nadšením a uvidíte, že zbytek party už se nechá strhnout.

Počkej, teď ne

S rostoucím počtem dětí roste většinou úměrně pocit, že na vás nepřetržitě někdo mluví a někdo se vám plete pod nohy. Většinou to není jenom pocit. Je třeba, aby děti pochopily, že je jistá hierarchie potřeb, která se postupně uspokojuje. Protože v rozložení dva, tři nebo více dětí a jedna matka, celý den spolu sami, jsou dítka jaksi ve výhodě. Pokud na zvonění sušičky, která hrdě hlásí, že má usušeno, reagujete slovy, počkej, já přijdu, mám jen jedny ruce, je to jasné znamení, že už je toho na vás moc.

Pokud je v domácnosti miminko, které je třeba kojít, vysvětlíte dětem, že to nejde odložit, protože jinak bude hlasitě plakat a mít hlad.

V případě, že miminko je nakojené a nepláče, musí nejstarší dítě počkat, pokud prostřední dítě zrovna vstává z nočníku a plný jej zvedá a jde s ním ke světlému gauči a přesně v úrovni jeho kotníků je natažená šňůra od notebooku. A vy rozhodně nechcete, aby se stalo to, co zrovna hrozí. V takovém případě vám opravdu nezbude než říct tomu nejstaršímu *počkej*. I kdyby vám zrovna hrozně chtěl ukázat sýkorku parukářku, která právě přilétla na krmítko za oknem a kterou jste ještě nikdy neviděli a neustále se o ní bavíte. Alespoň tak je to u nás doma. Snažím se *počkej* říkat co nejméně. Ale jsou situace, kdy ho prostě říct musím.



Témata

