

BARBARA
KRÁLIKOVÁ

DÁVID
KRÁLIK

ILUSTROVALA
EMÍLIA JESENSKÁ



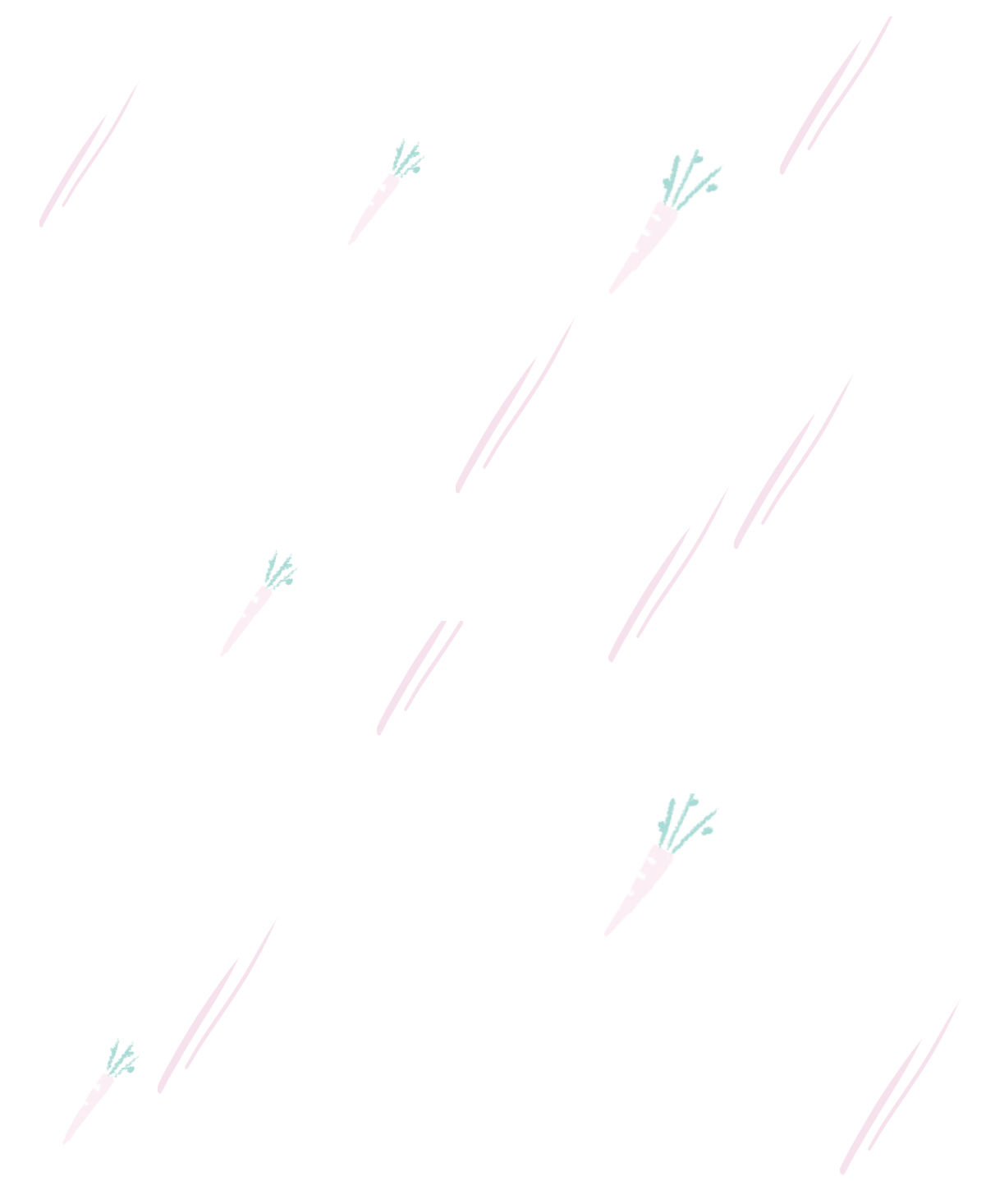
ŠIBALSTVÁ KRÁLIČKA Dávida

NA DOBRÉ RÁNO
A DOBRÚ NOC


PERFEKT

ŠIBALSTVÁ KRÁLIČKA Dávida

Túto knižku venujeme s láskou našim rodičom,
vďaka ktorým ešte aj dnes veríme na rozprávky.



BARBARA
KRÁLIKOVÁ

DÁVID
KRÁLIK

ILUSTROVALA
EMÍLIA JESENSKÁ

ŠIBALSTVÁ
KRÁLIČKA
Dávida

Práve ste sa začítali do knižky, ktorá má svojím obsahom pridanú hodnotu pre rodiča aj dieťa. Príbehy napísané s citom a pochopením detského sveta prepojené s prvkami účinnej relaxácie sú prínosom do života rodiny (a doteraz na našom trhu chýbali). Na základe skúseností práce s deťmi vidím, aké užitočné je venovať sa tejto téme už od predškolského veku.

V knižke si prečítate dobrodružné príbehy veselého králička, ktorý vidí svet farebný a láskavý, tak ako ho vidia oči vašich detí. Radostné naladenie, nadšenie z prežívania jednoduchých situácií sú pre malého čitateľa fascinujúcim dobrodružstvom, prostredníctvom ktorého sa jeho prirodzeného vnútorného sveta dotýkajú silné hodnoty ako priateľstvo, vzájomná podpora, úcta, pomoc, láska.

Obsah knižky kopíruje potreby vývinového obdobia detí vo veku 4 až 8 rokov. Je to obdobie objavovania, keď majú deti rozvinutý dar predstavivosti a narastá u nich dôvera a nádej. Cez vlastné prežívanie si upevňujú v živote dôležitý pocit bezpečia prostredníctvom vnútorného zdroja pokoja, ktorý majú možnosť zažiť práve pri počúvaní týchto príbehov. Rodič tak dostáva možnosť podporiť svoje dieťa v jeho prirodzenosti.

Posolstvom tejto knižky je aj poznanie, že každý deň je krásnou príležitosťou zažiť niečo nové, niečo objaviť, spoznať seba alebo niekoho druhého, pomôcť alebo dostať pomoc. Vedieť prijať, že každý spraví občas chybu, ale máme príležitosť dať sebe alebo druhému dar odpustenia.

V týchto hravých, pre deti veľmi zrozumiteľných príhodách dieťa dostáva príležitosť rozvinúť fantáziu a svoje bohaté predstavy, pričom na záver sa otvorí priestor na nastolenie pokoja, tak potrebného v našom živote.

Všetkým čítajúcim aj počúvajúcim želám krásny spoločný zážitok...

Mgr. Radka Příkaská
Detská (školská) psychologička

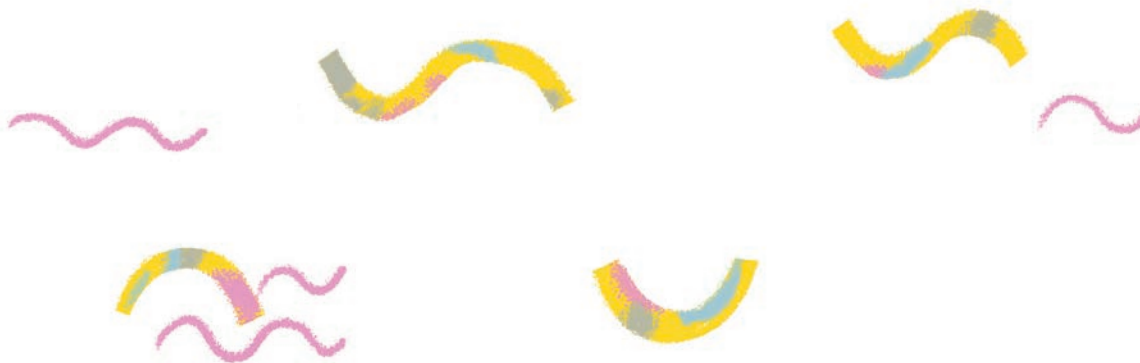


NESMELÝ ÚVOD PRE SMELÝCH RODIČOV

Ahoj rodičia,
veeeeeeľmi sa tešíme, že vás zaujal náš kráľíček Dávid. Je to knižka písaná s láskou a úsmevom, tak veríme, že prinesie trochu lásky a smiechu i vám. Teraz trošku prakticky. Táto knižka sa dá použiť na viacero spôsobov, ako keď uvaríte cestoviny. Tie si môžete dať samotné alebo so syrom a ak ste gurmán ako Dávid, tak pridáte navrch ešte aj kečup. No a presne tak isto je to aj s touto knižkou. Obsahuje dvanásť rozprávok na dobré ráno a dvanásť na dobrú noc. Príbehy tiež obsahujú prílohu, v ktorej nájdete ku každej rozprávke na dobré ráno jedno cvičenie jogy a jedno cvičenie na **artikulačnú motoriku**. Všetky rozprávky na dobrú noc zase obsahujú **upokojujúce (relaxačné) formulky**, ktoré rodič môže, ale nemusí prečítať. Takže, kto chce, môže so svojimi krpami prečítať len samotné rozprávky bez príloh. Kto túži po spestrení, má možnosť, po každej rozprávke na dobré ráno zacvičiť si s dieťaťom jedno jogové cvičenie z prílohy.

Jogové cvičenia je vhodné cvičiť spoločne s dieťaťom na podložke na cvičenie. Prostredie by malo byť pokojné, mali by sa (pokiaľ možno) eliminovať všetky rušivé zvuky a vzruchy, aby sa deti dokázali čo najviac sústrediť na cvičenie. Oblečenie pri cvičení by malo byť príjemné, také, aby nás neomíňalo. Nohy by mali byť pri cvičení bosé.

**CVIČENIA NA ARTIKULÁCIU SÚ VEĽMI JEDNODUCHÉ,
ODPORÚČAME ICH CVIČIŤ SPOLOČNE S DIEŤAŤOM,
NEMÁ ISŤ O ÚLOHU, KTORÚ MÁ DIEŤA PLNIŤ, ALE O SPOLOČNÚ
AKTIVITU. CVIČENIA JE DOBRÉ REALIZOVAŤ V SEDE
ALEBO STOJI, TAKTIEŽ PRI RANNEJ HYGIENE PRED
ZRKADLOM ALEBO AJ PRI CVIKOCH JOGY.**



PRI RELAXAČNÝCH FORMULKÁCH, KTORÉ SÚ UVEDENÉ
PRI ROZPRÁVKACH NA DOBRÚ NOC, SME VYCHÁDZALI
ZO ZÁKLADOV AUTOGÉNNEHO TRÉNINGU, KTORÝ NA
SLOVENSKU ROZPRACOVAL DOC. MUDR. JOZEF HAŠTO.
NEJDE PRI NICH O AUTOGÉNNY TRÉNING V PRAVOM ZMYSLE
SLOVA, ALE O POSTUP, PRI KTOROM SA PODĽA HAŠTA (2014)
U DETÍ AKTIVUJE IMAGINÁCIA S PRÍSLUŠNÝMI ŽIADUCIMI
OVPLYVNENIAMÍ PSYCHIKY A CELÉHO ORGANIZMU
(HETEROSUGESTÍVNY PRINCÍP).

Formulky odporúčame čítať deťom v uvoľnenej a príjemnej atmosfére. Deti pri nej môžu sedieť aj ležať. Hlas rodiča by mal pri ich čítaní byť mierne pokojný, vyrovnaný, tempo reči by malo byť pomalšie. Postupne sa formulky predlžujú. Predpokladáme, že deti neskôr zvládnu aj dlhšie formulky.

Toľko od nás, prajeme vám príJEMNÉ čítanie/cítanie
spolu s vašimi úžasnými a jedinečnými detiskami.

Autori



Nesmelý úvod pre smelé deti a detičky *alebo* ako králiček Dávid k lietadlu prišiel



Bol raz jeden králiček a volal sa Dávid. A tento králiček Dávid veeeeeeľmi túžil cestovať po svete. Lenže vždy, keď sa vybral na cestu, rozboleli ho po chvíľke všetky štyri labky a nevládal ísť ďalej. „Už to mám,“ zvolal jedného dňa. „Vyroším si lietadlo,“ zašomral, a ako zašomral, tak aj urobil. Lenže, vyrobiť také lietadlo, to ti je neuveriteľná fuška. „Kde vziať krídla a kde vrtuľu,“ hútal náš králiček. Ako hútal, tak hútal, no nevedel nič vyhútať. Nechceš mu pomôcť zmeniť to?

(DIEŤA VYSTRIHNE LIETADLO.)

Fíha, ty si ale šikovniček. Taký kamarát by sa nášmu zajkovi na cestách iste zišiel. Pozri, v lietadle je ešte jedno miesto voľné, tak šup-šup, nastupovaaaaaaaaaaaaaaaaaaať!

(DIEŤA SA DOKRESLÍ DO VOĽNÉHO OKIENKA, ALEBO NALEPÍ SVOJU FOTKU. LIETADLO MOŽNO ĎALEJ POUŽÍVAŤ AKO ZÁLOŽKU.)



