

Denník motorických zručností

Tento denník pomáha sledovať, aké aktivity dieťa vykonávalo a aké pokroky dosiahlo v rozvoji jemnej a hrubej motoriky.

Môžeš ho vyplňať každý deň alebo týždenne a zistiť ako sa jeho zručnosti zlepšujú.

Meno dieťaťa:

Dátum začatia

Dátum ukončenia

Denný / Týždenný zápis:

Dátum:

1. Hrubá motorika:

Aké aktivity sme robili?

(napr. skákanie, šplhanie, hádzanie lopty...)

Pozorované pokroky:

- ☐ zlepšenie rovnováhy
- ☐ lepšia koordinácia
- ☐ rýchlejšie reakcie
- ☐ väčšia istota
- ☐ dlhšia výdrž
- ☐ presnejšie prevedenie

- ☐ lepší kontrolovaný pohyb
- ☐ väčšia sila
- ☐ lepšia stabilita
- ☐ plynulejší pohyb
- ☐
- ☐

Čo by sme mohli zlepšiť?

2. Jemná motorika:

Aké aktivity sme robili?

(napr. skákanie, šplhanie, hádzanie lopty...)

Pozorované pokroky:

- ☐ presnejšie uchopenie
- ☐ vedomá kontrola uchopenia
- ☐ zrýchlenie
- ☐ jemnejšia manipulácia
- ☐ docielenie stability
- ☐ plynulejší pohyb

- ☐ lepšia kontrola prstov
- ☐ väčšia trpezlivosť
- ☐ lepšia sústredenosť
- ☐ kvalitnejší výsledok
- ☐
- ☐

Čo by sme mohli zlepšiť?

3. Sebahodnotenie dieťaťa:

😊 – Veľmi ma to bavilo

😐 – Mohlo to byť lepšie

😞 – Dnes sa mi nechcelo

Mesačný prehľad

Každý mesiac si môžeš zhodnotiť, ako sa dieťa zlepšilo

Meno dieťaťa:

Mesiac:

Počet checklistov:

Počet vykonaných aktivít – HRUBÁ motorika:

Počet vykonaných aktivít – JEMNÁ motorika:

Najväčší pokrok:

Oblúbená aktivita:

Ďalší cieľ:

Tip: Pravidelné sledovanie zlepšení podporuje deti v sebavedomí a motivuje ich k ďalšiemu cvičeniu. Pridaj úsmevné fotky alebo kresby, ktoré zvečnia tieto momenty!