LISTA UMIEJĘTNOŚCI (1/2)

Gotowość szkolna – lista i zabawy

5–7 lat

Lista pomaga zobaczyć, co dziecko już umie, a co warto poćwiczyć w zabawie. **To nie jest test ani diagnoza** – dzieci rozwijają się w różnym tempie, a wiele z tych umiejętności dojrzewa dopiero w pierwszej klasie. Zaznacz to, co widzisz na co dzień.

	Potrafi	Ćwiczymy
🧥 **Samodzielność**		
Sam ubiera się i zapina kurtkę (zamek, guziki)	☐	☐
Sam korzysta z toalety i myje ręce	☐	☐
Pakuje i rozpakowuje plecak, pilnuje swoich rzeczy	☐	☐
Je samodzielnie, otwiera śniadaniówkę i butelkę	☐	☐
Prosi o pomoc, gdy czegoś nie umie	☐	☐
🗣️ **Mowa i słuchanie**		
Opowiada, co się wydarzyło, w kilku zdaniach	☐	☐
Słucha krótkiej bajki i odpowiada na pytania	☐	☐
Wykonuje polecenie z 2–3 kroków	☐	☐
Dzieli słowa na sylaby (wyklaskuje)	☐	☐
Słyszy pierwszą głoskę w słowie (kot – k)	☐	☐
🔢 **Myślenie i liczenie**		
Liczy przedmioty do 10 i pokazuje, gdzie jest więcej	☐	☐
Rozpoznaje cyfry od 0 do 9	☐	☐
Zna podstawowe kolory i kształty	☐	☐
Układa obrazki w kolejności (historyjka)	☐	☐
Kontynuuje prosty wzór (czerwony – niebieski – …)	☐	☐

LISTA UMIEJĘTNOŚCI (2/2) I ZABAWY

Gotowość szkolna – lista i zabawy

5–7 lat

	Potrafi	Ćwiczymy
✏️ **Ręka i ołówek**		
Trzyma kredkę trzema palcami	☐	☐
Rysuje postać człowieka z głową, tułowiem, rękami i nogami	☐	☐
Kopiuje proste kształty: koło, krzyżyk, kwadrat, trójkąt	☐	☐
Koloruje, nie wychodząc daleko poza linię	☐	☐
Wycina nożyczkami po prostej linii	☐	☐
💛 **Emocje i kontakty**		
Rozstaje się z rodzicem bez długiego płaczu	☐	☐
Czeka na swoją kolej w grze	☐	☐
Potrafi powiedzieć, co czuje („jestem zły", „boję się")	☐	☐
Kończy zadanie, które zaczęło (ok. 10–15 minut)	☐	☐
Bawi się z innymi dziećmi i dzieli się zabawkami	☐	☐

4 tygodnie zabaw – po 10 minut dziennie

Tydzień 1 – Ręka i ołówek

- Lepienie z plasteliny kulek i wałeczków
- Nawlekanie makaronu na sznurek
- Szlaczki po śladzie palcem, potem kredką
- Wycinanie pasków z kolorowych gazet
- Rysowanie po kropkach

Tydzień 2 – Słuchanie i mowa

- Wyklaskiwanie imion i nazw zabawek
- „Co słyszysz na początku?" – zabawa w głoski
- Opowiadanie bajki od końca
- Zagadki „Co to jest?" z opisem
- Wymyślanie rymów: kot – płot

Tydzień 3 – Liczenie

- Liczenie schodów, guzików, łyżek
- Gra w chińczyka lub inną grę z kostką
- Sklep z zabawkami i monetami
- Układanie klocków od najmniejszego
- „Czego jest więcej?" przy obiedzie

Tydzień 4 – Samodzielność

- Pakowanie plecaka według listy
- Ubieranie się na czas z klepsydrą
- Nakrywanie do stołu
- Ćwiczenie drogi do szkoły
- Zabawa w szkołę: dzwonek i przerwa

MÓJ PORANEK I MÓJ PLECAK

Gotowość szkolna – lista i zabawy

5–7 lat

Imię i nazwisko: _____ Data: _____

Każdego ranka zaznacz, co już zrobiłeś. Narysuj kreskę, buźkę albo przyklej naklejkę.

Mój poranek	Pn	Wt	Śr	Cz	Pt
 Wstaję					
 Myję zęby					
 Ubieram się					
 Jem śniadanie					
 Biorę plecak					
 Zakładam buty					

Co mam w plecaku?

-  książki ☐
-  zeszyty ☐
-  piórnik z ołówkiem ☐
-  kredki ☐
-  nożyczki ☐
-  drugie śniadanie ☐
-  woda do picia ☐
-  obuwie na zmianę ☐

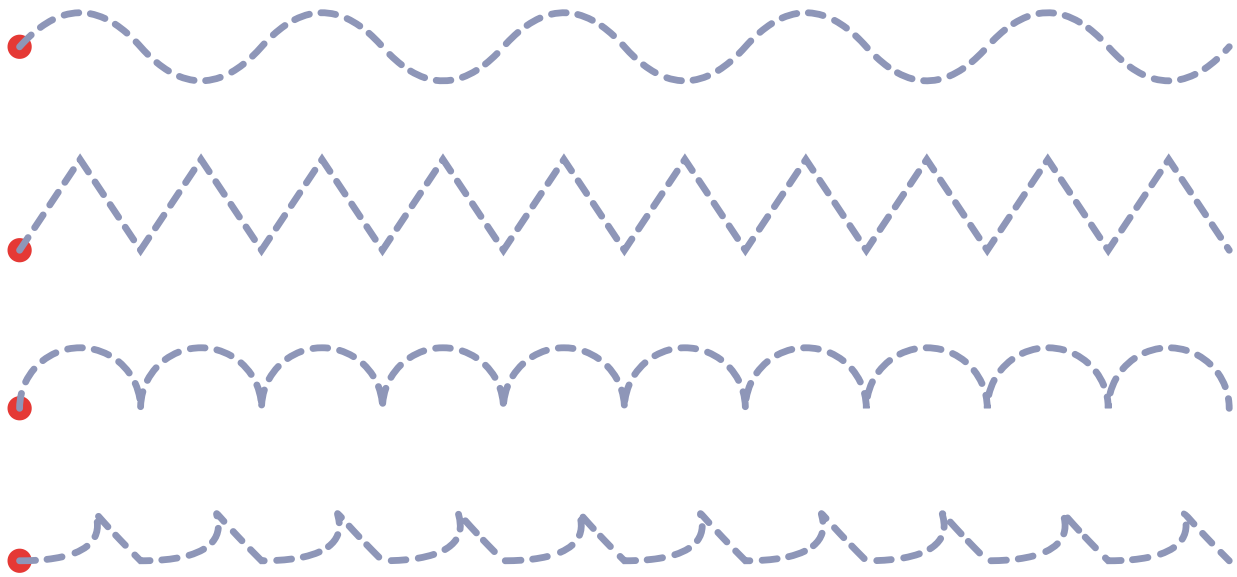
Obrazki: Twemoji © Twitter, Inc. i współtwórcy, licencja CC BY 4.0 (creativecommons.org/licenses/by/4.0). Karty: glowkowniadruk.pl – do użytku domowego i szkolnego.

Gotowość szkolna – lista i zabawy

5–7 lat

Imię i nazwisko: _____ Data: _____

1 Poprowadź kredkę po śladzie. Zacznij od czerwonej kropki.



2 Policz i wpisz liczbę w okienko.









3 Narysuj siebie w szkole. Kto jest obok ciebie?

DLA DOROSŁEGO: JAK WSPIERAĆ

Gotowość szkolna – lista i zabawy

5–7 lat

Rozmawiaj o szkole ciepło

Opowiadaj o swojej szkole, czytajcie książeczki o pierwszym dniu. Unikaj straszenia: „W szkole cię nauczą".

Ćwicz samodzielność, nie tylko litery

Zapinanie kurtki, pakowanie plecaka i proszenie o pomoc są w pierwszych tygodniach ważniejsze niż czytanie.

Stały rytm dnia

Na 2–3 tygodnie przed szkołą przesuwaj porę snu i pobudki do szkolnej. Wyspane dziecko łatwiej się adaptuje.

Krótkie zadania przy stole

10–15 minut skupienia przy rysowaniu albo układance to dobra próba „lekcji". Chwal za skończenie zadania.

Gdy coś cię niepokoi

Zapytaj nauczyciela przedszkola – zna dziecko w grupie. W razie wątpliwości można skorzystać z bezpłatnej konsultacji w poradni psychologiczno-pedagogicznej.

Klucz do strony 4

Zadanie 2: jabłka – 3, gwiazdki – 5, samochody – 2, balony – 4.

Więcej ćwiczeń dla 5–6-latków: glowkowniadruk.pl/przedszkole (szlaczki, liczenie, wzory) i glowkowniadruk.pl/codziennie/przedszkole – jedno krótkie zadanie na każdy dzień.