

# Obsah

- I. ŠKOLNÍ ZRALOST – CO TO JE  
A JAK A KDE K TOMU PŘIJÍT 9  
„Když nevím, tak se zeptám!“ 14
- II. O CO TĚ ŠKOLE TEDY VLASTNĚ JDE?! 19
- Problémy s imunitou 21
- Krátká kapitola o dlouhých končetinách 25
- Dlouhá kapitola o krátkém soustředění 27  
Od rošťáren k rošťáctví a co proti tomu 30  
Děti s LMD a škola 38  
Devatero vybraných zásad pro rodiče 48  
Cvičení pro rodiče 59  
Patero zásad pro děti s LMD 60
- Jednoduché relaxační cvičení pro předškoláky,  
školáky i jejich ustarané rodiče 62
- Jak učit předškolní děti školnímu pořádku 68
- Úzkostné děti ve škole 82  
Jak vznikají neurózy 85  
Co s tím strachem? (Způsoby terapie) 87

Co se vlastně dělá v první třídě	98
<i>Zralost pro výuku čtení</i>	100
<i>Zralost pro výuku psaní</i>	112
<i>Zralost pro výuku počítání</i>	121
<i>Jak pěstovat Myš Lenku</i>	128
<i>Cvičení řeči pro školu</i>	131
<i>„S pamětí, s pamětí – zvládneme to z paměti“</i>	135

Úplně zbytečný index nezralosti 148

### III. POSLEDNÍ DŮLEŽITÁ INFORMACE 151

Literatura 155

Rejstřík 156