

SZAKDOLGOZAT

CSUTORÁS LAURA

Óvodapedagógus szak

Kaposvár



Magyar Agrár- és Élettudományi Egyetem

Kaposvári Campus

Óvodapedagógia Szak

A MOZGÁS ÉS AZ ÉRTELMI FEJLŐDÉS KAPCSOLATA

Belső konzulens: Vönöczky Áron

Testnevelő tanár

Készítette: Csutorás Laura

KTETIN

Nappali tagozat

Intézet/Tanszék: Neveléstudomány Intézet/Gyermeknevelési Tanszék

Kaposvár

2023

Tartalomjegyzék

1. BEVEZETÉS.....	4
1.1. TÉMAVÁLASZTÁS INDOKLÁSA	4
1.2. KUTATÓMUNKÁM SORÁN CÉLOM	4
1.3. SZAKDOLGOZAT FELÉPÍTÉSE.....	5
2. SZAKIRODALMI ÁTTEKINTÉS	6
2.1. A MOZGÁS	6
2.1.1. <i>A mozgásfejlődés fogalma, jelentése</i>	7
2.1.2. <i>A mozgásfejlődés szakaszai</i>	8
2.1.3. <i>A mozgásfejlődés szerepe az óvodai mindennapokban</i>	11
2.2. AZ ÓVODAI TESTNEVELÉS CÉLJA, ESZKÖZE ÉS FELADATA.....	12
2.2.1. <i>A testnevelés közvetlen célja</i>	14
2.3. JEAN PIAGET.....	14
2.3.1. <i>Az értelmi fejlődés</i>	15
2.3.2. <i>Értelmi fejlődés szakaszai</i>	18
2.4. A FIGYELEM.....	20
2.4.1. <i>Figyelem az óvodáskorban</i>	22
2.4.2. <i>Figyelem fejlesztése az óvodában</i>	24
3. VIZSGÁLATI ANYAG ÉS MÓDSZERE	26
3.1. A KUTATÁS CÉLJA ÉS HIPOTÉZISE	26
3.2. A KUTATÁS KÖRÜLMÉNYEI, ELVÉGZÉSE	27
3.3. A KUTATÁSI ESZKÖZÖK ISMERTETÉSE	27
3.4. A KUTATÁS ELEMZÉS ÉS ÉRTÉKELÉSE	29
4. ÖSSZEFOGLALÁS.....	40
5. FELHASZNÁLT IRODALOM.....	42
6. ÁBRAJEGYZÉK	45
7. MELLÉKLETEK	46
8. NYILATKOZATOK	47

1. BEVEZETÉS

1.1. Témaválasztás indoklása

Napjainkban számos könyv foglalkozik az értelmi fejlődés és a mozgás összefüggésével. Az értelmi fejlődés és a mozgás kedvezően hatnak egymásra. Úgy gondolom, hogy ez a kettő terület szimbiotikus egymással, hiszen, ahol a mozgásfejlődés lassabb, ott az értelmi területen is hosszabb időbe telik mire kialakul például a beszéd. Előfordulhat, hogy azoknál a gyerekeknél, akiknél a mozgás kevésbé fejlett, ott az értelmi fejlődésben is akadály áll fent. Ez az, ami igazán elkezdett foglalkoztatni, ezért választottam ezt a témát a szakdolgozatomnak, mely A mozgás és az értelmi fejlődés kapcsolata címet kapta. A kutatásom fő szereplői az óvodás korú gyermekek, hiszen ebben az életkorban történik a legtöbb és leggyorsabb fejlődés. A mozgásfejlődést számomra legátfogóbban Winter mutatta meg. Az értelmi fejlődés kutatásának egyik legkiemelkedőbb alakja Jean Piaget, aki életét arra szentelte, hogy kutasson ebben és ehhez hasonló témákban. Számomra ő volt az, aki legjobban megfogalmazta az értelmi fejlődés szakaszait.

1.2. Kutatómunkám során céloim

Kutatómunkám során céloim, hogy elsősorban megtaláljam a választ arra, hogy a mozgás milyen hatással van az értelmi fejlődésre óvodáskorban, különösen a figyelemre és az emlékezetre kihegyezve. Továbbá kíváncsi vagyok arra, hogy azok a gyerekek, akik a mozgás terén gyengébben teljesítenek, ők vajon értelmi képességeikben is gyengébbek. A kutatásban részt vevő gyerekeket két csoportra osztom. Az egyik csoporttal minden héten, a másik csoporttal egyik héten sem játszottam fejlesztő játékot. Arra vagyok ezzel kíváncsi, hogy azok a gyermekek, akikkel játszottam a fejlesztőjátékot, önéik a kognitív képességeik hatásosabban fejlődik-e alatt a rövid idő alatt, mint akikkel nem játszottam. Valamint, a lányok értelmi képességeik vajon rövidebb idő alatt többet fejlődik, mint a fiúké, és a fiúk mozgása jobb-e, illetve gyorsabban fejlődhet rövid idő alatt, mint a lányoké.

1.3. Szakdolgozat felépítése

Szakdolgozatom során be szeretném mutatni a mozgást, a mozgásfejlődés jelentőségét és szerepét a mindennapokban, illetve az óvodai testnevelés célját, feladatát és eszközeit. Továbbá beszeretném mutatni az értelmi fejlődést. Jean Piaget munkásságáról is írok pár szót, illetve bemutatom az értelmi fejlődés szakaszait az ő felosztása szerint. Az irodalmi áttekintés után be szeretném mutatni a vizsgált anyagot, annak körülményeit, elvégzését, és értékelését. A végén pedig összefoglalom az olvasottakat és választ adok a feltett kérdéseimre, hipotéziseimre.

2. SZAKIRODALMI ÁTTEKINTÉS

2.1. A mozgás

A mozgás a mindennapjaink része, úgy is lehet mondani, hogy a legősbibb nyelve az emberiségnek. (Farmosi, 2021) Egyfajta kommunikációs eszköz, mely kifejezhet érdeklődést, szükségletet, érzelmeket, tehetséget és kognitív folyamatokat. A mozgás során a gyermek sok mindenben fejlődik. Elősegíti a gyermeket abban, hogy egészségesebb és ügyesebb legyen, de e mellett fejlődik a gondolkodása is. A mozgás egy kifejező eszköz is, hiszen a viselkedésbe később beágyazódnak a fizikai aktivitással megszerzett tudások, amelyek alakítják a közvetlen környezetet, azaz, azt a világot, amelyben élünk. Azonban ez fordítva is igaz, amelyben a mozgás maga közvetítőeszközként szolgál. A mozgás összefügg a mentális egészséggel. Az egészségünk legjobb „karbantartója” a rendszeres testmozgás. A testmozgás széleskörű jótékony élet-tani hatással bír, hiszen a rendszeres időközönként történő mozgás fokozza a teljesítőképességét a szívnek, valamint a tüdőnek, illetve, a szívizomzat oxigénigényét csökkenti. Csökkenti továbbá a vérnyomást és a vércukorszintet, csökkenti a stresszérzékenységet, javítja a stressztűrő képességet. Javítja még az állóképességet, fokozza az izomerőt, megerősíti a csontokat, pozitív hatást gyakorol az alvás minőségére. A mozgásnak legfőbb előnye, hogy a rendszeres sportolás következménye a testsúly szinten tartása, vagy csökkentése. Számos betegség kialakulásának megelőzésében is fontos szerepet játszik a rendszeres testmozgás. Olyan betegségeket előz meg, mint a szív- és érrendszeri betegségek, cukorbetegség, túlsúly és elhízás, valamint a depresszió, de ez csak néhány kiemelt a sok betegség közül. (Physical activity, 2022) Az Egészségügyi Világszervezet, vagyis a WHO korcsoportokra lebontotta az ajánlott napi mozgást. A felnőtteknek heti legalább 150 perc testmozgás ajánlott, ami azt jelenti, hogy naponta körülbelül 20 percet célszerű intenzív mozgásban lenni. Gyerekeknek már naponta 60 perc az ajánlott, intenzív vagy mérsékelt mozgás formájában. (Physical activity, 2022) Fontos, hogy olyan mozgásforma legyen ez, amely többféle mozgásból áll és élvezhető. A mozgás célja gyermekkorban a szervezet teljesítő – és teherbíróképességének fokozása, a gyermeki mozgás funkcióinak fejlesztése, a mozgás és az észlelés egy időbeni egyesülése, a helyzetfelismerés, a térbeli tájékozódás és az alkalmazkodóképesség alakítása. A mozgásos tevékenység legmeghatározóbb feladatai a harmonikus mozgás és testtudat kialakítása, a mozgásigények kielégítése, és a rendszeres mozgás szokássá alakítása. (Farmosi, 2021)

2.1.1. A mozgásfejlődés fogalma, jelentése

A mozgásfejlődés az emberi fejlődés részterülete. Erre a megállapításra már az ókori görög filozófusok is rájöttek, a fejlődés fogalmát tőlük eredeztethetjük. Legáltalánosabb és legismertebb megfogalmazása a fejlődésnek az, hogy nem más a fejlődés, mint a változások sora. Az egyik irányzat képviselői elsődlegesnek a környezeti hatást tekintik döntő fontosságúnak a mozgásfejlődésben, mert úgy gondolták, hogy ez a gyermek mozgásfejlődésének része, mely a környezettel való interakció során változik. Azonban több tényező áll ennek a háttérében, egyszerre több tényező fejt ki hatását. Nem csak környezeti, hanem az egyéni és a biológiai adottságok is szerepet játszanak a mozgás fejlődésében. „A fejlődés olyan időben lejátszódó biológiai folyamat, amelynek meghatározott iránya van. Minőségileg különböző szakaszokra oszlik és van időbeli kezdete és befejezése” (Farmosi, 2021, old.: 19) Számtalan szakember, orvos, pszichológus, testnevelő végzett kutatást ebben a témakörben. Először Godin végzett vizsgálatot 1901-ben, melynek központjában az edzés testalkatra gyakorolt hatása állt. Hazánkban Andor Tivadar volt az első, aki Miskolci Gimnáziumban 1897 és 1905 között motoros képességek mérését végezte figyelembe véve a testméreteket és életkori sajátosságokat. Roth volt az, aki a legáltalánosabban fogalmazta meg a mozgásfejlődést. „A motoros fejlődés vizsgálatához a térben és időben megfigyelhető emberi mozgások szabályozási és funkciófolyamatai tartoznak (Farmosi, 2021, old.: 19).” Azonban fogalmi meghatározásnak elsőként Meinelt vehetjük számtásban, aki úgy gondolta, hogy az embernek születésétől a haláláig individuális fejlődése a koordinációs és kondicionális képességeinek, és a mozgásképességeinek, mozgásformáinak maga a mozgásfejlődés. Nádori hasonlóképpen gondolkozott, azzal a különbséggel, hogy ő a nem és az életkor összefüggéseit és képességeit is belehelyezte a mozgásformákba és mozgáskészségekbe. Úgy gondolom Malina már egy összetett és annál is precízebb megfogalmazást írt. Meghatározása: „a mozgásfejlődés a mozgásminta módosulásának lépcsőzetes folyamata, amely az egyén genetikai potenciáján, valamint a megelőző és az új mozgástapasztalatokon alapul, és a szervezet – környezet kölcsönhatásában megy végre.” (Farmosi, 2021, old.: 19) Farmosi István a testneveléstudomány szempontjából úgy fogalmazta meg a mozgásfejlődést, hogy „a mozgásfejlődés átfogja az ember sokrétű mozgásformáinak és mozgáskészségeinek – kúszás, mászás, járás, futás, ugrás, dobás, elkapás, ütés, rúgás – egyéni fejlődését, valamint a kondicionális képességek – erő, gyorsaság, állóképesség, ízületi mozgékonyság – illetve a koordinációs képességek kinesztetikus differenciáló – téri tájékozódó-, mozgásátállító-, ritmus-, egyensúlyozó képesség stb. – kialakulását” (Farmosi, 2021, old.: 20) A mozgásfejlődés tehát egy összetett, sokrétű fogalom, amely az ember egyéni fejlődésében magas szintű szerepet

játszik. Sokrétű mozgásforma, mozgáskészség, kondicionális és koordinációs képesség átfogó értelmezése. A mozgásfejlődésre azonban több tényező is hat, több tényező fejt ki hatását. Ezek a biológiai, környezeti és egyéni genetikailag kódolt adottság. Az egyén ontogenezisében, vagyis az egyénfejlődésében meghatározó szerepük van. Ezek szoros kölcsönhatásban állnak egymással. A biológiai feltételekhez tartozik az individuum örökletes összetevői, az egyén felépítésének sajátosságai, az elemi mozgásformák és a csecsemőkori reflex. A környezeti csoportba tartozik az aszociális környezet és természeti közeg, amelyben az egyén éli a mindennapjait, a mozgástapasztalatok, az ingerekre kapott válaszok, és ennek mozgásingerei.

2.1.2. A mozgásfejlődés szakaszai

Különböző feldolgozásokkal, szakirodalmakkal találkozhatunk a mozgásfejlődés szakaszain belül. Az egyik legelterjedtebb szakasz a korai – és első gyermekkori szakasz. Mivel a legtöbb mozgásfejlődési szakasz életkorra van tagolva, ezért fontosnak tartom ennek a fogalomnak a tisztázását. Két féle életkort különböztethetünk meg. Az egyik a biológiai életkor, a másik pedig a naptári életkor. „A naptári életkor a megszületéstől az aktuális időpontig eltelt idő, a biológiai életkor pedig a testi fejlettség szintje, a nemi érettség foka és a csontosodási folyamat állapota” (Domokos). A két életkort együttesen érdemes megnézni, értékelni, mert a gyermek fejlettségéről csak ebben az esetben kapunk átfogó képet. Megkülönböztetünk akcelerációt és retardációt. Retardációról akkor beszélünk, mikor az egyén biológiai életkorhoz képest 1 – 2 évet lemarad a naptári életkor. Akcelerációról pedig akkor beszélünk, ha 1 – 2 évvel előrébb tart a biológiai életkor, mint a naptári életkor. Több orvos, pszichológus is kutatta ezt a témát, mint például Wallon, Bergius, Gessel és Mtsai, illetve Gebbard. Wallon úgy gondolta, mikor betölti a gyermek a 3. életévét, akkor bekövetkezik a perszonalitás stádiuma, mely 6 éves koráig tart. Ez a szakasz jelzi az önállóság kezdetét. Gessel és Mtsai azt vallották, hogy a testi fejlődés és a viselkedési minták az idegrendszer érése alapja és szoros kapcsolatban állnak egymással. „Bergius tizenöt szerző véleménye alapján megkísérelte szakaszokra osztani a korai gyermekkort és az óvodáskort. Az első életévet hét szerző, a 3 – 7 éves kort pedig csupán öt szerző tekintette önálló szakasznak.” (Farmosi, 2021, old.: 26) Gebbard volt az, aki összefoglalta a mozgásfejlődés periódusait „Motoros magatartás fázisai” címszóval.

1. Reflex fázis: a születéstől 6 hónapos korig.
2. A kezdetleges mozgások fázisa: 6 hónapos kortól 2 éves korig.
3. Az alapvető mozgásformák fázisai: 2 éves kortól 6 éves korig.
4. A „sport – ügyesség” fázisa: 6 éves kortól 12 éves korig.

5. A finomodás és tökéletesedés fázisa: 12 éves kortól 18 éves korig.
6. A csúcsteljesítmény fázisa: 18 éves kortól 30 éves korig.
7. A hanyatlás fázisa: 30 éves kortól. (Farmosi, 2021, old.: 26)

Habár ez a felbontás is nagyon precíz és pontos, van jelenleg egy sokkal korszerűbb, legjobban használható szakaszolás. Winter volt az, aki alkalmazta a mozgásfejlődés jellemzőit és ezáltal olyan periodizálást alkotott meg, amely a motoros egyedfejlődést vette figyelembe. Ezt szeretném bemutatni. A negyedik szakaszig, a kisiskolás korig pedig részletesebb leírást adok, hogy mi is történik pontosan ezekben a szakaszokban. Fontosnak tartom kiemelni ezeket a szakaszokat, mert amennyiben az impulzus kevés a mozgásfejlődés legfogékonyabb időszakában, vagy korlátozva van annak mozgásmennyisége, akkor az lassíthatja, esetenként akadályozhatja a mozgásfejlődést. A gyermekeknek születésüktől 7 éves korukig legintenzívebben fejlődik a motoros idegrendszere és az érzékelésben meghatározó szerepet játszó funkciók. Mivel nagy mértékben fejlődik a légző-, szív- és érrendszer, illetve minden szervi rendszer, ezért létfontosságú szerepet játszik a kognitív képességek fejlesztésében és a mozgásfejlődésben is. (Farmosi, 2021) Szoros kapcsolatban állnak ezen képességek és rendszerek a mozgásos szervet érintő ingerekkel. Ezzel magyarázható az, hogy a csecsemőket minél több inger éri a külvilágból, annál gyorsabb ütemben fejlődnek mind a készségei, mind a mozgásszervi funkciói.

Első szakasz a **születéstől 3 hónapos korig:**

A céltalan és nem akaratlagos mozgások szakasza. Ez a szakasz megnevezés arra utal, hogy ekkor még nem tudatos és irányított tömegmozgások, illetve reflexek történnek. Mikor eléri a baba a 2 – 3 hónapos kort, akkor már meg lehet figyelni a fej felemelkedését, ez már előkészület a járásra.

Második szakasz a **3 hónaptól 14 hónapos korig:**

Az első koordinált mozgások kialakulásának szakasza. A test hátulsó része felé irányul a nagy mozgások koordinációja, vagyis úgynevezett „kefalokaudális tendenciát követ (Farmosi, 2021, old.: 26)”. A fejtől a láb felé, vagyis lefelé rendeződnek a nagyobb mozgások. Tehát elsőnek a fejét, a törzsét, majd végül a lábának mozgását képes összerendezni a gyermek. Ez a szakasz már a kéz típusú finommozgások előmenetele.

Harmadik szakasz a **14 hónaptól 3,5 éves korig:**

Az alapvető és változatos mozgásformák elsajátításának szakasza. Mivel ez a szakasz még csak az elsajátításról szól, ezért még nem kidolgozottak az új mozgások, globálisak kezdetben. Az

új mozgások gyakorlása örömet okoz a gyermeknek, és ez az öröm az idő során elvezeti a nemre jellemző játékokhoz.

Negyedik szakasz a 3,5 éves kortól 7 – 7,5 éves korig:

Az alapvető mozgásformák gyors tökélesedésének, az első mozgáskombinációk létrejöttének és a képességstruktúra kialakulásának szakasza. Az előző szakaszban elsajátított mozgások gyakorlása lehetővé teszi, hogy egyre pontosabban hajtsa végre a gyermek az adott mozdulatot és ez lehetővé teszi azok összekapcsolását. Ebben az időszakban három fő irány jellemzi a fejlődést. A teljesítmény javulása, a pontosság és az ismert mozgások kombinációja, valamint a mozgások végrehajtásának minősége. Ekkor már a járás képes összekötésbe lenni a mászással, tárgyak hordásával és tolásával, és a járás, futás összekapcsolódása a labda dobásával, elkapásával. Ezek a mozgáskombinációk segítik elő a szerepjátékok kialakulását. A folytonos mozgás párosul kitartással és célratöréssel. A fiúkra már jellemző, hogy a versenyekben és a játékokban, minél jobb eredmény elérésére törekednek, ez a lányokra nagy mértékben még nem jellemző. Az előbbieket alapján kijelenthető, hogy ebben az időszakban a mozgásfejlődés nem egységes. Habár a 3 és 4 éveseknél még megfigyelhető mozgásukban sajátosság, nagy változások csak 5 – 6 éves korban következnek be.

Ötödik szakasz a 7 – 7,5 éves kortól 9-10 éves korig:

A mozgástanulási képesség gyors fejlődésének szakasza. A legtöbb sportág alapmozgásainak és új mozgásoknak tanulási szakasza.

Hatodik szakasztól eltér a fiúk és a lányok fejlődése életkorban. **Fiúk: 9 – 10 éves kortól 12,5 – 13,5 éves korig. Lányok: 9 – 10 éves kortól 11 – 12 éves korig:**

A mozgástanulás legintenzívebb szakasza a gyermekkorban. A nemekre jellemző különbségek, egyéni adottságok és mozgásformák számának felgyorsulása.

Hetedik szakasz **Fiúk: 12,5 – 13,5 éves kortól 14,5 – 15 éves korig. Lányok: 11 – 12 éves kortól 13 – 14 éves korig:**

A motoros képességek szerkezeti változásának szakasza. A serdülés időszaka, megváltozik a képességek kapcsolatrendszer.

Nyolcadik szakasz **Fiúk: 14,5 – 15 éves kortól 17,5– 18,5 éves korig. Lányok: 13 – 14 éves kortól 16 – 17 éves korig:**

Az egyéni sajátosságok és a nemre jellemző különbségek kialakulásának szakasza. Teherbírás és edzettség szempontjából a terhelhetőség időszaka.

Kilencedik szakasz **Fiúk: 17,5 – 18,5 éves kortól 19 – 20 éves korig. Lányok: 16 – 17 éves kortól 18 – 19 éves korig:**

Az egyéni motoros profil stabilizálódásának szakasza. Motoros képességek aspektusából egyéni sajátosságok véglegesedésének időszaka, a teljesítményt befolyásolja az életmód nagy mértékben.

Tizedik szakasz **Férfiak: 20 éves kortól 30 éves korig. Nők: 19 éves kortól 30 éves korig:**

A motoros tulajdonságok kiteljesedésének szakasza. Legproduktívabb időszak, oszcillálnak kis-mértékben a motoros képességek és teljesítmények.

Tizenegyedik szakasz **Férfiak: 30 éves kortól 50 éves korig. Nők: 30 éves kortól 45 éves korig:**

A motorikus tulajdonságok lassú csökkenésének szakasza. Motoros képességek retrográd fejlődésének kezdete.

Tizenkettedik szakasz **Férfiak: 50 éves kortól 70 éves korig. Nők: 45 éves kortól 60 éves korig:**

A motorikus tulajdonságok gyors csökkenésének szakasza. Felgyorsul a motoros képességek visszafejlődése.

Tizenharmadik szakasz **Férfiak: 70 éves kortól. Nők: 60 éves kortól:**

A motorium leépülésének szakasza. (Farmosi, 2021)

2.1.3. A mozgásfejlődés szerepe az óvodai mindennapokban

Ahogy már említettem a mozgás a mindennapjaink része, de ez sajnos az utóbbi időben kevésbé vált rendszeresen beágyazódott tevékenységgé. Először tisztázni szeretném, hogy milyen mozgásformáink, készségeink és képességeink vannak. Mozgásformáink és mozgáskészségeink: a kúszás, mászás, futás, járás, dobás, elkapás, ugrás, ütés, rúgás. Kondicionális képességeink: erő, állóképesség, gyorsaság, ízületi mozgékonyaság. Koordinációs képességeink: téri tájékozódás képesség, kinesztetikus differenciáló képesség, mozgásátállító képesség, egyensúlyozó képesség. (Farmosi, 2021) Ez mind nap, mint nap jelen van a mi életünkbe tudattalanul.

Miért fontos a mozgásfejlődés az óvodások mindennapjaiban? Egyrészt azért, mert az óvodás korú gyermek önmagát, társait és az őt körülvevő világot elsősorban játékon, mozgásos cselekvésen keresztül tapasztalja meg. Ezért is fontos, hogy mindennapokba mozgásos cselekvéseket vezessünk be már a csecsemőkorban. Másrészt azért, mert minden gyermek rendelkezik egyfajta mozgásigénnyel. Minden gyermeknek eltérő a mozgásigénye. Joga van a gyermeknek ahhoz, hogy mozgásigényének megfelelően annyit mozoghasson, amennyire szüksége van. (Körmöci, 2015) Fontos ezt az igényt kielégíteni és olyan mozgási formákat választani, amelyek elősegítik a mozgásfejlődést. Harmadrészt pedig azért, mert ez az időszak a természetes fundamentális mozgások fejlődésének, tanulásának, beágyazódásának és formálódásának ideje. Ha most ebben a szakaszban a mozgáskészségek fejlettségi szintje nem alakul ki megfelelő mértékben, akkor a jövőben nehézségek alakulhatnak ki különböző sportmozgások tanulásakor. Ezeket az érveket felsorolva gondolom úgy, hogy a mozgásfejlődés szerepe az óvodáskorúak mindennapjaiban nagyon nagy jelentőséggel bír. Amennyiben nehéz ezt megvalósítani, akkor is igyekezni kell beiktatni a délelőtti folyamán valamilyen játékos mozgást a napirendbe. Az első gyermekkor, vagyis a 4 éves kortól a 7 éves korig a mozgásformák gyors tökéletesedésének és az első mozgáskombinációk kialakulásának időszaka. Ebben az időszakban a gyermekek mindennapjaiban két fő változás következik be. Az egyik, amikor 3 – 4 évesen óvodába kerül, a másik pedig, amikor 6 – 7 évesen megkezdzi az iskolát. Ez azért is lényeges, mert ekkor kezd meg a rendszeres mozgást, testnevelést, az egyediből belép a szervezett együttes foglalkozásba, amelynek minősége jelentősen meghatározza a motoros fejlődést.

2.2. Az óvodai testnevelés célja, eszköze és feladata

„A testnevelés olyan céltudatos, tervszerűen irányított nevelési folyamat, amely sajátos művelődéstartalmával (mozgásos játékok, testgyakorlatok, sportági cselekvésrendszerek és az ezekhez tartozó elméleti ismeretek) a mindenoldalúan képzett személyiség kialakítására irányul, előremutatónan meghatározott társadalmi célok alapján.” (Báthori, 1985, old.: 37)

Az Óvodai Nevelés Országos Alapprogramja határozza meg az óvodáskorú gyermekek testnevelésének célját, de sajnos a testnevelés szó helyett mozgást használnak, ami nem feltétlen ugyanazzal a jelentéssel bír. A mozgást olyan céllal jellemzi, hogy a rendszeres egészségfejlesztéssel bíró testmozgások, amelyek egyéni fejlettséghez igazodó feladatok, játékok, a pszichomotoros képességek és készségek formálásának és fejlődésének eszközei. (Bakonyi, Pálné; Szabadi, Ilona; 1973) Három eszközt, lehetőséget különböztet meg. Vannak a mozgásos

játékok, a szabad játékok, és a spontán játékok. A mozgásos játékok azok, amelyek rendszeres végrehajtásuk során fejlesztik a kondicionális képességeket, elsősorban az erő és állóképességet. Hat a gyermek teherbíróképességére, helyes testtartására, egészséges életmódra nevelésére. A szabad játékos mozgásokat minden gyermek számára biztosítani kell egy adott óvodai napon, az egyéni képességeihez és szükségleteihez differenciáltan. Ezeket a mozgásokat a szabad levegőn is végre lehet hajtani, figyelembe véve, hogy a gyermek fejlesztő, kooperatív mozgásokat hajtson végre. A spontán játékok, a szabad játékokon belüli, irányított mozgásos tevékenységek. Ezek a mozgások teljesekek, beépülnek az óvodai mindennapokba, és ezek hatnak legjobban a gyermekek személyiségének fejlődésére. Fejleszti a pozitív énképet, szabálykövetést, érzelmszabályozást, önkontrollt, kommunikációt, problémamegoldást, és az együtt játszást. A gyermekek nem csak a mozgás során kapnak rálátást az egészségtudatos magatartásra, hanem szükséges ezek ismereteinek átadása is. Meg kell ismertetni a gyermekekkel a mozgáshoz köthető kapcsolódásokkal, és összefüggéseinek ismeretével, hiszen a rendszeres mozgás és egészségtudatos magatartás kialakulása a koragyermekkor mintákhoz kötődik. Ahhoz, hogy ezek megvalósuljanak megfelelő környezeti tényezők és feltételek biztosítása szükséges. Ennek tervezése, szervezése és megvalósítása az óvodapedagógus feladata. Az óvodapedagógusnak ezt úgy kell megteremtenie, hogy a gyermek érzelmileg és szociálisan is gazdagodjon, a mozgás során képességei kibontakozhasson a saját adottságaihoz képest. Az Óvodai Nevelés Országos Alapprogramja fogalmazza meg az óvodai nevelés feladatait is, amelyek központjában az óvodáskorú gyermek testi és lelki szükségleteinek kielégítése áll. Elsősorban az egészséges életmód kialakítását, az érzelmi nevelés és szocializáció biztosítását, és az anyanyelvi és érzelmi fejlesztés és nevelés megvalósítását hangsúlyozza. (Bakonyi, Pálné; Szabadi, Ilona, 1973) A testi nevelés célja nem más, mint az életre nevelés, és a szellemi és testi fejlődés segítése. A szomatikus nevelés célja az, hogy a szervezet egészségét biztosítsa, fejlessze a mozgáskészségeket és a motoros képességeket, előzze meg az inaktív, káros életmód kialakulását, például a kóros elhízást. Az óvodai testnevelés szó alatt azt értjük, mikor a mindennapi életben hasznos alapmozgásokat (járás, mászás, futás, ugrás, dobás, forgás, rendgyakorlatok) megismertetjük, a szervezetet alkotó különböző szervek és szervrendszerek fejlesztjük, az értelmet, érzelmet és akaratot is fejlesztjük a mozgásos játékok eszközeivel. (Bakonyi, Pálné; Szabadi, Ilona, 1973) A mozgástevékenységek az óvodai nevelés keretén belül meghatározhatják későbbiekben a gyermekek egészséges fejlődését, azon belül is a tevékenységek minőségi és mennyiségi színvonalát. A mozgással kapcsolatos pozitív élmények, sikeres, jó hangulatú tevékenységek pozitívan hatnak a gyermekre, ezáltal újabb mozgásra ösztönzi, így a mozgás hamar szokássá alakítható, belső igénnyé válhat. Az óvodáskor a hely- és helyzetváltató, valamint a

finommotoros mozgáskészségek, mozgáskoordináció tanulásának időszak. Ezek sokszínű, örömteli, változatos, érzelmi biztonságot adó gyakorlási formákkal, játékokkal, tapasztalatokkal kivitelezhető. A mozgásos tapasztalatokból adódhatnak az értelmi műveletek is. Kedvezően hat egymásra a mozgás és az értelmi fejlődés. A gyerekek általános fejlettségi szintjére, az idegrendszeri és testi fejlődésének tempójára a gyermekek mozgásfejlettsége ad rálátást.

2.2.1. A testnevelés közvetlen célja

Az óvodai testnevelés közvetlen célja:

- az egészség fejlesztése,
- a test edzése,
- a testi és szellemi teljesítőképesség fokozása.

Közvetlen célja kell, hogy legyen a mozgásos játékok és a mozgásformák ismétlődő, rendszeres gyakorlása, melyek elősegítik a természetes mozgáskészségek fejlesztését. További fejlesztési lehetőséget biztosítanak a sokféle mozgástapasztalatok, amelyek mozgásbiztonságban és a mozgásműveltségben jelennek meg. Mindegyik óvodában a testnevelés célja ugyan az kell, hogy legyen. Az óvodai testnevelésnek hozzá kell járulnia:

- az egészséges életmód keretében a mozgásigény kielégítéséhez;
- segítse elő a mozgásszervek fejlődését, a helyes testtartás kialakítását, a testtartási hibák megelőzését a lábboltozat erősítését;
- fokozza a gyermekek edzettségét;
- fejlessze a testi képességeket;
- biztosítsa az életkornak megfelelő mozgástapasztalatok megszerzését;
- alakítsa ki a gyermekekben a rendszeres mozgás szeretetét. (Rétsági, és mtsai., 2011, old.: 38)

2.3. Jean Piaget

Alapvető tény ma már, hogy nem azokkal a szellemi képességeinkkel születünk, amelyek felnőtt korunkba részt vesznek az életünkben. Azonban ezt nem mindig gondolták így. Piaget elmélete előtt a gyermekeket „mini-felnőtteknek” gondolták, akik értelmileg már kifejlett lények, és csak fel kell nőni hozzá. Jean Piaget volt az, aki úgy gondolta, hogy a gyermekek gondolkodása, értelme alapvetően eltér a felnőttek gondolkodásától. Jean Piaget 1896. augusztus 9-én

Svájcban született. Már fiatalon elkezdte érdekelni őt a természettudomány, 11 éves korában írt egy tanulmányt az albino verebekről. Középiskola után a természettudományok körében tanult tovább, és ebben is szerzett Ph.D fokozatot. Ekkor már elkezdte publikálni műveit. A fejlődéslélektani és genetikai kutatásainak egyetlen fő kérdése volt: Hogy nő a tudás? Erre végül azt a választ találta, hogy a tudás növekedése logikailag beágyazott struktúrák progresszív felépítése, amelyek felülírják egymást azáltal, hogy az kisebb, kevésbé erőteljes logikai eszközöket nagyobb és erősebbekre formálják a felnőtté válásig. Ez a válasz arra is, hogy a gyermekek gondolkodása és logikája kezdetben teljesen más, mint a felnőtteké. 1980-ban hunyt el. Számos írása jelent meg, melyek a mai korban is elismertek olyan területeken, mint például a pszichológia, közgazdaságtan, jog, szociológia. Fontosabb művei: *A gyermek logikájától az ifjú logikájáig: A formális műveleti struktúrák kialakulása; Szimbólumképzés a gyermekkorban: Utánzás, játék és álom: A kép és ábrázolás; A viselkedés mint a fejlődés hajtóereje; Gyermeklélektan.* (Cherry, 2022)

2.3.1. Az értelmi fejlődés

Az értelmi fejlődés és annak magyarázata nagyon régóta foglalkoztatja az embereket, már az ókori görög filozófusok és természettudósok gondolatokat fogalmaztak meg az emberi természettel kapcsolatban. Általában a fejlődés fogalmán egy folyamatot értünk, amely minőségi változásokkal és differenciált szerveződéssel jár együtt. A változások melyek bekövetkeznek az egyedfejlődés alatt tükrözi egyedi vonásait az egyénnek, illetve emberi fajuk jellegzetességeit és a kultúrája jellemzőit. Ezek mellett a fejlődést befolyásolhatják még a társas, társadalmi és biológiai hajtóerők. „Amikor például egy nagycsoportos óvodás önszorgalomból megtanulja leírni nevének betűit, ebben éppúgy szerepet játszik a természetes életkori kíváncsiság a „nagyok” dolgai iránt, mint az egyéni karaktere és képességei vagy éppen családjának biztatása és tanulással kapcsolatos értékrendje” (N. Kollár & Szabó, 2017, old.: 40) . A fejlődés a fogantatás pillanatától a halálunkig tartó hosszú folyamat. Az értelmi fejlődés mellett fejlődik a test, az érzelmi és társas kapcsolat is. Ezek együtt adják a személyiségünket, de nem együtt haladva fejlődnek. Például a beszéd és a járás általában egy időpontba kezdődik, az első életév végéhez közeledve, de a legtöbb gyermek előbb kezd el járni, mint beszélni. Azonban ez fordítva is előfordul, hogy a mozgáskészségek lassabban fejlődnek, mint az értelmi képességek. Viszont, érési folyamatok vannak, és bizonyos készségek csak akkor tudnak kibontakozni, ha már eljuttott az egyén a megfelelő értelmi fejlődési szintre. Ezeket a fejlődési szinteket a köznapi gondolkodásban életkori szakaszokra bontjuk. Számos pszichológus osztotta fel ezeket a

szakaszokat, de eltérően gondolkoznak ezek jogosságáról. Abban viszont egyetértenek, hogy a sorrendje a szakaszoknak felcserélhetetlen, de egyes embereknél eltérő lehet az időpontok kezdete és vége.

Sigmund Freud volt az a pszichoszomatikus, aki a pszichoszexuálisfejlődés – elméletet kidolgozta. Jól elhatárolható szakaszokat hozott létre, amelyek abban különböznek egymástól, hogy más – más testi zóna kielégítéséhez ragaszkodnak az „ösztönén” örömkereső impulzusai. „A pszichoszociális elmélet kidolgozója Erik H. Erikson szerint minden fejlődési fázis sajátos feladatokat ró az egyénre, a testi-biológiai változások és szűkebb és tágabb környezet elvárásai következtében” (N. Kollár & Szabó, 2017, old.: 43) Maga az értelmi fejlődés kifejezés és meghatározása először Jean Piaget munkáival került középpontba, ezt szeretném részletesebben kifejteni. A gyermek maga egy organizmus, belső szervezethez birtokos, hasonlóan egy virághoz, amely magában tartalmazza a csírákat, vagyis magát a felnőttet. (Turner, 1981) Piaget úgy gondolta továbbá, hogy a belső organizáció, és a környezet és az organizmus közötti kölcsönhatás, illetve az invariáns működési elv az alapja mindennek. Kognitív rendszerrel rendelkezik a szervezet, mely szervezett rendszer, tehát kölcsönhatásban áll a környezettel és az organizmussal is. Tehát Jean Piaget azt vallotta, hogy nem csupán a környezet befolyásának vagy az organizmus értésének eredménye, hanem a kettő kölcsönhatásának, vagyis a környezettel aktív viszonyban áll a szervezet. Piaget úgy véli, hogy a megismerés fokozott rugalmasságát biztosítja a minőségi változás, amely a környezethez, a világ folyamataihoz és viszonyaihoz magasabb szintű mentális adaptációt ad. „A kognitív fejlődés az alapvető folyamatok készletének fejlődését jelenti, nem pedig a tudás vagy az információ valamilyen sajátos mozzanatának elsajátítását.” (Turner, 1981, old.: 8) Piaget egységes részként gondolt a kogníció és annak fejlődésére, tehát a gyermeki megismerőműködéseket alapvetően egységesnek feltételezte. Cselekvéssel és mozgással kezdődik az értelmi fejlődés tehát. Piaget úgy gondolta, hogy az értelmi fejlődés különböző, egymás után következő szakaszból áll, melyek sorrendje állandó, de a fejlődés kezdete és vége eltérhet egymástól. Ezek a sorozatok egymást követik, de minőségi változások előfordulnak. Ez Piaget fejlődéselméletének alaptémája. Piaget elmélete alapján a szakaszok függetlenek a környezettől viszonylag, és a belső érzés hatásának reakciójára lép fel, valamint a cselekvés által alakul ki a felnőtt jellemző, de azt is hangsúlyozza, hogy a gyermek gondolkodása nem attól különbözik a felnőttétől, hogy kevesebb a tudása, hanem hogy az értelmi képességei még máshogyan szerveződnek. A korábban már kialakult tapasztalatok és cselekvések tovább folytatódnak a következő szakaszokban magasabb szinten. Például a gyermek először csak a tárgyakkal tud cselekvést elvégezni, később már elképzelettel a cselekvést, végezetül pedig

már az elvont gondolkodás során képes megoldani a cselekvést. (Turner, 1981) A szakaszokban a megismerést és annak fejlődését két hangsúlyos, dinamikus egyensúlyban lévő folyamat teszi megvalósíthatóvá. Az első az akkomodáció, amely azt szolgálja, hogy a reprezentációkat, amelyek a gyermek fejében kialakulnak, kapcsolni tudja a világhoz. A gyermek, ahhoz, hogy a világhoz illeszkedni tudjon, a fejében megváltoztatja a tudását, ezt szolgálja mindenféle tanulási folyamat. (N. Kollár & Szabó, Pedagógusok Pszichológiai kézikönyve, 2017) A másik folyamat, amely az akkomodáció ellenkezője, az asszimiláció. Ebben a folyamatban a valóságot úgy mond felülírja a gyermek a reprezentáció által, vagyis a világ megváltoztatásával alkotja meg a világ és az elméje közti egyensúlyt. Megvalósítási formája maga a fantázia, vagyis a játék. Ennek a két folyamatnak ekvilibriumban, dinamikus egyensúlyban kell lenniük. Amennyiben valamelyik folyamat túlsúlyba kerül, az hosszú távon katasztrófához vezethet. Például, ha az asszimiláció hosszabb ideig uralkodó folyamat, akkor a gyermek belső világa uralom alatt tartja a külvilág észlelését, amely hallucinatorikus élményekhez vezethet. (N. Kollár & Szabó, Pedagógusok Pszichológiai kézikönyve, 2017) Piaget elméletében a saját értelmi fejlődésben nagy szerepet játszik a gyermek aktív szerepe. Ez az aktivitás kétféle értelemben is jelen van. Először is a gyermek viselkedése igen fontos az értelmi fejlődés során. Ez a szenzomotoros szakaszra jellemzőbb inkább, ugyanis itt mindenfajta viselkedés és megismerés csak azok összefüggésében lehetségesek. Másodszor az aktivitást, mint a megismerésre irányuló aktív mentális erőfeszítést is veszi alapul. A gyermek maga egy kis kísérletező, vagyis aktív megfigyelő az ő szemében, akiben belső hajtóerő az, ami ösztönzi a világ megértésére, megismerésére. (N. Kollár & Szabó, Pedagógusok pszichológiai kézikönyve, 2017) Más elméletalkotók úgy gondolják, hogy a fejlődést folyamatos változások sorozataként kell értelmezni. Az értelmi fejlődésnek egyik elméletalkotója Jerome Bruner volt, aki megalkotta a folyamatos módosulás és az együttlétezés elvét. (Turner, 1981) Bármelyik elméletalkotóval is értünk egyet, egy biztos, az egyes gyerekek megértéséhez és a fejlődés nyomon követéséhez praktikus az életkori szakaszokat használni. Ezek segítenek abban, hogy:

- a változások irányát és jellegzetességeit meg lehessen nevezni;
- különböző készségek és képességek kialakulása felismerhetők legyenek;
- felismerhetők, hogy milyen elakadások jellegzetesek a különböző szakaszokban;
- megismerhető, hogy melyek a fiatalabb és az idősebb korosztály különbségei;
- megértjük, hogy bizonyos életkorban milyenek a gyermekek általában;
- a főbb fejlődési feladatokat ki tudjuk emelni az adott szakaszból, és ezáltal rálátást kapunk az aktuális problémára és ezek megoldásának erőforrásaira;

- kezelni tudjuk könnyebben az átmeneteket és a változásokat; (N. Kollár & Szabó, Pedagógusok Pszichológiai kézikönyve, 2017)
- kiszűrhetjük könnyen, ha az egyén nem a szakasznak megfelelően fejlődik;
- meghatározzuk azokat a kölcsönhatásokat, melyek az adottságok kifejlődéséhez szükségesek;
- belátást nyerünk a fázisokba, és abba, hogy a környezet mely elemei kapnak kiugró szerepet abban. (Turner, 1981)

2.3.2. Értelmi fejlődés szakaszai

Egy hipotézist állított fel Piaget, hogy a megismerés milyen módon fejlődik. A szakaszokban az időpont, hogy mikor kezdődik és fejeződik be változhat, ugyanis ez szervezett, a sajátosságok állandóságának egymásutánisága. Egymásra épülnek a szakaszok, vagyis integratív jellegű, az alkotórészei lesznek az előző életkori struktúrák a rákövetkező szakaszra. Minden szakasz egy geneziszből és egy befejező, végső egyensúlyi szintből áll. Négy szakaszt nevezett meg: 0 – 2 éves korig: **szenzomotoros szakasz**, 2 – 7 éves korig: **művelet előtti szakasz**, 7 – 11 éves korig: **konkrét műveleti szakasz**, 11 – felnőtt korig: **formális műveleti szakasz**. (Turner, 1981) Ezek közül a szenzomotoros és a művelet előtti szakaszt szeretném részletesen kifejteni.

A **szenzomotoros szakasz** Piaget szerint a születéstől 2 éves korig tart. Amint az elnevezés is sugallja, ez a szakasz a világ megismeréséről és a viselkedés irányításáról szól. Ezek az úgynevezett érzékszervi – mozgásos sémák. Ilyenkor még nincs a gyermeknek állandó a viselkedéstől és az aktuális környezettől független ábrázolása a személyekről, tárgyakról és a világról. Tudásában olyan sémák alakultak ki, amelyek a környezeti ingermintázat, erre adó viselkedéses választ jellemzik. Tehát adott szituációban képes arra jellemző, adott viselkedésválaszt adni. Ilyen például, mikor a boltból kimenet az ajtó előtt integet és elköszön, hogy „pá – pá”. Ez arra következtet, hogy a gyermek viselkedése még bizonyos helyzetekhez szorosan kötődnek, vagyis a tudását szituativitás jellemzi. Erre az időszakra jellemző még az, hogy a legmagasabb értelmi haladás figyelhető meg a csecsemőknél. Az adott esemény, bizonyos zavar motiválja a csecsemőt a tanulásra és a fejlődésre. Ezzel a zavarral később egygyé válik, hozzá igazodik és helyreállítja az egyensúlyt. Ez úgy fordulhat elő, hogy ezen a szakaszon a gondolkodás maga a tevékenység. A csecsemő az első hónapban megtapasztalja magát, mint cselekvő, általa képes felismerni a külvilág és a közte lévő különbséget. Piaget szerint ebben szerepet játszanak azok a mozdulatok, amelyeket hosszasan ismételt: a kezek nézése, a tárgyak ütögetése és tapogatás, hangok kiadása. A csecsemő első négy hónapjára jellemző az adaptáció megjelenése. Habár

kezdetben még véletlenszerűek a tevékenységek, későbbre ezek beágyazódnak. Ezt a folyamatot Piaget „cirkuláris reakciónak” nevezte el. A „másodlagos cirkuláris reakciók” a negyedik és nyolcadik hónapban jelennek meg. Ekkor már megkezdődik az akaratlagosság kialakulása, ami azon keresztül érzékelhető, hogy a gyermek képes környezetére hatni zaj vagy látvány által, vagyis instrumentális módon. A csecsemő már képes a nem látott dolgok után kutatni. A második évet betöltő gyermek már képes olyan történéseket megeleveníteni, amelyek láthatólag nincsenek jelen, ezek az „előműveletek”. Ráébred, hogy a tárgyak cselekedtetésétől függetlenül, az ő irányítása nélkül is léteznek. Képes már úgy megeleveníteni ismert dolgokat szimbolikusan, hogy nem függ össze azzal, amit csinál. Ebben a szakaszban erőre kapnak a kognitív folyamatok. (Turner, 1981)

A művelet előtti szakasz 2 éves kortól 7 éves korig tart. Nagyon drámai a minőségi különbség egy 2 és egy 7 éves gyermek között, tehát ebben a szakaszban nagyon alapvető változások zajlanak. Például a nyelvelsajátítás, beszédelsajátítás erre az időszakra esik. Az előző szakasz egy lehetőséggel, szimbólumképzés kezdetének megjelenésével ért véget. A művelet előtti szakasz az az időszak, amikor a gyermek „hibásan” használja a gondolkodását. A felnőtt távolléte esetén előfordulhat nem helyes gondolkodásmenet, cselekvés, de ezek a hibák által tanul, és kap szerepet a tanulás. Erre a szakaszra legjellemzőbb tulajdonság, hogy a saját szemléletmódját gondolja a jónak, és nehéz számára elfogadni, és magához igazítani a másik ember szempontját. A fogalmi fejlettsége még korlátozott, ennek következménye, hogy ő áll a középpontban, „egocentrikus”, ez által szemléli az őt körülvevő világot. Irreverzibilitás jellemzi a gyermeket, vagyis nem képes visszavezetni dolgokat. Nem képes fordítva gondolkodni, például tudja, hogy $1 + 1 = 2$, de nem tudja még, hogy $2 - 1 = 1$. Könnyen félrevezethető és összezavarható téri változások esetén ebben a szakaszban a gyermek. Ez rámutat arra, hogy nehezebbre esik az állandóság helyes megítélése. Ezek jellemzők alapján, az következtethető, hogy ez a szakasz a korlátok lassú, fokozatos eltűnése. Ezek a konzerváció korlátai, az osztályozás és annak korlátai, egocentrizmus, az előoksági gondolkodás és a látszat és valóság megkülönböztetésének nehézségeink keresztül mutatkozik meg. (N. Kollár & Szabó, Pedagógusok Pszichológiai kézikönyve, 2017) Konzerváció korlátai az, hogy a gyermek ebben a korban még nem érti látszólag a térfogat, a súly és a mennyiségek állandóságát. Piaget magyarázata szerint ez azért van, mert a gyermek gondolkodásában egyetlen dimenzióra összpontosít. Például egy keskeny, de magas pohárból öntünk át vizet egy alacsony, de szélesebb pohárba, és megkérdezzük a gyermeket, hogy az átöntés után a víz kevesebb, vagy több lett – e a pohárba, nagy eséllyel azt fogja mondani, hogy kevesebb lett. Az osztályozás és annak korlátai nem más, mint

az egy szempontú osztályozás. Vagyis a gyermek képes osztályozni, csoportokba sorolni a dolgokat, de egyszerre csak egy szempontot tud szem előtt tartani. Ha több szempontot kell megfigyelni, akkor hajlamos az egyiket figyelmen kívül hagyni. Például, ha mutatunk neki egy tál gyümölcsöt, amelyen van nagyobb mennyiségben banán és kevesebb mennyiségben alma, és feltesszük neki azt a kérdést, hogy banánból, vagy gyümölcsből van több a tálban, hajlamos azt a választ adni, hogy banánból, ezzel figyelmen kívül hagyva azt, hogy az alma is gyümölcs. Az előöksági gondolkodást Piaget úgy határozta meg, hogy a gyermek még nem képes a valódi oksági kölcsönhatással megmagyarázni a jelenségeket. Keresi a magyarázatokat, de nem logikus a felépítése. Ilyen például az animizmus, a természeti jelenségeket törekvéssel magyarázza: „Azért takarta el a felhő a napot, mert nem szeretné, hogy süssön”. A látszat és valóság megkülönböztetésének nehézségeit Piaget az észlelésre, gondolkodásra gyakorolt hatásra helyezte. Úgy vélte, hogy nehezen különböztetik meg a gyerekek a valóságot a látszattól. Például, ha egy pohár vízbe szívószálat helyezünk el, akkor annak látszata olyan, mintha megtört volna a szívószál. Sok esetben ezt a gyerekek valóban így gondolják, szerintük nem csak a látszat. A művelet előtti szakaszra tehát az „intuitívitás” jellemző, vagyis a dolgok olyanok, amilyenek látja a gyermek. (N. Kollár & Szabó, Pedagógusok Pszichológiai kézikönyve, 2017)

A **konkrét műveleti szakasz** 7 éves kortól 11 éves korig tarthat. Ebben a szakaszban a gyermek képes szabályok felfogására, absztrakt, nonfiguratív műveletekre. Bár még szisztéma nélküli találgatás jellemzi a hipotéziseik ellenőrzését, de már értik, hogy egyes tárgyak megváltoztathatók önkényesen is. Gondolkozását cselekvésekkel megjelenő műveletek jellemzik. (Turner, 1981)

A **Formális műveleti szakasz** Piaget elmélete alapján 11 éves korra alakul ki és egész felnőttkorban tart. Már elvont fogalmak, kijelentések jellemzik ezt a szakaszt. Ingerek és reprezentációk már függetlenek. Hipotéziseit már módszeresen ellenőrizni is tudja, gondolkodásában, kijelentéseiben logika vélhető fel. Foglalkoztatja az egyént a jövője, a környezete, az ideológiája és a lehetőségei is. (Turner, 1981)

2.4. A figyelem

A világban rengeteg információ ér minket, sokkal több egyszerre, mint amennyit felfogni képesek vagyunk. A figyelem legfontosabb szerepe és funkciója az, hogy az észlelt dolgot kiemelje, élesebbé tegye, vagy valamelyik részletet fókuszba állítson. A pszichológia szerint a

figyelem „szelektív folyamat, amely által az információt tudatosan észleljük vagy kiemeljük, amíg más információkat nem tudatosan elemzünk vagy szűrünk ki” (N. Kollár & Szabó, 2017, old.: 376). Ennek következtében egy – egy inger feldolgozása csökken vagy gátlódik, még másiké hangsúlyozódik. 1890-ben William James volt az, aki felismerte ezt a szempontot: „Mindenkinek tudja, mi a figyelem. Az, ahogy az egyidejűleg lehetséges tárgyak és gondolatmenetek közül az elme az egyiket tisztán és élénken birtokba veszi” (N. Kollár & Szabó, 2017, old.: 376). A kiemelés mellett jelent még egy erőfeszítési folyamatot is. Ennek során a figyelmi kapacitást, vagyis a feldolgozási forrásokat felosztja az egyén, egy meghatározott feladatra fordítja akaratlagosan a mentális energiát, de ezt más feladat terhére. Ezek mellett a harmadik jelentése egy vigilancia, vagyis az éber állapot fenntartásának folyamata. Annak érdekében, hogy az információkat hatékonyan át tudjuk venni, éberségi állapot szükséges, mely az éberségi állapot hosszan tartó vagy rövidebb idejű fokozódásának fennmaradásával szabályozható. Két nagyobb csoportja van a figyelemnek, a spontán figyelem és a szelektív figyelem. A szelektív figyelem jelenthet egy adott térről származó hallott vagy látott, vagyis érzéketli információt, valamilyen formát vagy szint, vagyis különböző ingertulajdonságokat, és jelenthet meghatározott tulajdonságú kategóriákat. (N. Kollár & Szabó, Pedagógusok pszichológiai kézikönyve, 2017) Ezek azok, amelyre az egyén figyelme erősebben felfigyel, ezáltal hatékonyabban kerül feldolgozásra, mint a kevésbé figyelt információ. Több elmélet is napvilágot látott ezzel kapcsolatban. Az egyik ilyen elmélet Broadbent modellje, amely azt feltételezte, hogy a nem figyelt ingert teljesen kiszűrjük. A modell azt mondja, hogy ahogyan a mindennapjainkban is, amikor egyszerre több dologra figyelünk, például zenét hallgatunk, írjuk a szöveget a számítógépünkön, és közben a macskát nézzük, hogy le ne verje a poharat az asztalról, akkor a feldolgozórendszerünkbe az információk párhuzamosan érkeznek, elemezni tudjuk a fizikai meghatározottságukat, de csak magunk által kiválasztott információ jelentését vagyunk képesek felfogni. Bizonyos mértékig a nem figyelt információkat is képes feldolgozni az agyunk. Ilyen például mikor valakivel beszélgetünk az utcán és kihalljuk az út túloldaláról egy másik beszélgetésből a saját nevünket. (N. Kollár & Szabó, Pedagógusok Pszichológiai kézikönyve, 2017) A magas feldolgozási folyamatot a nem figyelt információk gyengébben éri el. A látás területén befolyásos modell szerint a figyelemnek elsődleges szerepe az integrációban a tárgyhoz tartozó vonások összekapcsolódásában van. E szerint csatornák közötti váltások vannak, és ez csalóka lehet. Egyszerre két dolog elvégzése lehetséges, abban az esetben, ha az egyik feladat már jól begyakorolt, automatikus. Ehhez nem szükséges a tudatos figyelem. Két feldolgozási folyamatot különböztetünk meg, mely a megosztott figyelem alapja, az automatikus és a szabályozott feldolgozás. A szabályozott feldolgozás figyelmet, koncentrációt, tudatosságot és erőfeszítést

igényel, még az automatikus feldolgozás minimális odafigyelést és erőfeszítést igényel, úgy végezzük az adott tevékenységet, hogy a lépéseket tudatosan nem ellenőrizzük ezalatt. (N. Kollár & Szabó, Pedagógusok Pszichológiai kézikönyve, 2017)

A spontán figyelmet olyan ingerek keltik fel, amelyek elsősorban váratlanul, újszerűen következnek be. Ezt általában mozgás jellemzi, az ingerforrás irányába fordulunk a fejünkkel, törzsünkkel és érzékszerveinkkel. Pavlov ezt „Mi ez?” reflexnek nevezte el, nem más ez, mint a tájékozódási reakció. (N. Kollár & Szabó, Pedagógusok Pszichológiai kézikönyve, 2017) Az inger felé fordulás pillanatában az eddig cselekedett tevékenység megszűnik és az érzékszervünk ráfókuszál az adott ingerre, de ezek mellett más reakciók is fellépnek. Vegetatív változások következnek be, például lelassul a szívritmusunk, illetve fázisos fokozódás következik be a központi idegrendszer aktivációjában. Számos kísérlet szerint a bizonytalanságot és a tiszta észlelést szolgáló kíváncsiság megnyilvánulásának tényezője a spontán figyelem. Ilyen lehet valami fizikai tulajdonsága, amely sokkal erősebb vagy színesebb; vagy valamilyen biológiai jelentőség, ami veszélyesebb vagy vonzóbb társainál.

A tanulásban nagyon fontos jelentőséggel bír a figyelem, hiszen ahhoz, hogy sikeres tanulást érzünk el figyelmi összpontosításra van szükségünk. Vannak olyan hatások, amelyek könnyen elterelhetik a figyelmünket, ilyen például az erős zaj, amely tartósan kellemetlen stresszhatású lehet. Habár a zene maga kellemes és nyugtató hatású, de ennek hatásossága feladatfüggő. Van előnye is hátránya is, például a ritmustevékenységekben segít, de megemeli az általános izgalmi szintet. (N. Kollár & Szabó, Pedagógusok Pszichológiai kézikönyve, 2017) Fejlődés szempontjából 6 – 7 éves korban történik ugrásszerű változás. Ekkor változik a figyelem fenntartásának és irányításának képessége. Azonban, ha a figyelem terjedelme és fenntartása nem megfelelő fejlődésileg, a koncentráció nehezebben megy, és könnyen elterelhető a figyelem valakinek, ekkor figyelemzavarról beszélhetünk.

2.4.1. Figyelem az óvodáskorban

A figyelmi képesség korosztályonként változó lehet. A figyelem függ attól, hogy a magasabban elhelyezkedő idegtevékenység fontosabb folyamatai mennyire fejlettek. A gyermek születése után öröklött, feltétlen reflexekkel és ösztönökkel rendelkezik, azonban egy hónapos korában már képes felfigyelni egyes dolgokra. „A gyermeket a legintenzívebb ingerek ragadják meg: az erős fény, a csillogó tárgyak, az erős hangok, a mozgó tárgyak, valamint azok a tárgyak és tulajdonságai, amelyek organikus szükségleteinek a kielégítésével kapcsolatban vannak” (F.N.,

1976, old.: 52) Kisgyermekkorban figyelmüket már képesek az őket körülvevő tárgyra, modellekre fókuszálni. A tárgyakat megfigyelik, majd elgondolkoznak azon, hogy mit lehet velük csinálni. Ekkor már megragadja a gyermeket a külvilág, figyelmét az emberi beszédre is rá tudja helyezni. Kétféle figyelmet különböztetünk meg ebben a korban. Az egyik, amikor a kimondott szóhoz tudja már kapcsolni az adott tárgyat, a másik pedig, mikor a kimondott szónak még jelentése nincs számára. Jelentés csak a tárgy megmutatása után lesz, hiszen a gyermekben elkezdődik egy összekapcsolódás a szó és a tárgy között.

Kiscsoportban a gyermekekre az önkéntelen figyelem jellemző, csak arra képes figyelni, ami kellően felkeltette az érdeklődését, ami érzelmileg megragadta. Ebben a korosztályban még könnyen elterelhető, könnyen elvándorol a gyermekek figyelmé. Ezekben kap nagy hangsúlyt a motiváció, hangulati megalapozás. Emiatt fontos, hogy a felnőtt tudja motiválni a gyermeket, újra és újra kell lehetőséget teremteni a kedvcsinálásra, hiszen csak ezzel lehet hosszan fenntartani a figyelmet egy – egy tevékenység során. Azonban előfordulhat, hogy leragad egy – egy tevékenységnél az óvodás gyermek, ez akkor következik be, ha érzelmileg megragadja az adott dolog, nehezebben tudja a figyelmét megosztani, nehezebben tud váltani egy másik dologra. Az óvodások egyre kitartóbbak, fokról – fokra egyre állhatatosabbak lesznek tevékenységeik végzése során. Egyre magasabb szintre emelkedik a szándékos figyelmük, megfigyelésük és emlékezetük. Ezek azért fontosak, mert az iskolai élet későbbi előfeltételei. 3 – 4 évesen, már a gyermek érdeklődést mutat több dolog iránt is. Figyelmük már elég koncentrált lehet, de a figyelmük állhatatossága még fejlődésre szorul. Képesek a felnőttek munkáját figyelmesen végig kísérni, képesek figyelmesen végighallgatni mondanivalójukat. Már rendelkeznek azzal a tudással, hogy kitűznek maguknak feladatokat, amelyek megvalósítására törekednek, és előfordul, hogy lelkesednek valami játék iránt, amelybe nagyon bele tudnak merülni, de könnyen ki lehet őket ebből zökkenteni. (F.N., 1976) Azonban a gyermek figyelmének intenzitása nagyobb, mint a felnőtteké, képesek olyan dolgokat is meglátni, amelyre a felnőtt magától fel sem figyelt volna. Viszont, kevésbé tartós. Sok mindent megfigyelnek, de sokszor kihagynak releváns dolgokat megfigyelésük során, és figyelmük inkább a kevésbé fontos dolgokra szegeződik. Ez arra következtet, hogy „rosszul” tudják figyelmüket még irányítani, azonban kutatások igazolják, hogy 3 – 6 év között sokat változik ez. A vizsgálat során 3 és 6 éves gyerekeknél figyelemelterelő dolgokat alkalmaztak. Az eredmény azt mutatja, hogy a 3 éves gyerekeknél 10 perc alatt 3 figyelemelterelő dolgot tudtak bevinni, addig a 6 éveseknél csak 1 dolgot tudtak használni. A gyermek szándékos figyelmé jobban megmarad, ha a végrehajtandó feladat és az érdeklődés között szoros kapcsolat van. Képes arra is, hogy hosszabb ideig odafigyeljen olyan

dologra, amely őt nem érdekli, ebben az esetben olyan dolgokat képes elkészíteni, amelyek számára érdekesek. A szándékos figyelem akkor nyilvánul meg először, mikor beszélni tanul a gyermek. Eleinte még a felnőttekre koncentrál, ez később már ösztönösen jön. Nagy hatást gyakorol a szándékos figyelem a felnőttek utasításának teljesítésére, a játékokra és magára a gyermeki tevékenységekre.

6 – 7 éves korban a figyelem nagyobb terjedelmet alapoz meg a központi idegrendszer érése miatt. Ekkor nagy, óriási változás következik be a figyelem fejlődésében, nagy mértékben fejlődik a figyelem irányításának és fenntartásának képessége.

2.4.2. Figyelem fejlesztése az óvodában

A különböző megismerési folyamatokhoz szorosan kapcsolódik a figyelem, ezért a fejlesztésének jelentős szerepe van, hiszen magasabb kognitív folyamatokhoz kritikus jelentőségű a figyelem rendszerének épsége. A fejlődéssel nem csak a figyelem fenntartásának képessége növekszik, hanem javul a koncentráció képessége, nő a feldolgozási kapacitás, a szelektivitás. A lényegtelen ingerek és megszokások szándékos gátlására van szükség a figyelem összpontosításához. A gátló folyamatok, a figyelem fenntartásának és erőfeszítésének folyamatai nem egyformán működnek felnőtteknél és gyerekeknél. A felnőtteknek a tanuláshoz tartós figyelemre, motivációra, megfelelő aktivációra van szükség, az idő megfelelő beosztásával, óránkénti rövidebb szünetek beiktatásával. Lényeges szegmense a figyelem növekedésének az érdeklődés felkeltése és fenntartása, a hibajavítása, az ellenőrzés és kitartás. (N. Kollár & Szabó, Pedagógusok Pszichológiai kézikönyve, 2017) De hogyan fejlesszük a gyerekek figyelmét óvodáskorban?

Mivel már tudjuk, hogy a gyerekek figyelme hamar elkalandozhat, viszont azt is tudjuk, hogy a figyelmük fejlődésében a legfontosabb eszköz a játék, ezért célszerű erre alapozni. Csupán akkor tudjuk figyelmüket lekötni, ha az adott dolognak az érdekesebb részére fókuszálunk, arra, ami felkelti az érdeklődését. Célszerű fejleszteni a figyelmi sajátosságokat, mert ha már óvodáskorban jó szinten alakul ki a figyelmi képesség, akkor a későbbiek során az iskolai életben ez már a javát fogja szolgálni. Különböző módszerek alkalmazásával fenntudjuk tartani a gyermekek figyelmét, ilyen például a bábjáték, vagy a szerepjáték. (N. Kollár & Szabó, Pedagógusok pszichológiai kézikönyve, 2017) Ahhoz, hogy ezek megvalósuljanak az óvodapedagógusnak kell megterveznie az adott tevékenységet. Többféleképpen is képes az óvodapedagógus fejleszteni a gyerekek figyelmét. Ez történhet szóbeli magyarázattal, beszélgetéssel,

didaktikai játékkal vagy szemléltetéssel. A beszélgetés során az óvodapedagógus törekszik arra, hogy a gyermekek maguk fedezzék fel a kérdés – felelet során az összefüggéseket. Az óvodapedagógus kérdésének irányításával vonják le a gyerekek a következtetést. Fejleszti ez a tevékenység a koncentrált és megosztott figyelmet. A didaktikai játékok során a gyermek gyakorolja a beszédet, ki tud bontakozni, illetve megfigyelési és gondolkodási műveleteket hajt végre. Fontos, hogy a gyermek legyen figyelmes és tartsa be a játékszabályokat. A szemléltetés során az óvodapedagógus bemutat valamit, amelyhez lényeges, hogy magyarázatot is fűzön. Tervszerűen irányítani kell a bemutatást, hiszen csak így érhetjük el, hogy a gyermek megértse és megfigyelje azt, amit át szeretnénk adni neki. Fontos, hogy ne csak nézze, hanem meg is értse miről van szó. Célszerű az, ha a bemutatni kívánt dolog kitűnik a háttérből, hiszen ezzel felkelti a figyelmét a gyerekeknek. Továbbá alkalmazhatunk a gyerekek figyelem fejlesztésének érdekében feladatlapot, kérdéseket, és szemléltetőeszközöket. A feladatlapokat célszerű csak nagy csoportban alkalmazni. Ezzel a módszerrel is fejlődik a gyermek figyelve, mert a megfelelő elvégzésnek feltétele a koncentráció. Ennek segítségével az óvodapedagógus kap visszajelzés a gyermek jelenlegi szintjéről és fejlődéséről, illetve a sikerélmény pozitívan hat a gyerekekre is. A beszélgetés során alkalmazhatjuk a kérdéseket, figyelemfelkeltő szavakat, mint például a „figyeljük csak meg...”, „nézzük meg jól...” kezdetű mondatok. Ezeket akkor alkalmazzuk, mikor fel szeretnénk kelteni a gyerekek figyelmét valami iránt. A különféle illusztrációk, képek, különböző szemléltetőeszközök ugyanúgy képesek fejleszteni a gyermekek figyelmét, hiszen felhívják a figyelmet. A szemléltetőeszközök alkalmazása során nem csak a látás, de más érzékszervek is részt vesznek. Például egy óvodai kirándulás alkalmával a terméseket kézbe vesszük, vagyis alkalmazzuk a tapintást, vagy elsétálunk egy virágzó bokor mellett, melynek illatát az orrunkkal érezzük, így a szaglás is részt vesz. (N. Kollár & Szabó, Pedagógusok Pszichológiai kézikönyve, 2017)

3. VIZSGÁLATI ANYAG ÉS MÓDSZERE

3.1. A kutatás célja és hipotézise

Amint már említettem a bevezető részben, a kutatásom legfőbb célja az, hogy megtaláljam a választ arra a kérdésre, hogy a mozgás milyen hatással és milyen kapcsolatban van az értelmi fejlődésre az óvodáskorban. Ezt a kérdéskört kihegyezve a figyelemre, emlékezetre és a gyorsaság képességére.

Kutatásomban a következő kérdésekre keresem a választ:

Azok a gyermekek, akik a mozgás terén ügyesebben teljesítenek, ők értelmi képességeikben is ügyesebbek?

Van – e bármiféle jelentősége annak, ha fejlesztő játékot alkalmazunk a gyerekek képességeik fejlesztésére heti egyszer?

Azoknak a gyermekeknek fejlődtek - e hatásosabban a kognitív képességeik, akikkel minden héten játszottam, mint akikkel nem?

A lányok értelmi képességei gyorsabban fejlődik, mint a fiúké?

A fiúk mozgása eredményesebb, illetve gyorsabban fejlődik, mint a lányoké?

Hipotéziseim a következők a szakirodalmi áttekintésben és a saját véleményem leírtak alapján:

H1: Feltételezem, hogy a mozgásnak és értelmi fejlődésnek igenis van összefüggése egymással, ezért, azok a gyermekek, akik ügyesebbek a mozgásban, ügyesebbek az értelmi fejlődésükben is.

H2: Feltételezem, hogy pozitív hatása van annak, ha heti rendszerességgel végzünk fejlesztő játékokat.

H3: Feltételezem azt, hogy nagyobb mértékben fejlődtek azok a gyermekek, akikkel rendszeresen végeztem fejlesztő foglalkozást, mint akikkel nem játszottam.

H4: Feltételezem azt, hogy lányok értelmi fejlődése nagyobb ütemben fejlődik, mint a hasonló korú vizsgált fiúké.

H5: Feltételezem azt, hogy a fiúk mozgásban nagyobb fejlődést érnek el rövid idő alatt, mint a hasonló korú lányoké.

3.2. A kutatás körülményei, elvégzése

Kutatásomat a Kaposvári Lorántffy Zsuzsanna Református Óvoda, Általános Iskola, Gimnázium és Kollégium óvodájában, azon belül a Szivárvány csoportban végeztem. Ebbe a csoportba azonos életkorú, középsős gyermekek járnak, tehát 4 – 5 éves gyermekek. Az intézményvezető, az óvodapedagógusok, a szülők és a gyermekek is elfogadók és nyitottak. Mindenben a segítségemben voltak, alkalmazkodtak az ötleteimhez. Négy alkalommal mértem a 12 kiválasztott gyermeket. Mozcásos mérést 2023. 02. 01 – én és 2023. 04. 05 – én mértem. Értelmi mérést pedig 2023. 02. 02 – én és 2023. 04. 13 – án mértem. Ezt a mérést 2023. 04. 06 – án lett volna a legcélszerűbb újra mérni, de akkor már tavaszi szünet volt az óvodában, így rá egy hétre tudtam csak megismételni. Fejlesztő játékot minden héten szerdán végeztem a fele csoporttal, összesen 8 alkalommal: 2023. 02. 08 – tól 2023. 03. 29 – ig, hiszen ekkor van az óvodai csoportnak a mozcásos foglalkozás, így alkalmazkodtam az óvoda szokásrendszeréhez. A mozcásos mérést és mozcásos játékot az óvoda tornaszobájában végeztem, amely jól felszerelt, így minden szükséges eszköz a rendelkezésemre állt. Az értelmi mérést az óvoda logopédia termében végeztem a gyerekekkel egyesével, amely jól elkülönített, külön terem, így zavaró tényező nem volt a mérés során.

3.3. A kutatási eszközök ismertetése

Az adatgyűjtéshez megfigyelés, és mérés módszerét választottam, különös tekintettel arra, hogy ezek megfeleljenek az óvodás gyermekek pszichológiai és biológiai fejlettségének. Első alkalommal megfigyeltem a Szivárvány csoportban járó gyermekeket játék közben, és igyekeztem, minél „eltérőbb” 12 gyermeket kiválasztani. Azért tartottam ezt fontosnak, hogy a kutatásom eredménye minél színesebb legyen. 6 kislányt és 6 kislfiút választottam.

1. ábra
A gyerekek életkori megoszlása

	4 éves	5 éves	Összesen
Lány	3	3	6
Fiú	1	5	6
Összesen	4	8	12

A méréshez 1 tesztet és 2 mozgásos játékot használtam fel. A teszt neve a Szék, lámpa teszt, mely elsősorban a gyermek figyelmét méri. A mért gyermek elé tesszük a lapot, amelyen mindkét oldalán 21 sorban, 19 ábra helyezkedik el soronként. A feladat célja a megtalált székek és lámpák áthúzása. Az első sor gyakorlásként szolgál, itt kipróbálhatja a gyermek, hogy érti-e a feladatot. A teszt elvégzésére 5 perc áll rendelkezésre, 1 perc letelte után a gyermek vagy a vizsgálatot végző megjelöli, hogy éppen hol tart a gyermek. Értékelése úgy zajlik, hogy meg kell nézni percenként mennyi ábrát nézett át a gyermek, illetve azt, hogy mennyit hibázott, vagyis hány ábrát hagyott ki, vagy mennyi rossz ábrát húzott át. (pl.: 1 perc alatt 42 ábrát nézett át, ebből 3 ábrát kihagyott.) Átnézzük az összes sort és lejegyezzük, ezután összegezzük. A teljesítményre voltam kíváncsi, amit úgy számoltam ki, hogy az összes átnézett ábra számát kivontam az összes hibaszámból, majd azt elosztottam az összes átnézett ábra számával és megszoroztam százal. (pl.: $303 - 5 : 303 \times 100 = 98\%$). Eredmények következőképpen alakulnak: 100 – 97% rendben; 97 – 95% átlag alatti; 95% - tól lefelé előfordulhat figyelemzavar. (A szék lámpa teszt, 2017)

Mozgás mérésére Farmosi István és Gaál Sándorné: Óvodások és kisiskolások testi és mozgásfejlődés könyvében találtam rá. Ez egy akadálypálya, amelyet 2001 – ben már alkalmaztak mérésre, amiben a gyermek gyorsaságát és mozgását figyelték meg. Az akadálypálya felépítése a következő: Rajtvonaltól indul a pálya, ettől 1 – 1 méterre el kell helyezni öt darab medicinlabdát. Az utolsó medicinlabdától 1 méterre kell egy 50 centiméter magas akadályt állítani. Ezt követően egy óvodai asztalt helyezünk el, majd a másik oldali akadállyal egyvonalba teszünk egy 40 centiméter magas akadályt. Ettől az akadálytól 2,5 méterre helyezünk el 2 labdát egymással szembe, melyek között a távolság 2 méter. A labdákat összekötő egyenes merőleges a haladás irányával. A célvonalig megmaradt távolságon tornaszőnyeget helyezünk el. A célvonal elvonalban van a rajtvonallal. (Farmosi, 2021, old.: 175) Az akadálypálya teljesítése a

következő: Rajt vezényszóra indulnak el a gyermekek. A medicinlabdák között szlalomozófutással végig haladnak, majd az első akadály alatt át kell bújniuk. Kanyarodással továbbhaladva az asztalra fel kell ugrani, majd kúszva, mászva végig kell haladni az asztal lapján. Az asztal végén meg kell fordulni, és le kell ugrani róla. Megfordulás után a 40 centiméteres akadályt át kell lépni, majd a következő akadálynál a labdákat tetszés szerinti irányból ki kell cserélni egymással. Az utolsó akadálynál a tornaszőnyegnél a hosszúsági tengely körül, át kell hengeredéssel gurulni a szőnyeg túlsó végére. A végén felállva, futással kell a célig továbbhaladni. A mérés előtt minden gyermek egyszer végig mehet a pályán. A pályát segítségadás nélkül, időre kellett teljesíteni. Mérés mellett figyeltem a gyermekek mozgását is.

A mozgásos feladatot nagyon élvezték a gyerekek. Ez Csonka Viktor féle saját fejlesztésű mozgásos játék. (Csonka) Olyan mozgásos játékot igyekeztem keresni, amely játék során fejleszti a gyerekek készségét és képességeit, és mivel minden játék fejleszti ezeket, ezért gondoltam megfelelőnek. A játék lényege, hogy a gyermekek más – más módszerrel ugorjanak bele a különböző színű karikákba. Azért választottam ezt a mozgásformát, mert ezzel a gyermekek használják a memóriájukat és fejlesztik a koordinációs képességeiket is. A játék menete a következő: A pedagógus a földön helyezzen el 7 darab karikát, amelyek kék, piros, zöld, illetve sárga színűek legyenek. A gyermekek egymás után, egyesével haladnak végig a pályán, mintha sorverseny lenne. Önállóan, egymástól függetlenül, mindenki saját maga végzi a feladatot. A játék alapja az, hogy a „rajtvonalnak” kinevezett piros színű karikától eljussanak a „célvonalnak” elnevezett legtávolabbra elhelyezett piros karikába. A két piros karika között, más – más színű karikák vannak elhelyezve, ezekbe kell különböző mozgásformákkal beleugraniuk a gyerekeknek. Az első héten például a piros karikába páros lábbal, a kékbe bal lábbal, a zöldbe jobb lábbal, a sárga karikába pedig vagy guggolásba érkezéssel, vagy mérlegállással lehetett megérkezni. A játék alapjai ezek, melyek már önmagában egyfajta gondolkodást követelnek a játék közben, hiszen a memória mellett használni kell a koordinációs képességet is, ráadásul kettőt együtt, vagyis vegyítve.

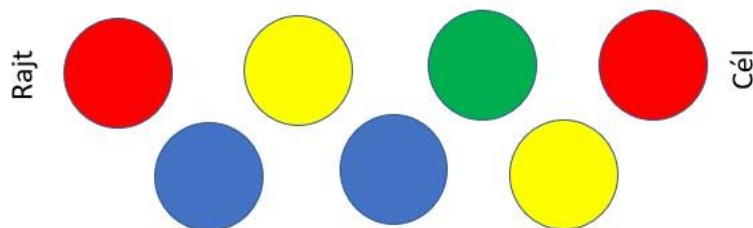
3.4. A kutatás elemzés és értékelése

Csonka Viktor féle mozgásos játék

Először Csonka Viktor féle mozgásos játékot szeretném elemezni és értékelni, mert úgy gondolom ez határozza meg a többi kutatott módszer eredményességét. Kiválasztottam a 12

gyermek közül 3 lány- és 3 fiúgyermeket, akikkel 8 héten keresztül egyszer megismételtük ezt a játékos mozgásformát. Igyekeztem olyan gyerekeket összeválogatni, akiknek különböző eredmény jött ki a Szék, lámpa teszt és az akadálypálya során. Játékos bemelegítés előzte meg minden alkalommal a karikákba „lépkedést”. A játékszabályt az első alkalommal elmondtam nekik, figyelmesen végig hallgatták, és az első próbakör után éreztem, hogy minden gyermek megértette a karikákban végrehajtandó feladatokat. Minden gyermek 4x ment végig a pályán, úgy gondolom, hogy ez volt a határa annak, hogy még kell gondolkozni, de már rögtön tudta a következő „lépést” a játékba. Kisebb tévesztések az első 2 körben fordultak elő, főleg a fiúknál. Volt olyan, aki az első kör során még megállt és gondolkozott, vagy rám nézett, de a 4. végrehajtásnál már gondolkodás nélkül végig ment. Mindegyik alkalommal felcseréltem a karikákba végrehajtandó feladatot, pontosabban 5. héttől ismétlődtek az előző hetek, ami állandó maradt az a piros karika módszerének teljesítése. Az 1. és az 5. héten a piros karikába páros lábbal, a kék karikákba bal lábbal, a zöld karikákba pedig jobb lábbal kellett beleugraniuk a gyerekeknek, a sárga karikába pedig guggolásba kellett érkezniük. A 2. és 6. héten a piros karikába páros lábbal kellett ugraniuk, a kékbe jobb lábbal, a zöld karikába pedig bal lábbal. A sárga karikába mérlegállásba kellett beleállniuk. A 3. és 7. héten a piros karikába szintén páros lábbal ugrás volt a feladat, a kék karikába guggolásba kellett érkezniük, a zöld karikába bal lábbal, a sárga karikába pedig jobb lábbal kellett beleugraniuk. A 4. és a 8. héten a piros karikába ugyan az volt a végrehajtandó feladat, mint az előző hetekben. A kék karikába mérlegállásba, a zöld karikába guggolva kellett érkezniük, a sárga karikába pedig bal lábbal kellett beleugraniuk. Ezt azért tartottam fontosnak, hogy ne a már begyakorolt mozgásokat ismételjék, hanem minden alkalommal tudják használni a logikájukat, gondolkodásukat és memóriájukat, ez által is fejlesztve azokat.

2. ábra
A Csonka féle pálya

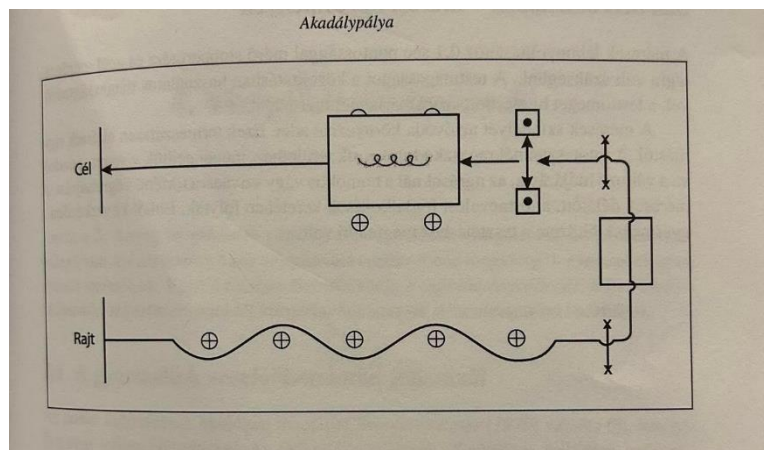


Ezt a mozgásos játékot a gyerekek nagyon élvezték, hiszen nem csináltak más tulajdonképpen csak játszottak. Hétről – hétre ügyesebbek lettek. Előfordult, hogy jobb lábról bal lábra való ugrásnál letette mindkét lábát és utána ugrott át a másik lábára. Az utolsó hetekre ez már gyökeresen megváltozott, fejlődés volt látható, megtanult egyik lábáról a másikra átugrani a két lábára állása nélkül. Csupa pozitív tapasztalat jellemezte a „Csonka – féle” mérést.

Akadálypálya

Mivel mozgásos témával kezdtem, ezért az akadálypályával szeretném folytatni. A termet a mérés előtt kiszellőztettem és berendeztem, elhelyeztem az akadálypályához szükséges tárgyakat a megfelelő helyükre. A tárgyak, amelyekre szükségem volt: négy darab bója, amelyekkel a rajt-, illetve a célvonalat meghatároztam; 5 darab medicinlabda; 4 darab bója, amelyekbe rúd helyezhető, rúdból 2 darab; óvodai asztal; 2 darab gumilabda; és tornaszőnyeg.

3. ábra
Akadálypálya ábrázolása



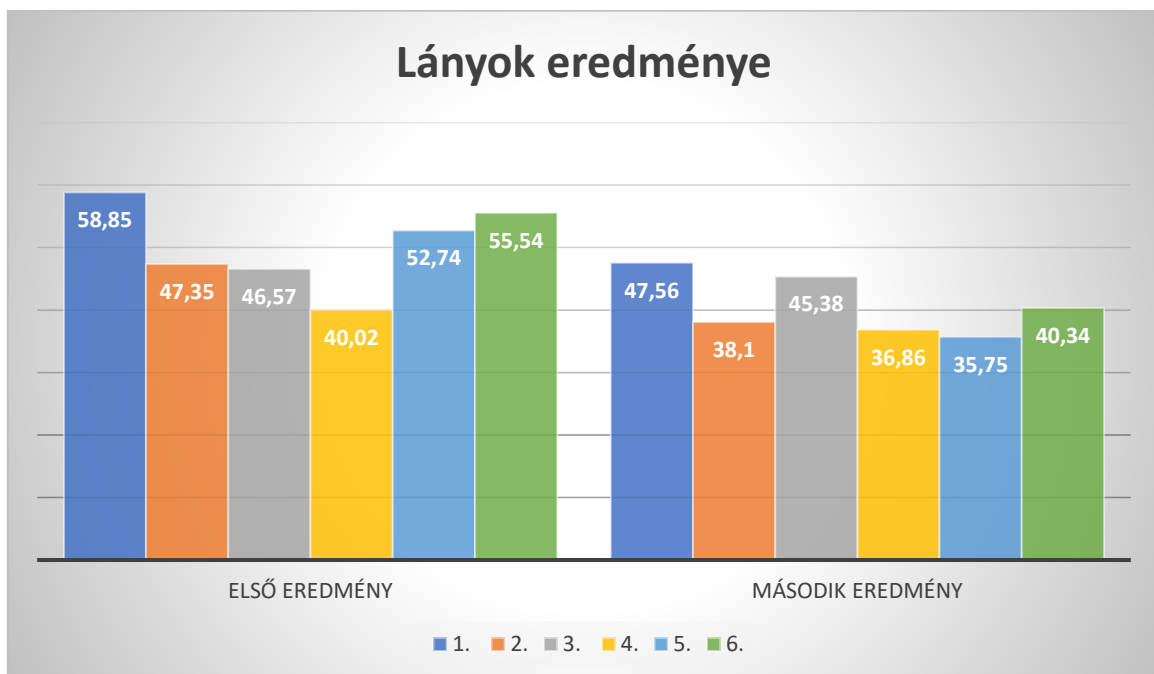
A 12 gyermekkel az akadálypálya teljesítése előtt bemelegítettem, majd elmondtam, hogy melyik eszköznél mi a feladat. Bemutattatást alkalmaztam, az 1. sorszámú gyermeket kértem meg, hogy mutassa meg a feladatokat, majd ez után mindegyik gyermek végig ment a pályán egyszer, hogy lássam, mindenki érti -e mi a feladat. Ekkor még mondtam, hogy melyik akadálnál, hogyan kell végre hajtani a különböző feladatokat, majd, amikor mértem, már nem segítettem nekik. Miután mindenki végig ért egyszer, elmondtam, hogy a „rajt” vezényszóra kell indulniuk. Elindítottam a stoppert az órám, és lemértem őket, hogy milyen gyorsasággal tudják teljesíteni a pályát, illetve amennyiben történt mozgásba, vagy feladat teljesítésében jelentős változás, azt lejegyztettem.

4. ábra
Lányok akadálypálya mérésének eredménye

Első mérés eredménye		Különbség a két eredmény között	Második mérés eredménye	
Sorszám	Másodperc		Sorszám	Másodperc
1.	58,85	11,29	1.	47,56
2.	47,35	9,25	2.	38,10
3.	46,57	1,19	3.	45,38
4.	40,02	3,16	4.	36,86
5.	52,74	16,99	5.	35,75
6.	55,54	15,2	6.	40,34

Úgy gondoltam, hogy az akadálypálya eredménye diagramban sokkal jobban átláthatóbb, ezért elkészítettem abban is. Így jobban látszik a legnagyobb és legkisebb eredmény a két mérés között. Az első mérés során legmagasabb érték 58,85 másodperc, a legkisebb mért érték pedig 40,02 másodperc volt. A másik mérés során a legmagasabb már csak 47,56 másodperc, a legkisebb pedig 35,75 másodperc volt.

5. ábra
Lányok akadálypálya eredménye diagramba

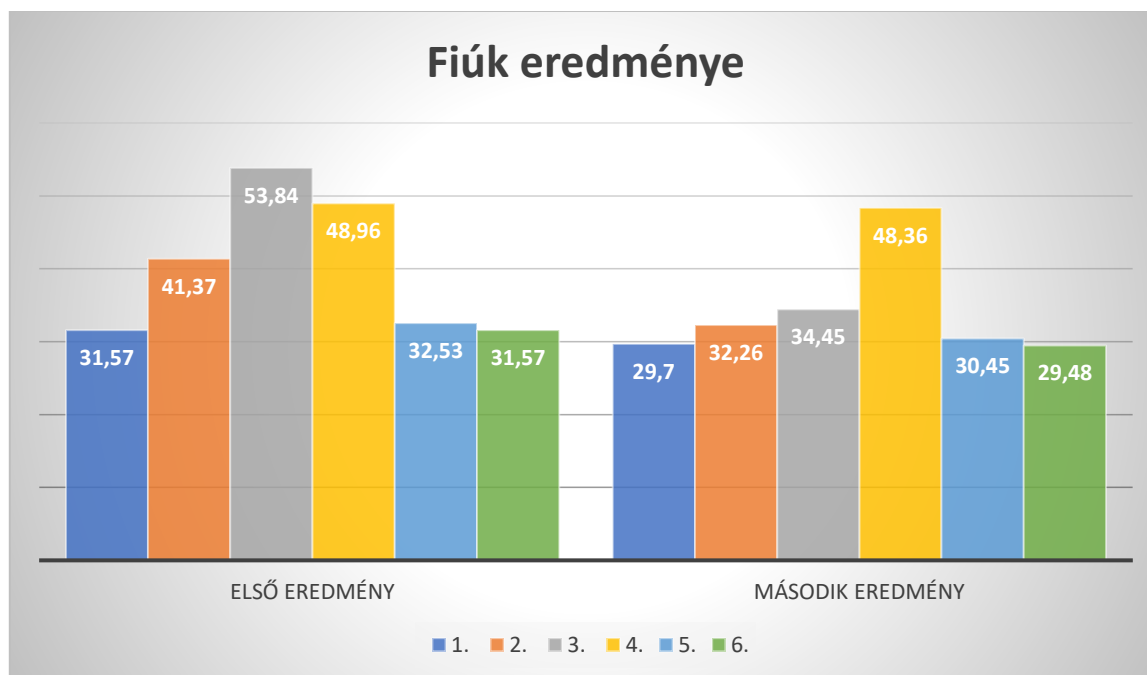


6. ábra
Fiúk akadálypálya mérésének eredménye

Első mérés eredménye		Különbség a két eredmény között	Második mérés eredménye	
Sorszám	Másodperc		Sorszám	Másodperc
1.	31,57	1,87	1.	29,70
2.	41,37	9,11	2.	32,26
3.	53,84	19,39	3.	34,45
4.	48,96	0,6	4.	48,36
5.	32,53	2,08	5.	30,45
6.	31,57	2,09	6.	29,48

A fiúgyermekeknél is elkészítettem táblázat alapján a diagramot, mely által áttekinthetőbb lett. Ezeknél a gyerekeknél az első mérés során legmagasabb eredmény 53,84 másodperc lett, a legalacsonyabb pedig 31,57 másodperc, amelyből kettő is született. Az újramérés során a legmagasabb 48,36 másodperc, a legkisebb pedig 29,48 másodperc lett.

7. ábra
Fiúk akadálypálya eredménye diagramba



Szemmel láthatóan nagyobb a lányoknál a különbség a két mérési érték között. A lányoknál és a fiúknál is egy – egy gyermeknél figyelhetünk meg nagy mértékű változást a két mérési eredmény között. A lányoknál az 5. gyermek két mérési eredménye között 16,99 másodperc különbség látható, még a fiúknál a 3. gyermeknél 19,39 másodperces eltérés van. A lányoknál, akikkel minden héten elvégeztem a Csonka féle mozgásos játékot, ők a 2., 3. és a 6. sorszámmal rendelkezők, a fiúknál pedig a 2., 3. és a 4. Lányoknál a 2. számú gyermek 9,25 másodpercet, a 3. számú gyermek 1.19 másodpercet, a 6. számú kislány pedig 15,2 másodpercet javított az első méréshez képest. A fiúknál a 2. számú kisfiú 9,11 másodpercet, a 3. gyermek 19,39 másodpercet, a 4. kisfiú pedig 0,6 másodpercet javított. Számomra megdöbbenő, hogy milyen vegyes értékek jöttek ki. Arra számítottam, hogy a Csonka – féle mérés pozitív nagy változást fog eredményezni, és kiemelkedni fognak a többi kisgyermek eredményei közül. Ehhez képest ezek a gyermekek között található meg a legjobb, illetve a leggyengébb különbséget futó gyermek. Még a fiúknál a 4. számú gyermek alig javított, addig a 3. számú gyermek óriási mértékben fejlődött. A lányoknál ugyanez megfigyelhető. Még a 3. számú kislány 1,19 másodpercet javított, addig a 6. számú gyermek magasan jobb eredményt futott, mint az első mérés során. A lányoknak az átlag eredménye az első mérés során 50,17 másodperc, a fiúké pedig 39,97 másodperc. A második teljesítés során a lányok eredménye 40,73 másodperc, a fiúké pedig 34,11 másodperc. Habár a fiúk rövidebb idő alatt teljesítették mind kettő mérés során az akadálypályát, mint a lányok, de a lányok 9,44 másodpercet javítottak az első eredményhez képest. Azt a következtetést tudom levonni ez alapján, hogy a lányok rövidebb idő alatt többet képesek fejlődni mozgás terén, mint a fiúk.

Az akadálypálya során igyekeztem figyelni arra is, hogy nézzem a gyermekek testkultúráját, testmozgását. A próbakör során javítottam az esetleges hibákat, ilyen volt például, hogy nem ment végig az összes medicinlabda között szlalomozva, hanem az utolsó kettő mellett elsétált. Ilyenkor megkértem, hogy sétáljon vissza az akadály elejére, és teljesítse újra, odafigyelve erre a hibára. Mikor „élesben” ment, akkor már nem küldtem vissza őket az akadály elejére hiba esetén, csak felhívtam rá a figyelmet, hogy legközelebb ne vétse el. A mérés során előforduló hibák melyek alkalom adtán lassíthatták a pálya elvégzését a következők voltak. Az első mérés során a 3. számú fiúgyermek kihagyott egy medicinlabdát a szlalomfutás közben, ekkor megállt és rám tekintett, tudva, hogy hibázott; szóltam és intettem neki, hogy haladjon tovább. A 6. számú fiúgyermek szlalom futás helyett az elején átlépte a medicinlabdákat, majd javította magát az utolsó két labdára. A 4. és az 5. számú fiúgyermek a labdákat pattogtatták, ezzel időt veszítettek. A lányoknál szintén előforduló hiba a megállás volt, mikor valamit kihagytak, vagy

elfelejtettek. Az 5. számú lánygyermek fordítva kezdett el mászni az óvodai asztalon. A 6. számú lánygyermek „limbózva”, játékosan mászott át az akadály alatt. A második mérés során is előfordultak kisebb „hibák” a végrehajtás során, bár itt már az ismert pálya miatt kevesebb volt jellemző. A 4. számú fiúgyermeknél azt vettem észre, hogy a feladatra koncentráció helyett a társait és a társai reakcióit figyelte. A 4. számú lánygyermek felborított egy bóját, és azt visszaállította a helyére, ahelyett, hogy folytatta volna a pályát, annak ellenére, hogy én szóltam neki. A harmadik számú lánygyermek kihagyta az utolsó feladatot, a tornaszőnyegen való gurulást, erre felhívtam a figyelmét és megkértem menjen vissza, és végezze el. Ezek a kisebb „hibák” áttekintése után tudom levonni azt a következtetést, hogy azok a gyermekek, akik nem tudták hibátlanul teljesíteni a pályát, ők futották a „rosszabb” időt. Azonban ennyi adatból nem szeretnék általánosítani, illetve egymáshoz mérni a gyermekek képességeit és készségeit, hiszen minden gyermek egyéni fejlettséggel rendelkezik.

Szék, lámpa teszt

Számomra legnagyobb meglepetést a Szék, lámpa teszt eredménye okozta. Mindegyik gyermekkel elvégeztem ezt a tesztet külön – külön egyesével. Először ismertettem a feladatot, majd megkértem, hogy mutassa meg a lapon hol lát lámpát és széket, annak érdekében, hogy biztosan jó ábrát húzzon át. Megmutattam mit jelent a sor és hogy balról, jobbra haladunk, hiszen később így fognak megtanulni az iskolában olvasni. Szükség esetén megmutattam, hogyan kell az ábrát áthúzni, majd a lap első sorában ellenőriztem érte – e a végrehajtandó feladatot. Ezután a második sortól kezdve elindítottam az stopper órát és 5 perc állt rendelkezésre a feladat elvégzésére. Mindegyik letelt 1 perc után, húztam egy vízszintes vonalat, ahhoz az ábrához, ahol éppen tartott.

8. ábra
Lányok Szék, lámpa teszt eredménye

Első mérés eredményei					Második mérés eredményei			
Sorszám	Életkor	Átnézett ábrák	Hibák	%-os eredmény		Átnézett ábrák	Hibák	%-os eredmény
1.	4 éves	218 db	5 db	97%		345 db	7 db	97%
2.	4 éves	250 db	3 db	98%		310 db	2 db	99%
3.	5 éves	380 db	9 db	97%		346 db	2 db	99%
4.	4 éves	303 db	5 db	98%		360 db	8 db	97%
5.	5 éves	277 db	4 db	98%		339 db	10 db	97%
6.	5 éves	197 db	15 db	92%		281 db	13 db	95%

9. ábra
Fiúk Szék, lámpa teszt eredménye

Első mérés eredményei					Második mérés eredményei			
Sorszám	Életkor	Átnézett ábrák	Hibák	%-os eredmény		Átnézett ábrák	Hibák	%-os eredmény
1.	4 éves	215 db	2 db	99%		256 db	2 db	99%
2.	5 éves	290 db	12 db	95%		254 db	4 db	98%
3.	5 éves	203 db	7 db	96%		380 db	8 db	97%
4.	5 éves	267 db	3 db	98%		380 db	1 db	99%
5.	5 éves	380 db	7 db	98%		380 db	5 db	98%
6.	5 éves	241 db	8 db	96%		280 db	10 db	96%

Lányoknál az első mérés alapján kiválasztottam a Csonka Viktor féle fejlesztő játékra a 2., 3. és a 6. sorszámmal rendelkező kisgyermeket. A fiúknál pedig a 2., 3. és 4. gyermeket. Azon „dolgoztam” hétről hétre velük, hogy a figyelmüket, memóriájukat és a gondolkodásukat fejlesszem. Meg is lett ennek az eredménye, hiszen a táblázat alapján jól látható, hogy ők érték el a legdrasztikusabb változást a teszt újra töltése során. Azonban a lányoknál az 1., a fiúknál pedig az 1., 5. és 6. gyermeknél stagnálás figyelhető meg a százalékuknál, akik bár több ábrát néztek át összesen, mint először, de hibapontjuk miatt maradt a százalék ugyan annyi. A

lányoknál két esetben fordul elő olyan, hogy a 1% - t csökkent a mérés eredménye. Habár több ábrát néztek át ők is az első méréshez képest, de többet hibáztak. Ők a 4. és az 5. sorszámú gyermekek, akiknél a tesztkitöltésük során kapkodást, illetve figyelmetlenséget tapasztaltam meg. Az első mérés során az látható, hogy a lányok és a fiúk eredményei alapján 8 gyermek figyelme teljesen rendben van, 3 gyermek figyelme átlag alatti, és egy gyermeknél figyelhető meg figyelem zavar. A második eredmény alapján 10 gyermek figyelme rendben van, és 2 gyermek figyelme átlag alatti. Ezzel azt a következtetést tudom levonni, hogy mindegyik gyermek figyelme fejlődött rövid idő alatt.

Az első mérés során a lányok átlaga 96,6%, addig a fiúk eredményének átlaga 97%. A második mérés eredményének átlaga a lányoknál 97,3%, a fiúk mérési eredménye pedig 97,8%. A fiúk 0,1% - kal többet javítottak a két mérés között, mint a lányok.

H1: Arra hipotézisemre, hogy a „mozgásnak és az értelmi fejlődésnek igenis van összefüggése egymással, azért azok a gyermekek, akik ügyesebbek a mozgásban, értelmi fejlődésükben is” csak akkor kapok választ, ha összehasonlítom a gyermekek összes mért eredményét. Átlagot számítottam a mozgás és az értelmi mérés két eredményéből és ez alapján alkottam meg a táblázatot.

10. ábra
Lányok méréseinek átlaga

Sorszám	Első mérés eredménye		Második mérés eredménye		Átlag	
	Mozgás	Figyelem	Mozgás	Figyelem	Mozgás	Figyelem
1.	58,85	97%	47,56	97%	53,2	97%
2.	47,35	98%	38,10	99%	42,72	98,5%
3.	46,57	97%	45,38	99%	45,97	98%
4.	40,02	98%	36,86	97%	38,44	97,5%
5.	52,74	98%	35,75	97%	44,24	97,5%
6.	55,54	92%	40,34	95%	47,94	93,5%

11. ábra
Fiúk méréseinek átlaga

Sorszám	Első mérés eredménye		Második mérés eredménye		Átlag	
	Mozgás	Figyelem	Mozgás	Figyelem	Mozgás	Figyelem
1.	31,57	99%	29,70	99%	30,63	99%
2.	41,37	95%	32,26	98%	36,81	96,5%
3.	53,84	96%	34,45	97%	44,14	96,5%
4.	48,96	98%	48,36	99%	48,66	98,5%
5.	32,53	98%	30,45	98%	31,49	98%
6.	31,57	96%	29,48	96%	30,52	96%

Mind a lányok, mind a fiúk táblázatába sárga színnel kihúztam a legsikeresebb gyermekeket, hiszen ők voltak azok, akik a legrövidebb idő alatt teljesítették a pályát, és magas eredményt értek el a tesztlap kitöltése során. Kék színnel emeltem ki, azokat a gyermekeket, akik szintén jól teljesítettek mindkét feladatban, és zöld színnel emeltem ki azokat a gyermekeket, akiknek a teljesítménye az átlaghoz közelít. A fiúknál az akadálypályát leggyorsabban elvégzett gyerekek a 6. és 2. sorszámú, de a teszt során csupán 96% és 96,5% - t értek el. Ez adja a hipotézisemnek azt a megállapítását, hogy azok a gyermekek, akik mozgás terén jól teljesítenek, nem biztos, hogy értelmi területen is kiemelkedőek.

H2: Arra a hipotézisemre, hogy pozitív hatása van annak, ha heti rendszerességgel végzünk fejlesztő feladatokat, egyértelműen igen a válasz. Mint a kutatómunkám eredményének értékeléséből kiderült, azokkal a gyermekekkel, akikkel heti rendszerességgel játszottam a Csonka féle fejlesztő játékot, azoknak a gyermekeknek az Szék, lámpa teszt második eredménye nagyobb mértékben növekedett pozitív irányba.

H3: Arra a hipotézisemre, hogy nagyobb mértékben fejlődnek azok a gyermekek, akikkel rendszeresen végeztem fejlesztő foglalkozást nem kaptam egyértelmű választ. A Szék, lámpa teszt felméréséből azt a következtetést tudom levonni, hogy fejlődtek a gyerekek, de ha az akadálypálya eredményét nézem, akkor az stagnál, illetve nagyon vegyes értékek jöttek ki.

H4: Arra a feltételezésemre, hogy „a lányok értelmi fejlődése nagyobb ütemben fejlődik, mint az azonos korosztályú gyereké”, a mérés alapján a válaszom nem. A lányok mérésének átlag

eredménye 97%, a fiúké pedig 97,4%. Habár 0,4% a két eredmény közötti különbség, a fiúk még is jobban teljesítettek az első mérés és a második mérés során is.

H5: Arra a feltételezésekre, hogy a fiúk mozgásban nagyobb fejlődést érnek el rövidebb idő alatt, mint a lányok a válaszm az, hogy igen. A fiúk két eredményének különbségének átlaga 5,85 másodperc, még a lányoké 9,51.

4. ÖSSZEFOGLALÁS

Szakedolgozatomat és annak témáját alaposan átgondolva, szakirodalmak alapos átolvasásával, kutatómunkába célszerű vizsgálatok keresésével kezdtem. Igyekeztem minél több és minél átfogóbb kutatómunkát végezni, illetve olyan vizsgálatot keresni, ami az óvodás korosztály számára nem unalmas, inkább érdekes és játékos. Úgy gondolom, hogy átfogó képet tudtam adni az elméleti alapozásban. Szakedolgozatom fejezeteit aszerint építettem fel, hogy melyek azok a témakörök, amelyek a dolgozatom során hasznosak lehetnek. Bemutattam részletesen a mozgást, hiszen ez a mindennapi életünk szerves része, mely akarva és akaratlanul is körülvesz bennünket. Kifejtettem milyen pozitív hatása van, és mennyi idő a napi ajánlott mozgás gyermekkorban és felnőttkorban. Néhány fontosabb ember nevét megemlítettem a mozgásfejlődés fogalmának jelentésével kapcsolatban, mint például Roth, Godin, Andor Tivadar, Meinelt és Malina. A mozgásfejlődés szakaszain belül meghatároztam, mit jelent a naptári és biológiai életkor, emellett pedig kettő mozgásfejlődési periódust is bemutattem. Egyik szakasz Gebbard nevéhez fűződik, a másik pedig Winter nevéhez. Ezt utóbbit részletesebben kifejtettem. Mivel a témámat az óvodás gyermekek körében kutattam, ezért fontosnak tartottam a mindennapi mozgás szerepének bemutatását az óvodában, illetve annak célját, feladatát és eszközeit. A mozgásos fejlődést követte az értelmi fejlődés átfogó bemutatása. Mivel számomra legmeghatározóbb alak ebben a témakörben Jean Piaget, ezért az ő életének rövid bemutatásával kezdtem. Majd meghatároztam az értelmi fejlődés fogalmát, a fejlődés főbb alkotóit, mint például Sigmund Freud és Erik H. Erikson. Ezek után következett Jean Piaget elmélete és elméleteinek szakaszai. Mivel a kognitív képességek valósítják meg az értelmi működést, ezért elsősorban azt tartottam szem előtt, hogy ezzel kapcsolatosan találjak tesztet, így esett a választásom a figyelemre. Meghatároztam a figyelem fogalmát több szempontból is, annak előforduló tulajdonságait és a figyelem hiányának lehetőségét. A vizsgálati anyag és módszere fejezetben megállapítottam a kutatásom célját és hipotéziseit, bemutattem a kutatás körülményeit és elvégzését. Megismertettem a kutatásom eszközeit, illetve ezeket elemeztem és értékeltem. Olyan eredmények is születtek, amelyekre nem is gondoltam volna, azonban minden kérdésemre megkaptam a válaszomat. Az a kérdés, amely a legjobban foglalkoztatott az az volt, hogy azok a gyermekek, akik a mozgásban ügyesebbek, ők az értelmi fejlődésben is ügyesebbek? Azt gondoltam egyértelmű választ fogok kapni erre, és a válasz igen lesz, de e helyett a válasz az, hogy nem feltétlen ügyesebb az értelmi fejlődésben is az a gyermek, amely a mozgásban az. Ami még foglalkoztatott a szakedolgozat során, hogy a fejlesztő játékok pozitív hatással vannak a

gyerekekre, erre az elméleti áttekintésben és a vizsgálatom során is egyértelmű megállapítást vonhattam le. Akár a mozgását, akár az értelmi képességeit szeretnénk fejleszteni a gyermeknek, fejlesztő játékokkal rövid időn belül elérhetünk pozitív eredményeket. Számomra legmegdöbbentőbb eredményt a lányok és a fiúk mozgása, illetve értelmi képességeinek összehasonlítása okozta. Nem is maga a kérdésre adott válasz, mert annak eredményét hasonlóképpen gondoltam, hanem az, hogy a fiúk mozgási fejlettsége már ebben a korban ilyen nagy eltérési tendenciát mutat a lányokéhoz képest. A fiúk mind az első körben, mind a második mérés során szebb eredményeket mutattak, mint a lányok. Még a fiúknál a leggyorsabb eredmény a második körben 29,48 lett, addig a lányoknál 35,75 másodperc. 6,27 másodperces különbség van a két érték között. Az értelmi fejlődés mérése során úgy gondoltam, hogy a két eredményben minimális eltérés lesz, hiszen ebben a korban még az értelmi területen nagyobb eltérést nem tapasztalhatunk a lányok és a fiúk között, de arra nem számítottam, hogy lényegesen ilyen kevés különbség lesz. A méréshez megfelelő eszközöket választottam, hiszen a kérdéseimre megkaptam az egyértelmű választ. Úgy gondoltam, hogy ennyi idő alatt lesz eredmény, de nem lett, ettől függetlenül igenis fejlődött a gyermekek képessége rövid idő alatt. A kutatásom legfőbb célja a mozgás és az értelmi fejlődés kapcsolatának bemutatása volt, amelyet úgy gondolom sikeresen teljesítettem, mind irodalmi szempontból, mind vizsgálati szempontból.

A végeredmények alapján úgy gondolom, hogy minden óvodapedagógus és felnőtt feladata az, hogy a gyermekeknek lehetőséget teremtsenek a fejlesztő játékokra, hiszen ezek által a gyermekek értelmi képességei is hatásosabban fejlődnek.

5. FELHASZNÁLT IRODALOM

Aisha Labi: Kindergarten physical activity recommendations: Here's what you need to know. In. Today (2020. február 1.) Letöltés dátuma: 2023. április 28.

URL: <https://www.today.com/parenting-guides/kindergarten-physical-activity-recommendations-t178600>

Bakonyi Pálné, Szabadi Iлона (Szerkesztette): Az óvodai nevelés programja, Budapest: Tankönyvkiadó, 1973

Bálintné Pál Éva, Beke Éva, Mészáros Jánosné, Sági Beáta, Virág Gizella (szerkesztette: Dr. Papp János): Képességfejlesztés – képességmérés az óvodában, Debrecen: Didakt, 2008 ISBN 963-86653-2-7

Bernáth László, Solymosi Katalin: Fejlődéslélektan olvasókönyv, Budapest: Tertia Kiadó, 1997 ISBN 963-85129-8-9

Bús Imre, Klein Ágnes, Meskó Norbert: Nevelés és kutatás: Tanulmányok az óvodapedagógusképzéshez, Szekszárd: Pécsi Tudományegyetem Illyés Gyula Főiskolai Kar, 2011 ISBN 978-963-7305-38-2

Csonka Viktor: A rendszeres mozgás hatása a kognitív képességekre és azok fejlődésére. In: Módszertani Közlemények 2021 – 61. évfolyam 3. szám Letöltés dátuma: 2023. április 28.

URL: http://acta.bibl.u-szeged.hu/74849/1/modszertani_061_003_165-171.pdf

Czigler István: A figyelem pszichológiája, Budapest: Akadémiai Kiadó, 2005 ISBN 963-05-8237-6

Farmosi István: Mozgásfejlődés, Budapest: Flaccus Kiadó, 2021 ISBN 978-615-5278-20-4 p. 12, p.19-20, p. 24-28, p.175

F. N. Gonobolin: A figyelem fejlesztése, Budapest: Tankönyvkiadó, 1976 p. 7-10 p. 32-44 p. 51-58

Johanna Turner: Az értelmi fejlődés, Budapest: Gondolat Kiadó, 1981 ISBN 963-280-974-2

Kendra Cherry: Jean Piaget Biography (2022. november 2.) In: Verywell mind Letöltés dátuma: 2023. április 28.

URL: <https://www.verywellmind.com/jean-piaget-biography-1896-1980-2795549>

Kendra Moyses: Movement can increase learning in children. (2012. május 30.) In: Michigan State University Extension Letöltés dátuma: 2023. április 28.

URL: https://www.canr.msu.edu/news/movement_can_increase_learning_in_children

Körmöci Katalin: Óvodapedagógiai kislexikon, Budapest: Flaccus Kiadó, 2015 ISBN 978-615-5278-17-4

Makszin Imre: A testnevelés elmélete és módszertana, Budapest – Pécs: Dialóg Campus Kiadó, 2002 ISBN 963-931076-X

Martonné Tamás Márta: Fejlesztő Pedagógia: A fejlesztés főbb elméletei és gyakorlati eljárásai, Budapest: ELTE Eötvös Kiadó, 2002 ISBN 963-463-545-8

Molnár Erika (feltöltő): A szék lámpa teszt. (2017. november 10.) In: Scribd Letöltés dátuma: 2023. április 28.

URL: <https://www.scribd.com/document/364026654/A-Szek-Lampa-Teszt>

N. Kollár Katalin, Szabó Éva: Pedagógusok Pszichológiai kézikönyve, Budapest: Osiris Kiadó, 2017 ISBN 978-963-276-280-7 p. 40-54, p. 376-385, p. 459-465

Jean Piaget.: Az értelmi fejlődés szakaszai. Válogatott tanulmányok, Budapest: Gondolat Kiadó, 1970

Jean Piaget, Barbel Inhelder: Gyermeklélektan, Budapest: Osiris Kiadó, 2004 p. 7-18

Physical activity (2022. október 5.) In: World Health Organization Letöltés dátuma: 2023. április 28.

URL: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>

Pintérmé Tasnádi Ágnes: Mozgásfoglalkozások az óvodában, Budapest: Trefort Kiadó, 2006 ISBN 963446379-7

Rókusfalvy Pál: Az ember fejlődése és fejlesztése, Budapest: Nemzeti Tankönyvkiadó, 2001 ISBN 963-19-2180-8

Salamon Jenő: Az értelmi fejlődés pszichológiája, Budapest: Gondolat Kiadó, 1983 ISBN 963-281-248-4 p. 93-102

Schleinerné Dr. Szányel Erzsébet: Fejlődépszichológia, Pécs: Camenius, 2007 ISBN 978-963-9687-21-9

Schleinerné Szányel Erzsébet: Fejlődéslélektan: Jegyzet óvodapedagógus és tanító szakos főiskolai hallgatók számára, Kaposvár: Csokonai Vitéz Mihály Tanítóképző Főiskola kiadványai, 1999 ISSN 1418-50-08

Torsten Kunz: Pszichomotoros fejlesztés az óvodában: Képességfejlesztés mozgásos játékokkal, Pécs – Budapest: Dialóg Campus Kiadó, 1999

Várkői Ferenc: Kisgyermek tornája, Budapest: Sport Kiadó, 1965

Vígh Istvánné, Fraisz Ferencné, Peregi György: Játék a mozgás? a mindennapi mozgásfejlesztés lehetőségei az óvodában, Novum Kiadó, 2014 ISBN 978-615-5349-29-4

Villányi Györgyné, Magyar Pedagógiai Társaság Kisgyermeknevelési Szakosztálya: Tanulmányok a kisgyermeknevelésről, OKKER Oktatási Iroda ISBN 963-7315-18-7

6. ÁBRAJEGYZÉK

1. ábra A gyerekek életkori megoszlása	28
2. ábra A Csonka féle pálya.....	30
3. ábra Akadálypálya ábrázolása	31
4. ábra Lányok akadálypálya mérésének eredménye	32
5. ábra Lányok akadálypálya eredménye diagramba	32
6. ábra Fiúk akadálypálya mérésének eredménye	33
7. ábra Fiúk akadálypálya eredménye diagramba	33
8. ábra Lányok Szék, lámpa teszt eredménye	36
9. ábra Fiúk Szék, lámpa teszt eredménye	36
10. ábra Lányok méréseinek átlaga	37
11. ábra Fiúk méréseinek átlaga	38

7. MELLÉKLETEK

Szék, lámpa teszt lapja

Név:	Kor:	Datum:
[A page contains a grid of 20 rows and 20 columns of small, stylized symbols or characters, likely used for a cognitive or perceptual test. The symbols are arranged in a regular pattern, alternating between different shapes and orientations.]		

8. NYILATKOZATOK

NYILATKOZAT

a záródolgozat/szakdolgozat/diplomadolgozat/portfólió¹ nyilvános hozzáféréséről és eredetiségéről

A hallgató neve: CSUTORÁS LAURA
A Hallgató Neptun kódja: KTE TIN
A dolgozat címe: A MOZGÁS ÉS AZ ÉRTELMI FEJLŐDÉS KAPCSOLATA
A megjelenés éve: 2023
A konzulens tanszék neve: SZAKDIDAKTIKAI TANSZÉK

Kijelentem, hogy az általam benyújtott záródolgozat/szakdolgozat/diplomadolgozat/portfólió² egyéni, eredeti jellegű, saját szellemi alkotásom. Azon részeket, melyeket más szerzők munkájából vettem át, egyértelműen megjelöltem, s az irodalomjegyzékben szerepeltettem.


Ha a fenti nyilatkozattal valótlan állítottam, tudomásul veszem, hogy a Záróvizsga-bizottság a záróvizsgából kizár és a záróvizsgát csak új dolgozat készítése után tehetek.

A leadott dolgozat, mely PDF dokumentum, szerkesztését nem, megtekintését és nyomtatását engedélyezem.

Tudomásul veszem, hogy az általam készített dolgozatra, mint szellemi alkotás felhasználására, hasznosítására a Magyar Agrár- és Élettudományi Egyetem mindenkori szellemitulajdonkezelési szabályzatában megfogalmazottak érvényesek.

Tudomásul veszem, hogy dolgozatom elektronikus változata feltöltésre kerül a Magyar Agrár- és Élettudományi Egyetem könyvtári repozitóri rendszerébe.

Kelt: Kaposvár, 2023 év 04 hó 28 nap


Hallgató aláírása

¹ A megfelelő dolgozattípus meghagyása mellett a többi típus törölendő.

² A megfelelő dolgozattípus meghagyása mellett a többi típus törölendő.

5. sz. függelék – Hallgatói és konzulensi nyilatkozat minta

NYILATKOZAT

Alulírott CSÜTORÁS LAURA, a Magyar Agrár- és Élettudományi Egyetem, KAPOSVÁRI Campus, CUODAPEDAGÓGUS szak nappali/levelező* tagozat végzős hallgatója nyilatkozom, hogy a dolgozat saját munkám, melynek elkészítése során a felhasznált irodalmat korrekt módon, a jogi és etikai szabályok betartásával kezeltem. Hozzájárulok ahhoz, hogy Záródolgozatom/Szakdolgozatom/Diplomadolgozatom egyoldalas összefoglalója felkerüljön az Egyetem honlapjára és hogy a digitális verzióban (pdf formátumban) leadott dolgozatom elérhető legyen a témát vezető Tanszéken/Intézetben, illetve az Egyetem központi nyilvántartásában, a jogi és etikai szabályok teljes körű betartása mellett.

A dolgozat állam- vagy szolgálati titkot tartalmaz: igen nem*

Kelt: 2023 év aprilis hó 28 nap

Csütörás Laura
Hallgató

NYILATKOZAT

A dolgozat készítőjének konzulense nyilatkozom arról, hogy a Záródolgozatom/Szakdolgozatom/Diplomadolgozatom áttekintettem, a hallgatót az irodalmi források korrekt kezelésének követelményeiről, jogi és etikai szabályairól tájékoztattam.

A Záródolgozatom/Szakdolgozatom/Diplomadolgozatom záróvizsgán történő védésre javaslom / nem javaslom*.

A dolgozat állam- vagy szolgálati titkot tartalmaz: igen nem*

Kelt: 2023 év aprilis hó 26 nap

[Signature]
Belső konzulens

*Kérjük a megfelelőt aláhúzni!