



TANULÁSHOZ SZÜKSÉGES RÉSZKÉPESSÉGEK FEJLESZTÉSI LEHETŐSÉGEI

Tanácsok szülőknek

Alábbi összeállításunkkal főként az iskolakezdés előtt álló 5-7 éves gyermekeknek és szüleiknek szeretnénk fejlesztő- és játékötleket adni az otthon töltött hetekre.

Néhány fontos szempont a fejlesztés tervezésével kapcsolatban:

- A kevesebb néha több: naponta 1-2 alkalommal 10-20 percet szánjunk rá.
- Illesszük be a napirendbe. Például reggeli után és ebéd utáni sziesztát követően, amikor gyermekünk kipihent.
- Egy-egy alkalommal maximum kettő fejlesztendő területre koncentráljunk.
- A fejlesztés oldott légkörben, játékosan történjen, ne jelentsen „nyűgöt” egyik félnek sem.
- Dicsérjük, biztassuk sokat gyermekünket, de ne ok nélkül.
- Szükség esetén előre megbeszélte kisebb jutalommal (egy közös társas/mese/finom falat) motiválhatjuk gyermekünket.
- Közös játékra, mesélésre, beszélgetésre és szabad levegőn való mozgásra szánjunk időt minden nap.

Játékötleinket természetesen kisiskolás gyermekeknek is ajánljuk a szabadidő eltöltésére, de fejlesztő feladatok végzését az iskolai kötelezettségek mellett nem javasoljuk számukra.

Fejlesztési területek:

Nagymozgások: *kisgyermek korban a mozgás és az idegrendszer együtt, egymásra épülve fejlődik, ezért a mozgás fejlődése kihat az idegrendszer fejlődésére is.*

- Gyakorlatok a mozgáskoordináció, az egyensúly fejlesztésére: tyúklépés, pókjárás, rákjárás, nyúlgrás, szlalom futás, páros lábon szökdelés, ugróiskola, egy lábon állás, mérlegállás, kúszás, mászás, gurulás.
- Kialakíthatunk „akadálypályát” a szobában, lakásban, különböző járások, ugrások, kúszások, mászások kombinációjából.
- <https://www.hellowonderful.co/post/animal-exercises-for-kids/>
- https://www.oktatas.hu/pub_bin/dload/kozoktatas/tavoktatas/logopedia/Alapmozgasok_egyensulyi_helyzetek_fejlesztese_kezelesi_terv.pdf
- <http://papasmamasmagazin.hu/gyerek/gyerek-3-6-ev/gyerekfejlodes-2/kint-es-bent-jatszható-mozgasfejlesztő-jatekok-ovodásoknak/>
- <https://www.szuloklapja.hu/jatek-tippek/6464/8-szuper-otthoni-tornavideo-gyerekeknek:-jatekos-gyakorlatok-az-ugyesito-tornatol-a-porgos-tabataig-ovisoknak-kisiskolasoknak.html>
- <https://fejlesztő.fpsz.hu/izgo-mozgo-jatekok/>

Finommozgások:

Kézügyesség: *annak érdekében, hogy az írás elsajátítása ne okozzon nehézséget, szükséges a kéz és az ujjak koordinált mozgása.*

- Elmutogatható mondókák:
- https://www.csaladinet.hu/hirek/gyerekneveles/jatekok_zenek_foglalkoztatok/28615/14_vitamondoka_kezekkel_es_ujjakkal_amikkel_a_szobaban_is_jol_szorakozhattok
- Ujjgyakorlatok (https://www.youtube.com/watch?v=I_U0yBEkDok), árnyjáték kézzel.
- Letakart, zsákba tett tárgyak felismerése tapintással.
- Festés (ujjal, ecsettel, szivaccsal), rajzolás (kréta (aszfaltkréta), filctoll, ceruza), gyurmázás, (sóliszt gyurma, téstagyúrás), vágás, hajtogatás, öltögetés, papírtépkedés-gyűrész-ragasztás, gyöngyfűzés, fonás, körmöcskésés.
- Gombfoci.
- Helyes evőeszköz használat tanítása, ösztönzése.
- Önálló öltözködés.
- https://www.jatekliget.hu/hogyan-segitheted-a-kis-ujjak-ugyesiteset-20-egyszeru-otthoni-otlet-a-finommotorika-fejlesztesere-112?gclid=Cj0KCQjw1Iv0BRDaARIsAGTWD1vBwo3Bym2onAsZZDD36b9H6kXUwIJZrvi-h6OwtMfm__o79uRrTcaAt3wEALw_wcB
- <https://www.szuloklapja.hu/jatek-tippek/4228/kezugyesség-finommotorika-fejlesztese-ovodasnal-kisiskolasnal-14-egyszeru-jatek-hogy-jobban-menjen-az-iras.html>
- Rosta K.-Rudas Zs.-Kisházi G: Hüvelykujjam..., Logopédia Kiadó, 2000.
- Tóth-Kása Ottília: tépkedős-ragasztós, ZID Studio Bt, 2009.

Beszédszervek: *beszédhibák, hangok hibás ejtésének korrekcióját bízzuk logopédusra, de az arc/nyelv/szájtér izmainak edzése otthon is gyakorolható.*

- Fújás: buborék, gyertya, pingpong labda, tollpihe.
- Tükörbe grimaszolás, nyelvtorna, puszidobás, csettintés nyelvvel (lovacska), vicsorítás, csücsörítés, í-ó-í-ó, ó-á-ó-á.
- https://www.oktatas.hu/pub_bin/dload/kozoktatas/tavoktatas/logopedia/A_beszed_motoros_elfelteteleinek_kialakitasa_kezelesi_terv.pdf
- <https://fejleszto.fpsz.hu/szajalo-nyelvelo-jatekok/>

Szem-, illetve szem-kéz koordináció: *a sorok közötti tájékozódáshoz és a vonalközben való íráshoz szükséges a szemmel való követés és fixálás képessége, illetve a szem és kéz összehangolt működésének a képessége.*

- Célba dobás: párnával, babzsákkal, karikával, papírgombóccal tárgyra, lavórba, dobozba, cél távolsága fokozatosan növelendő.
- Labda, kisautó gurítása adott pontba (autóverseny, kugli).
- Labdajátékok.
- Víz töltés pohárba, „leves” merés tányérba. Gyakorolható esti fürdés közben, vagy meleg idő esetén akár a teraszon vízzel.
- Rajzolás, kézműveskedés (Isd. kézügyesség témánál).
- Labirintus, útvonalkereső feladatlapok.
<https://docs.google.com/viewer?a=v&pid=sites&srcid=ZGVmYXVsdGRvbWFpbXNzdWxpdmFyb3xneDo2MDA3YzFkNTRjYmY3OTBm>

- <https://docs.google.com/viewer?a=v&pid=sites&srcid=ZGVmYXVsdGRvbWFpbnxzWxpdmFyb3xneDo3MGZlODVkyTZhNGY5Njg0>

Testtudat, testséma ismeret: *a saját test ismerete biztosítja az alapját a térben való tájékozódásnak.*

- Eleinte tükör előtt, majd nélküle gyakorolhatjuk a testrészek megnevezését és mutatását saját testen, illetve családtagon, játékbabán.
- Gyermeünk becsukja a szemét, megérintjük valahol, ő pedig mutassa meg, és nevezze meg, hol érezte az érintést. Lehet fordítva is játszani: megnevezzük a testrészt, majd mutassa meg a megnevezett testrészt.
- Rajzoljunk egyszerű alakzatokat (pl: nap, szív, mosoly) a hátára, találja ki, mi az.
- Padlóra terített nagy papírlapra (háztartási csomagoló/padlóra ragasztott lapok) rajzoljuk körül a gyermeket, majd ő berajzolhatja a testrészeit, öltözkését.
- Tükörkép játék: kövesse a mozdulatainkat, mint egy tükörkép.
- Öltöztető játékok.
- Hiányos alakábrázolások kiegészítése.
- <http://www.otthonifejleszt.es.hu/category/orientacios-kepessegek>
- http://tap-ir.ultraweb.hu/tap/tanulasi_tech/testsema.doc
- <http://www.kepesvagyrafejlesztotahaz.hu/kepes-vagy-ra-blog/testsema-kialakitasa-fejlesztese.html#.XonlM25uLtM>
- Kocsis L-né-Rosta K: Ez volnék én? Logopédia Kiadó, 2006

Téri tájékozódás: *téri irányfogalmak (előtt, mögött, mellett, alatt, között, stb. jobb-bal) ismerete, irányok azonosításának, megkülönböztetésének képessége térben és síkban. Mindezek ismerete szintén szükségesek az írás-olvasás elsajátításához.*

- Téri viszonyulást jelentő szavak gyakorlása, használata a mindennapokban.
- Eleinte a környezetünkben lévő tárgyról, majd képről állítások megfogalmazása irányfogalmak használatával, illetve erre vonatkozó kérdésekre válaszadás (pl: Hol van a maci? A maci az ágy alatt van.).
- Szülő által elkészített sorminta, vagy építmény másolása (lehetséges eszközök: Lego, fakocka, színes pálcika, ...).
- Feladatlapok:
<https://docs.google.com/viewer?a=v&pid=sites&srcid=ZGVmYXVsdGRvbWFpbnxzWxpdmFyb3xneDo5MmNhZDFhMTQ1ZjUyODc>
- Térkép (alaprajz) készítése a lakásról majd útvonalak megbeszélése és kipróbálása a lakásban, majd az alaprajzon. (Pl: Hogyan jutok el a konyhából a gyerekszobába? Kilépek a konyhaajtón, balra fordulok, lépek előre ötöt, aztán jobbra fordulok.)
- <http://ovi-isi.hupont.hu/7/teri-tajekozodast-fejleszt-jatekok>

Általános tájékozottság: *ide főként személyes környezetének, adatainak ismerete tartozik.*

- Nézegessenek fényképeket, beszélgessenek családtagokról, korábbi utazásokról, foglalkozásokról, lakhelyekről, családi kapcsolatokról, családi történetekről.

Idői tájékozódás: *idővel kapcsolatos fogalmak ismerete.*

- Napszakok, évszakok, hét napjainak, hónapok ismerete tegnap-ma-holnap, tavaly-jövőre szavak megfelelő használata.

- Napirend megbeszélése, napszakokhoz kötése, képekkel ábrázolva.
- Képtörténet megbeszélése, majd képek összekeverése és kirakása helyes sorrendben.
- <http://www.otthonifejleszttes.hu/orientacios-kepesssegek/idobeli-tajekozodast-fejleszto-jatekok>
- Marék Veronika: Tegnap, ma, holnap, Móra Könyvkiadó

Szókincs, beszédértés, beszédkézség, gondolkodás: *értse a körülötte elhangzó kommunikációt, meg tudja fogalmazni gondolatait, látott, hallott tapasztalatait.*

- Mesélés fejből, könyvből, képnézegetéssel. Ismeretlen szavakat beszéljük meg. Személyes helyzeteket, élő nyelvet nem pótolja a képernyő. <http://varazsbetu.hu/mesetar>
- Találós kérdések:
https://www.csaladinet.hu/hirek/gyerekneveles/jatekok_zenek_foglalkoztatok/24139
- Vegyünk elő eseménydús képeket. Beszélgessünk arról, mit ábrázol. Motiváljuk gyermekünket összefüggő mondatok megfogalmazására.
- Story cube (sztorikocka): történetszövés – házilag is készíthető.
- Rövid mese összefoglalása, események sorrendbe állítása, történet másféle alakítása.
- Történet képeinek sorrendbe állítása, majd történet elmesélése.
- Esti mese könyvből, fejből.
- Szógyűjtés főfogalom szerint (jármű, gyümölcs, bútor, stb).
- <https://fejleszto.fpsz.hu/szogyujtogeto-jatekok/>
- <https://fejleszto.fpsz.hu/mondatepito-jatekok/>
- <https://fejleszto.fpsz.hu/szoragaszto-jatekok/>

Figyelem: *a jól rögzíthető és tartós figyelem feltétele a tanulásnak.*

Hallási figyelem:

- Csöndben füleljünk, nevezzük meg, milyen hangokat, zajokat hallunk a környezetünkben.
- Tapsoljunk le egyszerű ritmust. Kérjük meg gyermekünket, ismételje el, amit hallott.
- Zajkeltés különböző tárgyakkal, felismerni, mit hallott. Eleinte be is mutathatjuk, miket fog hallani.
- Dobozkába, Kindertojás belsejébe különböző apró tárgyakat, terméseket teszünk. Megrázva eltérő hangot adnak. Ha mindből van két azonos, párosíthatók a hang alapján.
- Mesélés előtt nevezzük meg egy szót, amit gyakran elhangzik a mesében. Kérjük meg gyermekünket, koppintson, amikor megbeszélte szót hallja.
- Erre csörög a dió...: bekötött szemmel meg kell találni a hang forrását.
- Ismételjük: repül a, repül a ..., és nevezzük meg bármilyen főnevet. Gyermekünk ha repülő tárgyat hall, magasra nyújtózik, ellenkező esetben leguggol.
- Józsi /Erzsi mondja: ülj le, ...: különböző utasításokat adunk az előbbi két forma egyikével, ha Józsi mondja, gyermek állva marad, ha Erzsi mondja, megcsinálja, amit mond.
- https://www.oktatas.hu/pub_bin/dload/kozoktatas/tavoktatas/logopedia/Hallasi_figyelem_beszedfigyelem_kialakitasa_kezelesi_terv.pdf
- <https://fejleszto.fpsz.hu/fulelo-jatekok/>

Látási figyelem:

- Szobában körbe nézve, ablakon kinézve megnevezünk látott dolgokat (szókapcsolatok, majd mondatok formájában), gyermeknek meg kell találnia.

- Böngésző könyvek, füzetek.
https://egigerokonyvek.blog.hu/2018/11/03/bongeszko_konyvet_minden_gyerekszobaba_701
- Rejtett képek: adott részlet megkeresése egy képen.
- Bárányfelhős, részben felhős égbolton formák, figurák keresése a felhők rajzolatában.
- Előre megmutatott geometriai (kör, háromszög, téglalap, ...) formák keresése térben, képen.
- Különböző tárgyakat (játékok, konyhai eszközök,...) kiteszünk, majd egyet megnevezünk, azt kell többi közül kikeresnie. 4-5 tárggyal kezdünk, ha ez könnyen megy, az elemszámot alkalmanként növelhetjük.
- Papírlapra rajzolunk egy formát (pl: kör, négyzet, háromszög), ezt kell valamilyen ábrává, rajzzá kiegészíteni.
- Különbségkereső képpárok.
- Puzzle, Dobble, Bingó.
- <https://docs.google.com/viewer?a=v&pid=sites&srcid=ZGVmYXVsdGRvbWFpbnxzZWxpdmFyY2MmE0b3xneDo0N2U5NWJhMjhhMjY2MmE0>
- <https://fejlesztok.hu/segedletek/pedagogiai-segedletek/159-vizualis-eszleles-figyelem-emlekezetfejlesztos-jatekosan.html>

Emlékezet: *hallott, látott dolgok megjegyzése, felidézése -azonnal, késleltetve, hosszabb távon-.*

- Mesélünk egy rövid történetet. Előtte gyermekkel megbeszélünk három szót, ha szöveg közben ezeket hallja, akkor koppintson.
- Papagájjáték: egyre bővülő szósorok utánmondása.
- Egyre bővülő utasítássor végrehajtása. (Pl: Tedd a macit a dobozba, guggolj le, hozz egy pohár vizet, ...stb)
- Este nap eseményeinek felidézése.
- Asztalra néhány képből kirakunk egy sorrendet. Ezt követően egyet elveszünk, majd megkérjük a gyermekünket, idézze fel, melyik hiányzik. Sorrend felcserélésével is végezhető.
- Minta kirakása emlékezetből (gyöngyből, építőkökből, stb) egyre bővülő elemszámmal.
- Memória játék.
- <http://ovi-isi.hupont.hu/5/emlekezet-fejlesztos-jatekok>
- <http://www.kepessegefejlesztos.hu/vizualis-eszleles-figyelem-es-emlekezetfejlesztos-jatekgyujtemeny-ovodasoknak-es-kisiskolasoknak/>

Számolási készség: *ide tartozik a mennyiségi fogalmak ismerete (több, kevesebb, ugyanannyi), számlálás tízig, számolási műveletek ötös számkörben.*

- Tízes számkörben mennyiség azonosítása, hozzáadás, elvétel, szétosztás gyakorlása tárgyakkal, ujjakkal segítve. Több, kevesebb, ugyanannyi fogalmak használata.
- Dobókockás játékok, dominó
- Boltos játékok

Feladattudat, feladattartás: *Fontos, hogy gyermekünk megértse és elfogadja, hogy bizonyos dolgokat akkor is meg kell csinálni, ha nincs hozzá kedvünk.*

- Szükség esetén ennek kialakulását segíthetjük, ha kisebb feladatokkal, házimunkába való beeggyeztetéssel rendszeresen megbízuk őt, és annak elvégzését el is várjuk tőle. Kezdetben végezhetjük együtt a feladatot.

Egyéb ajánlott irodalom, linkek:

- <https://iskolas-leszek.webnode.hu/letoltheto-konyvek/>
- https://www.csaladinet.hu/hirek/gyereknevelés/jatekok_zenek_foglalkoztatok/
- https://www.csaladinet.hu/hirek/gyereknevelés/gyerekirodalom_hangos_mesek/
- <http://varazsbetu.hu/letolt/index.htm>
- <https://www.hellowonderful.co/post/easy-indoor-activities-for-kids/>
- <https://www.youtube.com/watch?v=oQMxPspueZI>
- <http://www.otthonifejlesztés.hu/>
- <http://www.abcaademia.hu/jatekgyujtemeny.html>
- <http://papasmamasmagazin.hu/gyerek/gyerek-3-6-ev/kreativkodas/ne-dobd-ki-a-kartondobozt-ciposdobozt-mostantol-szuper-jatekokat-keszithetsz-beloluk-hazilag/>
- <https://mokastanitas.hu/blog/elolvasom/lakasban-is-jatszható-25-mozgasos-jatek-33>
- <https://m.szuloklapja.hu/gyermekprogramok/6445/107-szuper-benti-jatek-es-elfoglaltsag-gyerekeknek:-ennyi-mindent-csinalhatsz-otthon-ha-nem-lehet-kimenni.html>
- <https://famiily.hu/igy-ne-bolonduljatok-meg-a-negy-fal-koze-zarva-81-csaladi-program-tipp-otthonra/>
- <https://thedadlab.com/>
- <https://jateksziget.hu/blogs/blog/mindfulness-gyakorlatok-gyerekeknek-ut-a-teljesseggel-megelt-gyermekkor-fele>
- Eline Snel: Ülj figyelmesen, mint egy béka, Scolar Kiadó, 2019
- Csabay Katalin: Lexi, Nemzeti Tankönyvkiadó, 2014

Vadaskert Alapítvány

Vadaskert Kórház és Szakambulancia

www.vadaskert.hu