

Kisiskolás kor (6–10 év)

A kisiskolás kor éve a nyugodt, egyenletes fejlődés éve. Már létrejöttek a főbb keretek, a későbbi jellem sok tekintetben kialakult. A függőség még elég nagy, még nincs késő, hogy a dolgokon változtassunk, alakítsunk. Ebben a korban a fejlődés feladatai (Havighurst szerint):

- A fizikai adottságok javítása, az idegrendszer mind magasabb szintű szabályozása.
- A felnőtt szintű kommunikáció képességének elsajátítása, bonyolult fogalmak, szimbólumok, logikai szerkezetek használata.
- A kortársak felé irányulás, a családi függőség oldódása. Az öntudat, az erkölcs (moralitás) és az értékrend kialakulása.

A kisiskolás kor kezdete egybeesik az első alakváltozás korával. Míg a kisgyermek testformáit a gömbölyűség, a rövid végtagok jellemezték, a kisiskolás már arányosabb, testformája jobban tagolt (a fiúknak kezd megerősödni az izomzatuk, kezdenek kicsit vállasodni; a lányoknak kezd a derekuk, csípőjük kialakulni). Ennek a harmonikusabb testformának a teherbíró képessége is nagyobb. Elsősorban az idegrendszerben következnek be olyan változások, amelyek képessé teszik a gyermeket, hogy mozgását megfelelően szabályozza. Ennek főleg a finom mozgások javulásában van szerepe, ami az írástanulás szempontjából elengedhetetlen. Bár az izommozgások összerendezettsége javult, továbbra is igen fontos, hogy a gyermekek az erre a korra is jellemző nagy mozgásigényüket kielégíthessék a kedvelt mozgásos játékokkal. Ezek következtében 7–8 éves korra a testsúlyuknak több mint 1/4-ét már az izomzat alkotja. Az egyes izomcsoportoktól még csak rövidebb ideig várható el nagyobb teljesítmény, a 6–10 éves gyermek hosszabb ideig tartó megterhelést még nem tud elviselni. Bár a csontrendszer is erőteljesebb fejlődésnek indul, még alacsony a kalcium-, só-, foszfát-só-tartalma, ezért a csontozat még hajlékony. Ebből következik, hogy egyenetlen terhelésnél könnyen deformálódik, elgörbül. Az idegrendszer és a személyiség fejlődése, a határozott éntudat kialakulása eredményezi, hogy a gyermek érdeklődése a külső világ felé fordul, a meseelemek egyre jobban kiszorúlnak. Ezt nevezzük a tárgyi érdeklődés korának. Az érdeklődés a tanulás alapja, így annak fenntartása mind az otthon, mind az iskola részéről rendkívül fontos. Ennek alapvető és legjobb módja, ha a „második miért” korszakát élő gyerek millió kérdésére türelemmel válaszolunk, sőt újabb és újabb kérdésekre ösztönözzük azzal, hogy minden újra, érdekesre, a dolgok közötti összefüggésekre felhívjuk a figyelmét. Az érdeklődés a dolgok, jelenségek valósága és összefüggései iránt segítik mind az önkéntelen, mind a szándékos figyelem fejlődését. Az óvodás korú gyermekre általában az önkéntelen figyelem jellemző, a tanulás egyre jobban igényli a szándékos figyelmet.

A kisiskoláskorú (6-10 éves) gyermek nagyon szeret szaladgálni, ugrálni, de már nemcsak a mozgás örömeért, hanem meghatározott célért (pl. versenyek). Szüksége van továbbra is a mozgásra, nyugtalan és figyelmetlen, ha hosszú ideig egy helyben kell ülnie. A tanulók naponta 6-7 órát töltenek a padban nem a legkedvezőbb ülőbútorokon.

Az iskolás gyermeknek nemcsak a helyes ülést, hanem a helyes állást is meg kell tanítani. 6-10 éves korig minden motorikus igénybevételi forma lehetséges, a sokoldalúság, változatosság hangsúlyozásával. A gyermek a mozgásait jobban koordinálja, kitartóbban tud figyelni, koncentrálni tevékenységére, még az egyhangúbbakra is.