

1. BIOLÓGIAI ÉS TESTI FEJLŐDÉS KISISKOLÁSKORBAN

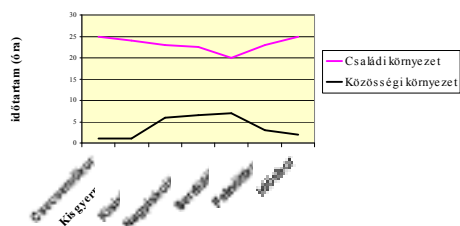


Kisiskoláskor (6-10 éves kor)

Mire képes már egy 7 év körüli gyerek?

- több mint 200 tevékenységi helyzetben vesznek részt a gyerekek naponta, és ebből kb. 12 valósul meg (Barker és Wright, 1955)
- növekszik a felügyelet nélkül eltöltött idő

Családban ill. közösségi környezetben eltöltött
napi átlagos időtartam megoszlása életkoronként



- egyre többet várnak el tőlük a felnőttek
- iskoláskorú gyerekek képesek is megfelelni ezeknek a követelményeknek, testi és értelmi képességeik is gyarapodnak



**Önálló feladatvégzés, célok megfogalmazása,
kísértésnek való ellenállás, kitartás**

TESTI ÉRÉS JELEI

1. Első fogváltás



2. Testméret gyarapodása



- magasságuk és erejük is nő
- átlag 6 éves gyerek 105 cm és 22 kg, serdülőkorban 150 cm és 45 kg
- táplálkozási és genetikai tényezők együttese szerepet játszik



Janes (1975): hátrányos helyzetű és magasság összefüggése

Eveleth és Tanner (1976): kulturális különbségek

- lányok magasabbak a fiúknál, mivel a lányoknál a fizikai fejlődés gyorsabban következik be



- „baby face” eltűnik



3. Agy fejlődése

- gyerekek mozgékonyabbakká válnak, mozgásuk összerendezett
- nagymotoros készségek fejlődése, nemi különbségek

	6 év	7 év	8 év
	• pontosabb mozgások (lányok)	• egyensúlyozás becsukott szemmel • kötélén tudnak néhány lépést tenni	• erősen meg tudnak szorítani egy tárgyat • ritmikus mozgást képesek végzeni (tapsra, ütemre)
	• kevésbé komplex mozgások (fiúk)	• beletudnak ugrani egy körbe (ugróiskola)	• kislabda dobás (fiúk messzebbre) • legtöbb játékban ekkor vesznek részt

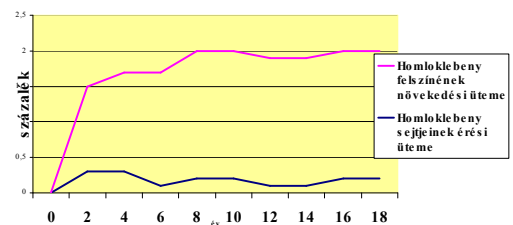
9 év	10 év	11 év
• súlypont emelkedés: (lányok 20,3 cm, fiúk: 25,4 cm) • lányok és a fiúk kislabdadobás kb. 12 m	• meg tudja határozni egy kislabda irányát és el tudja kapni • 510 cm/sec futás	• távolugrás: lányok: 135 cm, fiúk: 150 cm



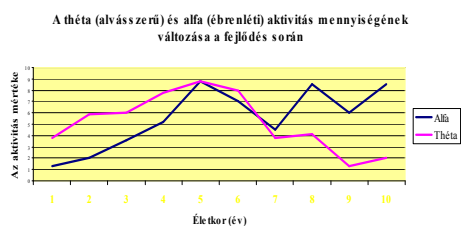
Magyarázatok a fejlődési változások bekövetkezésére:

1. Megváltozik a két agyfélteke munkamegosztási kapcsolata: lateralizáció → kifizomultabb cselekvés, magasabb szintű gondolkodás
2. Nem a lateralizáció okozza: első néhány hónapban már eltérő elektromos mintázat; csecsemőknél jobb félteke domináns a beszédhangok észlelésében, gyakrabban használják egyik kezüket
3. Agy méretének növekedése és elektromos aktivitás mintázatának változása

A homloklebeny felszínének növekedési és idegsejtjeinek érési üteme a fejlődés folyamán



4. 6-8 éves korra a kéreg mielinizációja befejeződik, ez az agy területei közötti összeköttetések megváltozását idézi elő
5. Ébrenléti hullámok aktivitásának mintázata megváltozik



- homloklebeny magasabb szintű összehangolást eredményez, sérülése következtében torzul a viselkedés



HOMLOKLEBENY NÖVEKVŐ SZEREPE

EGÉSZSÉGES ÉLETMÓD ISKOLÁSKORBAN



TÁPLÁLKOZÁS

- táplálkozás minősége jelentősen meghatározza az élet más aspektusait is
- Guatemalai longitudinális felmérés: szociális és érzelmi dimenziók
- könnyebben barátkoznak, több pozitív érzelem, kevésbé szorongók, önbizalom, kognitív teljesítményt is befolyásolja
- alultápláltság: csökkent érdeklődés, kisebb motiváció, szociális, fizikai és kognitív problémák



Túltápláltság (obezitás)

- normális kövérség: közvetlen környezetben ez a szokás
- fejlődési kövérség: családi problémák következménye, szülők közötti tartós feszültség hatására, túlgondozás formája
- reaktív kövérség: súlyos emocionális stressz hatására



Kövérség okai:

- csecsemő-és kisgyermekkorú túltáplálás okozza, zsírsejtek száma nő
- genetikai tényezők

A kövérség következménye okoz pszichológiai problémát.