

Kedves Szülők!

Az alábbiakban a gyermekek sikeres iskolakezdéséhez szükséges tényezőkről olvashatnak egy Áttekintést, kiegészítve néhány egyszerű praktikus javaslattal, amelyekkel otthon játékos formában Önök is segíthetik az egyes részképességek fejlődését, olyan módon, hogy közben a kapcsolatuk is erősödik, és közös élményekkel gazdagodhatnak.

Az iskolakészültség komplex fogalom, megfelelő foka azt jelenti, hogy a gyermek **testi, kognitív, érzelmi és szociális érettség tekintetében is** eljutott arra a fejlettségi szintre, amely lehetővé teszi, hogy sikeresen alkalmazkodjon az iskolai elvárásokhoz. Ha egy gyermek „okos”, „ügyes” már olvas, számol, az önmagában nem jelenti még azt, hogy iskolaérett. Szükséges valamennyi alábbi terület harmonikus fejlettsége.

1. Testi (fizikai) érettség, nagymozgások összerendezettség, grafomotoros készségek, testséma, dominancia kialakulása

Mit jelent?

- Testalkat megváltozása, fogváltás, kézfej csontosodása
- Megfelelő fizikai állóképesség, teherbírás
- Megfelelően összerendezett nagymozgások (futás, ugrás, váltott lábbal lépcsőzés) és egyensúlyérzék
- Finommotorika fejlettsége (szabályos ceruzafogás, rajzolás, gombolás)
- Jobb–bal irányok érzékelése kezd kialakulni
- Megfelelően eligazodik a saját testén, felismeri, megnevezi a testrészeit
- Kialakult dominancia (jobb, bal kezesség)
- Képes a szem-kéz megfelelő koordinálására. *Alapfeltétele az írás-olvasás tanulásának, hogy a szemével úgy tudja követni a kezét, hogy közben nem a kezére, hanem a leírtakra figyel.*
- Érzékszervek megfelelő működése (látás, hallás)

Hogyan támogathatják a szülők?

- **Nagymozgások:** sok mozgásos tevékenység, játszótér, mászókázas, hintázás, futás, kirándulás, labdajátékok, ugróiskola, ugrókötelezés, séta vonal mentén, babzsákkal fejen, stb.
- **Finommotorika:** gyöngyfűzés, gyurmázás, tépés, vágás, ragasztás, rajzolás, tészta gyúrás, evőeszköz használat gyakorlása
- **Kontroll szemészeti vagy hallásvizsgálat**
- Ha szükséges **mozgásfejlesztés szakembernél** (pl. TSMT torna, DSZIT)

2. Kognitív (értelmi) érettség

Mit jelent?

- Életkornak megfelelő szándékos figyelem (15 perc kitartó figyelem, akkor is, ha nem kedvenc tevékenység) *Figyelmi kapacitás összefügg az idegrendszeri érettséggel. Ugyanakkor a pszichés állapot (pl. szorongás) is befolyásolhatja.*
- Emlékezet (4-5 elemből álló szósor, számsor, képsor visszamondása, felidézése)
- Gondolkodási képességek, fogalmi gondolkodás, dolgok csoportosítása (pl. gyümölcsök, bútorok, stb.) ok-okozati összefüggések, sorrendiség, mennyiségfogalom, 10-es számkörben eligazodás, problémamegoldás, időbeli tájékozódás (évszakok, hónapok, napszakok)
- Alapvető fogalmak ismerete (színek, formák, mennyiségek).
- Szókincs és beszédképesség megfelelő fejlettsége, önmagával, világgal kapcsolatos általános tájékozottság

Hogyan támogathatják a szülők?

- **Beszédképesség:** beszélgetés, közös mesélés, könyvek nézegetése, szókincsbővítés, szójátékok, mondókák
- **Emlékezet, logika:** puzzle, kirakók, memóriajátékok, papagájos játék
- **Figyelem:** egyszerű feladatsorok, például „keress meg 5 piros tárgyat”, ha szükséges mozgásfejlesztés (képernyő idő szabályozása mind időben, mind tartalmában)
- **Mennyiségfogalom:** mindennapi helyzetek kihasználása – „hozz ide négy almát”, adj ide 6 kanalat, stb. számoljuk meg a piros autókat, stb.

3. Érzelmi (pszichés) érettség

Mit jelent?

- Biztonságosan elválik a szülőtől, ismeretlen helyzetben fokozatosan feltalálja magát
- Tolerálni tudja a kudarcot, újra próbálkozik
- A gyermek képes érzelmeit, ösztöneit uralni, késleltetni
- Érdeklődik az iskola, a feladatok, képes feladathelyzetben maradni

Hogyan támogathatják a szülők?

- **Érzelmi biztonság támogatása,** biztonságos otthoni légkör, érzelmi válaszképesség
- Következetes, mindkét szülő által képviselt **szabályok**
- **Rutinok:** következetes napirend, kiszámíthatóság
- **Játékidő:** szerepjátékok, közös mesénézés, beszélgetés az érzelmekről
- **Pozitív megerősítés** nem csak teljesítményért, hanem a megtett erőfeszítésért
- **Frusztrációkezelés, késleltetés gyakorlása:** sorban állás játéknál, társasjátékok (nyerni–veszíteni).
- Ha szükséges egyéni, vagy csoportos pszichológiai támogatás, pl. szorongásoldó csoport, mese csoport, gyerekdráma csoport
- Iskolára készülő gyermekeknek készített mesekönyv pl: Antalfai Márta, Szvatkó Anna, *Nem félünk a farkastól*

4. Szociális érettség

Mit jelent?

- Tud kapcsolatot létesíteni, akár kezdeményezni felnőttekkel, gyermekekkel
- Együttműködés társakkal, felnőttekkel
- Konfliktusait tudja kezelni, segítséget kér, ha szüksége van rá, kifejezi szükségleteit
- Önállóság (pl. öltözködés, pakolás, wc használat)
- Képes szabályokat betartani
- Feladatokat követ utasítás alapján

Hogyan támogathatják a szülők?

- **Közös játék más gyerekekkel:** játszótér, zsúrok, barátok meghívása
- **Egyszerű hétköznapi feladatokba bevonás:** terítés, pakolás, kisebb önálló megbízatások
- **Kommunikáció fejlesztése:** beszélgetés arról, mi történt az óvodában, milyen jó dolog történt veled ma?“ történetmesélés

Iskolaválasztáshoz gondolatok

- Ha a gyermek iskolás lesz, az **egész család iskolás lesz**, megváltoznak a korábbi feladat és munkamegosztások, érdemes erre előre felkészülni és időt hagyni az átmenetnek és az új egyensúly kialakulásának is.
- Fontos, hogy a **gyermek képességeinek**, erősségeinek, terhelhetőségének **megfelelő iskolát** válasszanak a szülők. Fontos az iskola és a család értékrendjének, valamint a **gyermek személyiségének és a pedagógusnak az összeállítására** is figyelni.
- Iskolai **nyílt napokra érdemes ellátogatni**, érdemes honlapon is tájékozódni, illetve szülőkkel, barátokkal, óvodapedagógusokkal, szakemberekkel beszélgetni tapasztalatok megosztásáról. Érdemes lehet a választásnál a lakhelytől való távolságot is figyelembe venni. **Ha lehetséges, ne legyen túl messze**, a hosszú utazás stressz faktor lehet és fárasztó is a gyermeknek.
- Pozitív várakozás fenntartása, örömteli közös készülődés az iskolakezdésre, mesélhet a szülő a saját iskoláskoráról bátorító történeteket, nézzék meg együtt a leendő iskolát, vegyék meg együtt az iskolai felszerelést, szoba átrendezés, stb.

Néhány további általános információ:

A gyermek abban az évben, amelynek augusztus 31. napjáig a hatodik életévét betölti, tankötelessé válik. Vannak esetek, azonban amikor még egy évet óvodában tölthet (szakértői vélemény, vagy Oktatási Hivatal így rendelkezik). **Ahhoz, hogy a szülő dönteni tudjon az iskolakezdés optimális időpontjáról, fontos az óvodapedagógusokkal, vagy a gyermeket ismerő egyéb fejlesztő szakemberekkel való egyeztetés is!** Emellett bizonytalanság esetén kereshetik az óvodapszichológust konzultáció, vagy az illetékes Pedagógiai Szakszolgálatot részképeség felmérés céljából. **Ha a szülő a tankötelezettség megkezdésének a halasztását kéri, és szeretnék, hogy a gyermek további egy 1 évet óvodába maradjon, a szükséges tennivalókról, határidőkről itt találnak információkat:**

https://www.oktatas.hu/kozneveles/tankotelezettseg/tankotelezettseg_halasztasa

Készítette: Csombók Bernadett óvodapszichológus az „Úton az iskolába” című szülői fórumon elhangzottak alapján (2025. november 14.)