

okT.C.
MİLLİ EĞİTİM BAKANLIĞI



MEGEP

(MESLEKÎ EĞİTİM VE ÖĞRETİM SİSTEMİNİN
GÜÇLENDİRİLMESİ PROJESİ)

ÇOCUK GELİŞİMİ VE EĞİTİMİ

FİZİKSEL GELİŞİM

ANKARA-2007

Milli Eğitim Bakanlığı tarafından geliştirilen modüller;

- Talim ve Terbiye Kurulu Başkanlığının 02.06.2006 tarih ve 269 sayılı Kararı ile onaylanan, Mesleki ve Teknik Eğitim Okul ve Kurumlarında kademeli olarak yaygınlaştırılan 42 alan ve 192 dala ait çerçeve öğretim programlarında amaçlanan mesleki yeterlikleri kazandırmaya yönelik geliştirilmiş öğretim materyalleridir (Ders Notlarıdır).
- Modüller, bireylere mesleki yeterlik kazandırmak ve bireysel öğrenmeye rehberlik etmek amacıyla öğrenme materyali olarak hazırlanmış, denenmek ve geliştirilmek üzere Mesleki ve Teknik Eğitim Okul ve Kurumlarında uygulanmaya başlanmıştır.
- Modüller teknolojik gelişmelere paralel olarak, amaçlanan yeterliği kazandırmak koşulu ile eğitim öğretim sırasında geliştirilebilir ve yapılması önerilen değişiklikler Bakanlıkta ilgili birime bildirilir.
- Örgün ve yaygın eğitim kurumları, işletmeler ve kendi kendine mesleki yeterlik kazanmak isteyen bireyler modüllere internet üzerinden ulaşılabilirler.
- Basılmış modüller, eğitim kurumlarında öğrencilere ücretsiz olarak dağıtılır.
- Modüller hiçbir şekilde ticari amaçla kullanılamaz ve ücret karşılığında satılamaz.

İÇİNDEKİLER

AÇIKLAMALAR	ii
GİRİŞ	1
ÖĞRENME FAALİYETİ-1	3
1. FİZİKSEL GELİŞİM	3
1.1. Tanımı ve Önemi	3
1.2. 0-12 Yaş Çocuklarında Fiziksel Gelişim Özellikleri	4
1.3. Boy ve Kilo	4
1.4. Kaslar	7
1.4.1. Kas Tipleri	8
1.4.2. Kasların Vücuttaki Görevleri	8
1.5. Kemikler ve Dişler	9
1.6. Çocukların Diş Sağlığının Korunmasında Dikkat Edilecek Noktalar	11
1.7. Sistemler ve Organlar	12
1.7.1. Sindirim Sistemi	12
1.7.2. Solunum Sistemi	13
1.7.3. Kalp ve Kan Dolaşımı	14
1.7.4. Böbrekler-İdrar Yolu Ve Üreme Organları	15
1.7.5. Beyin ve Sinir Sistemi	16
1.8. Ergenlik Döneminin Fiziksel ve Fizyolojik Özellikleri	17
1.9. Fiziksel Gelişimin Diğer Gelişim Alanlarıyla İlişkisi	18
UYGULAMA FAALİYETİ	20
ÖLÇME DEĞERLENDİRME	22
ÖĞRENME FAALİYETİ-2	24
2. FİZİKSEL GELİŞİME UYGUN ETKİNLİKLER	24
2.1. Fiziksel Gelişime Uygun Etkinlikler	24
2.2. Fiziksel Gelişime Uygun Araç Gereçler	30
2.2.1. Çocuğun Okul Öncesi Araç Gereçleri ve Oyuncakları	30
2.2. Açık Hava Oyunları ve Etkinlikleri İçin Araç-Gereçler	33
2.3. Çocuğun Gereksinimleri-İlgileri-Etkinlikleri	37
2.4. Fiziksel Gelişime Uygun Etkinlik Planlama	38
2.4.1. Fiziksel Gelişimi Destekleyici Etkinliklerin Çocukların Küçük Kaslarına Etkileri Sonucunda Edindikleri Beceriler:	39
2.4.2. Fiziksel Gelişimi Destekleyici Etkinliklerin Çocukların Büyük Kaslarına Etkileri Sonucunda Edindikleri Beceriler:	39
UYGULAMA FAALİYETİ	Hata! Yer işareti tanımlanmamış.
ÖLÇME DEĞERLENDİRME	49
MODÜL DEĞERLENDİRME	51
CEVAP ANAHTARLARI	53
ÖNERİLEN KAYNAKLAR	55
KAYNAKÇA	56

AÇIKLAMALAR

KOD	141EO0002
ALAN	Çocuk Gelişimi ve Eğitimi
DAL/MESLEK	Erken Çocuklukta Öğretmen Yardımcılığı, Özel Eğitimde Öğretmen Yardımcılığı
MODÜLÜN ADI	Fiziksel Gelişim
MODÜLÜN TANIMI	Öğrenciye uygun ortam sağlandığında, çocukların fiziksel gelişimlerine yönelik olarak, uygulanacak fiziksel gelişimi destekleyici etkinliklerin ve araç gereçlerini, programa ve çocukların gelişim özelliklerine uygun olarak uygulayabileceği bir modüldür.
SÜRE	40/16
ÖN KOŞUL	Birey gelişimi modülünü başarmış olmak
YETERLİK	Fiziksel gelişime uygun etkinlik hazırlamak
MODÜLÜN AMACI	Genel Amaç Uygun ortam sağlandığında, bireyin bilişsel gelişim özelliklerine uygun etkinlik hazırlayabileceksiniz. Amaçlar ➤ Uygun ortam sağlandığında bireyin fiziksel gelişim özelliklerine uygun etkinlik seçebileceksiniz. ➤ Uygun ortam sağlandığında bireyin fiziksel gelişim özelliklerine uygun araç gereç hazırlayabileceksiniz.
EĞİTİM ÖĞRETİM ORTAMLARI VE DONANIMLARI	Ortam: Sınıf, erken çocukluk eğitim Kurumları, özel eğitim kurumları, rehberlik araştırma merkezleri, özel ve kamu kurum ve kuruluşlarında bulunan eğitim odaları... Donanım: Kaynak kitaplar, bilgisayar, projeksiyon, fotoğraflar, afiş, broşür, dergiler, uyarıcı pano tepegöz, asetat, fotoğraflar, CD, VCD, bilgisayar donanımları, VCD, DVD, televizyon, projeksiyon...
ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME	➤ Modülde yer alan her bir öğrenme faaliyetinden sonra, verilen ölçme araçlarıyla kazandığınız bilgileri ölçerek kendinizi değerlendirebileceksiniz. ➤ Modül sonunda kazandığınız bilgi ve becerileri değerlendirmek amacıyla öğretmeniniz tarafından hazırlanacak ölçme araçları ile değerlendirileceksiniz.

GİRİŞ

Sevgili Öğrenci,

Çocuk gelişimi ve eğitiminde, erken çocukluk eğitimi ve özel eğitim önemli bir yer tutar. Eğitim psikologları, gelişim ile ilgili bilgi sahibi olmanın, etkili bir eğitim ortamının sağlanmasındaki önemini özellikle vurgularlar. Bu nedenle çocukların gelişimsel özellikleri hakkında öğretmen yardımcıları olacak sizlerin bilgi sahibi olmaları etkili bir öğrenme ortamı oluşturulması açısından büyük önem taşır.

Çocuk dünyaya geldiğinde büyüme ve gelişme için büyük bir güce sahip olup önemli ilerlemeler kaydeder, sevgi şevkat, yakınlık ve ilgi ile büyüyen çocuğun tüm gelişimleri de normal seyrederek.

Her çocuk fiziksel gelişim yönünden birbirinden farklı özelliklere sahip olarak dünyaya gelmektedir. Çocuğun bakımı ve eğitimiyle ilgilenen bireylerin, çocukların fiziksel özelliklerini bilmesi, onların sağlıklı bir gelişim süreci geçirmelerini sağlayarak istenilen düzeyde fiziksel gelişim seviyesine ulaşmaları sağlanmaktadır. Doğum öncesi dönemde ve doğum sonrasında çocuğa sunacağımız bilinçli düzenlenmiş eğitim ortamları ve etkinlikler sağlıklı bir fiziksel gelişimin destekleyicisidir. Çocuklara etkinlik hazırlarken, çocukların bireysel farklılıkları mutlaka göz önünde bulundurulmalıdır.

Özellikle çocukların gelişiminin en iyi desteklendiği fiziksel gelişimi destekleyici etkinliklerin, nasıl düzenleneceğini bilmek size başarının anahtarını verecektir.

Bu modülde; siz de çocukların fiziksel gelişim özelliklerini öğrenerek, çocukların bu alandaki gelişimlerine etkili olarak yardım edebileceksiniz. Fiziksel gelişimle ilgili verilen örnek etkinlik ve araç gereç rehberliğinde, sizde uygun etkinlik seçmek, araç gereç hazırlayabilmek için yeni bilgi ve beceriler kazanacaksınız.

ÖĞRENME FAALİYETİ-1

AMAÇ

Öğrenme faaliyetinde kazandırılacak bilgi ve beceriler doğrultusunda uygun ortam sağlandığında bireyin fiziksel gelişim özelliklerine uygun etkinlik seçebileceksiniz.

ARAŞTIRMA

Çevrenizde bulunan çocukların fiziksel gelişim özelliklerini ve etkinliklerini gözlemleyerek, gözlemlerinizi fotoğraflarla ve kamera çekimleri ile destekleyerek bilgisayar ortamında sunum oluşturacak şekilde bir rapor haline getirip edindiğiniz deneyimleri arkadaşlarınızla paylaşınız.

1. FİZİKSEL GELİŞİM

1.1. Tanımı ve Önemi

Fiziksel gelişim, bedeni oluşturan tüm organların gelişmesi, boyun uzaması, kilonun artışı, kemiklerin gelişimi, dişlerin çıkması ve değişmesi, kas, beyin ve tüm sistemler(sinir, sindirim, dolaşım, solunum, boşaltım gibi) ve duyu organlarının gelişimidir.

Gelişim yaşam boyu sürer; ancak çocukluk döneminde diğer tüm dönemlere oranla açıkça daha fazla görülebilir. Fiziksel gelişim çocuğun beden yapısındaki niceliksel değişme ve artışları içerir. Gelişimin iki şekli vardır:

- **Nicel/ Sayısal:** Ağırlık, boy sözcük sayısındaki artış gibi rakamsal olarak ifade edilen artışı belirler.
- **Niteliksel:** Yapıda ve çeşitlilikteki gelişimi belirtir. Örneğin; çocuğun kaslarının çalışma şeklinde olduğu gibi...

Fiziksel gelişimin, insan hayatının neredeyse tamamını etkilediği bilinmektedir. Özellikle insan gelişiminin en hızlı olduğu dönemler olarak bilinen bebeklik ve ergenlik döneminde kişide, gözle görülebilir nitelikte değişiklikler meydana gelir. Gelişimin hızlı olduğu bu dönemleri bireyin sağlıklı geçişi, sonraki yaşamının sağlam temellerini oluşturur.

Çocukların gelişimle ilgili fiziksel değişimleri anne babalar ve eğitimciler tarafından takip edilmeli, gözlenen aksaklık durumlarında ise uzmana başvurulmalıdır. Bedensel gelişim açısından ilk bebeklik döneminde erkekler kızlara oranla daha ağır ve daha uzun boyluyken buluş çağına kadar her iki cinsten de gelişim hızı, aynı oranda seyreder. Ancak kız çocukları daha erken buluşa ererler ve yaşlıları olan erkeklerden daha gelişmiş duruma gelirler. Buluş çağının sonundaysa erkekler bu farkı kapatırlar.

Fiziksel gelişim baştan ayağa ve merkezden dışa doğru ilkesine uygun olan bir süreçtir. Bu gelişim süreci bireyin psiko-motor, duygusal, toplumsal ve zihinsel yaşamında etkiler. Böylece bireyin kişilik gelişiminin de temeli oluşur. Bu nedenle bireyin yaşamında fiziksel gelişimin katkısı büyüktür.

1.2. 0-12 Yaş Çocuklarında Fiziksel Gelişim Özellikleri

Fiziksel gelişimle ilgili olarak dünya üzerindeki pek çok toplumda vücut ölçümlerinin her yeni kuşakta, bir öncekine nazaran farklılaştığı savunulmaktadır. Buna göre bebekler bundan 50-60 yıl öncesine kıyasla daha iri olarak dünyaya gelmektedirler. Çocuklar anne ve babalarının kendi yaşlarındaki halinden daha ağır ve daha uzun boyludurlar. Örneğin; 8 yaşındaki bir çocuk anne ve babasının 8 yaşındaki halinden daha ağır ve daha uzun boyludur. Bu sonuç hemen hemen tüm dünya ülkelerindeki çocuklarla ilgili yapılan araştırmalar sonucunda bulunan bulgulardır.

Kuşaklar arasındaki bu farklılığın nedeninin sağlık koşullarının, geçtiğimiz yüzyıllara oranla çok fazla düzelmiş olması çocukların beslenme şekli, hastalıklardan daha iyi korunmaları, hijyen koşullarının daha iyi olması, daha iyi tıbbi yardım almaları ve daha iyi eğitilmiş anne babalar tarafından büyütülmeleri nedeniyle ortaya çıktığı düşünülmektedir.

1.3. Boy ve Kilo

Büyüme: Organizmadaki hücre sayısının ve hücrelerin büyüklüğünün artmasıyla ilgilidir. Yeni doğan bebeğin boyu, 48-53cm, kilosu ise 3.250-3.500gr arasındadır. Bebeklik döneminde erkekler kızlara oranla daha uzun ve daha kiloludur. İlk yıllarda büyüme oldukça hızlı olup gözle görülebilir niteliktedir.

Bebeklik dönemindeki sağlıklı gelişiminin kanıtı bebeğin düzenli olarak kilo almasıdır. Bebek beşinci ayda doğum ağırlığının iki katına, birinci yılda üç katına, ikinci yılda ortalama olarak dört katına ulaşır. Bebeğin bir yıl içerisinde boyu ortalama 75cm'ye, kilosu ise 10kg'a ulaşır. Bebek ilk 6 ay boyunca ayda 8cm, ikinci 6 ay boyunca ayda 4cm uzar. 1-2 yaş arasında boy uzunluğu 10-12cm artış gösterir. 2-4 yaşları arasında yılda yaklaşık 7cm uzar. 4 yaşla ergenliğin başladığı 10-12 yaş arasında yılda 5-6cm uzar. 1. yaşın sonunda doğum uzunluğunun % 50 si kadar, 2. yaşın sonunda ise %75 i kadar daha uzamaktadırlar. 4 yaşında ise doğum boyunun yaklaşık 2 katı kadar olur.

Bebeğin normal gelişimi için anne sütünün yararı tartışılmaz bir gerçektir.

Hem kız hem de erkek çocuklarında boy büyümesi ve ağırlık artması doğumdan sonraki ilk birkaç yıl içerisinde ve ergenlik döneminde hızlıken, ilk çocukluk ve erinlik öncesinde oldukça yavaştır.

Okul öncesi çağı çocuklarının boy ve kilolarını şu formüllere göre hesaplayabiliriz:

Boy Hesaplama Formülü

$$\text{Yaş} \cdot 5 + 80 = \text{Boy}$$

Örnek:

4 yaşındaki çocuğun ağırlığını hesaplayınız?

$$4 \cdot 5 + 80 = \text{Boy}$$

$$20 + 80 = 100 \text{cm}$$

Ağırlık hesaplama formülü

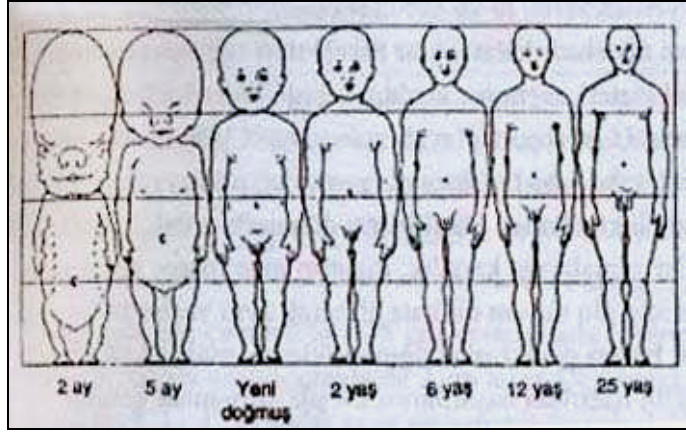
$$\text{3-12 aylıkta kg} = \frac{\text{yaş(ay olarak)}}{2} + 9$$

$$\text{1-6 yaşta kg} = \text{yaş(yıl olarak)} \cdot 2 + 8$$

$$\text{6-12 yaşta kg} = \frac{\text{yaş(yıl olarak)} \cdot 7}{2}$$

Kız ve erkek çocuklar arasında boy ve kilo yönünden farklılıklar vardır, bunun nedeni de erkek çocukların kızlara oranla daha çok kemik ve kas kütlelerine sahip olmalarıdır. On bir yaş civarı çocukların büyüme ve gelişmelerinde yavaşlama görülmeye başlar, bu dönemdeki çocuk birçok aktiviteye katılarak beceri kazanır, aynı zamanda gelişimindeki yavaşlamadan istifade ederek bedenine alışması da kolaylaşır.

Büyüme ve gelişmenin yavaşlamasına karşın, özellikle kız çocuklarında bu dönemde boy ve kilo artışının yanında ilk adet dönemi görülür. Erkeklerdeyse 15–16 yaşlarında ikincil cinsiyet belirtileri görülür.



Resim 1:Doğum öncesi ve sonrası beden orantılarındaki değişiklikler

Doğumu takip eden ilk iki yıl süresince büyüme, yaşamın tüm dönemlerine oranla en hızlı olduğu dönemdir. İki yaştan sonra fiziksel büyüme yine hızlı olmakla beraber, biraz yavaşlar. Bu dönemde bebeğin karnının büyük oluşu kamburumsu bir görüntü verir; ancak iki yaşından sonra vücut duruşu yetişkine benzemeye başlar.

Erken çocukluk eğitimi döneminde vücut oranları gözle görülebilir şekilde değişir. Gövde ve bacaklar hızla büyür. Yaklaşık 6 yaş civarında vücudun genel görünümü yetişkin görünümüne benzer. Çocukların boy gelişimini desteklemek için bir etkinlik örneği aşağıda verilmiştir.

Etkinlik 1

Uygulama: Öğretmen çocuklarla birlikte sınıfta ya da bahçede bu oyunu oynayabilir. Öğretmen çocuklara şimdi hepiniz birer top oldunuz. “Ben toplarımı zıplatacağım” diyerek Hop hop altın top

Kimsede yok bizde çok

Tekerlemesini hep birlikte söyleyerek (bu esnada çocuklar top oldukları için zıplar) çocukların başına dokunarak toplarını zıplattır. Bu sırada çocukların fiziksel gelişimleri özellikle boy gelişimleri desteklenmiş olur.



**Çocuklarımızın büyüdüğünü, nereden geldiklerini sormayı bıraktıkları ve nereye gideceklerini söylemediklerinde anlarsınız.
P.J.O'Rourke**

1.4. Kaslar

Kaslar vücudun hareket sisteminin aktif elemanları olup kemiklerin üzerini örten bölümünü oluşturur. Vücut hareketlerini kaslar sayesinde yapar. Çocuğun doğumda kaslarının ağırlığı beden ağırlığına göre 1/5 ile 1/4 arasındadır, ergenlikte bu oran 1/3 iken yetişkinlikte ise 2/5 si kadardır.

Kasların vücuttaki gelişimi belli bir sıra izler, önce büyük kaslar sonrada küçük kaslar gelişir. Doğumdan sonraki ilk aylarda göz kasları aktif haldedir, dört yedi aylar arasında başı ve bedeninin üst kısmını destekleyen kaslarla, el ve kol hareketini sağlayan kasların kontrolü sağlanır.

Erken çocukluk dönemindeyse daha çok, kaba motor hareketler ince motor hareketlerden daha önce kendini gösterir. Örneğin çocuklar bu dönemde rahatlıkla koşup zıplayabilirken, düğme ilikleme ve makas kullanma gibi becerileri yapmada zorlanırlar.



Resim 1.2: Çocukların küçük kaslarını destekleyen bir etkinlik

İnce ve kaba motor becerilerin gelişimi kız ve erkek çocuklarda farklıdır. Kızlar ince motor hareketleri daha iyi yaparken erkek çocukların kaba motor becerilerde daha iyi olduğu gözlenmiştir.

Öğretmen aşağıda verilen etkinliği gerçekleştirerek, çocukların fiziksel gelişimlerini desteklemiş olacaktır.

Etkinlik 2

Etkinlik: Yarış

Etkinliğin Amacı: Karın kaslarını kuvvetlendirmek,

Bacakları sırt omuz kaslarını geliştirmek,

Organların genel ahengini sağlamak,

Çocuğun dengeli hareket etmesini sağlamak,

Araç-gereç: 30-40cm ebatlarında renklendirilmiş 8 adet mukavva kart

Uygulama: İstenilen renkteki 30-40cm ebatlarındaki mukavvalar dağınık olarak yerlere konur ve belirlenen (çizilen) yönde çocuklar koşturulur.

4 yaşındakiler ileriye, yana ve serbest sıçrama ile,

5 yaşındakiler bacaklar bitişik, sıçrayarak ve koşarak,
6 yaşındakiler bir ayak üzerinde sıçrayarak oyuna değişik şekiller verilebilir.

1.4.1. Kas Tipleri

Kaslar istemli ve istemsiz kaslar olmak üzere ikiye ayrılır:

- **İstemli kaslar:** İstenilen zamanda istenilen hareketleri sağlayan kaslara denir. Örneğin; Kol, boyun, baş, bacak, parmak, göz kapağı kasları bu gruba girer.
- **İstemsiz kaslar:** Bu kasların özelliği kişiye bağlı olmadan çalışmalarıdır. Örneğin: Mide, kalp, karaciğer, dalak, bağırsaklar...vb iç organlarımız istemsiz çalışan kaslara girer.

İstemli kasların çalışmasını destekleyici bir etkinlik aşağıda verilmiştir.

Etkinlik 3:

Etkinlik : Büyü büyü,küçül küçül oyunu

Uygulama: Çocuklar ayakta durur. Öğretmen aşağıda verilen yönergeleri söylerken, çocuklar bu yönergelere göre hareketler yaparlar.

Büyü büyü

Kollarını yukarı kaldır

Ayak parmaklarının ucuna bas

Daha çok yüksel daha çok yüksel

Büyü büyü kocaman ol, büyü büyü kocaman ol...

(Çocuklar en çok yükseldiklerinde, ara vermeden küçül küçül oyununa geçilir.)

Küçül küçül

Kollarını indir

Çömelerek büzül

Daha çok büzül, daha çok büzül

Küçül küçül minicik ol

Hareketlerin öykünmeleri yapılır.

1.4.2. Kasların Vücuttaki Görevleri

- İskelet sisteminin hareketini sağlarlar
- Vücudun enerji deposudur
- Dilin hareketini sağlar ve konuşmaya yardım eder
- Organların çalışmasını etkiler
- Kalbin çalışmasında ve kan dolaşımında etkin rolleri vardır
- Solunum sisteminin çalışmasına yardımcı olurlar

1.5. Kemikler ve Dişler

Büyüme süreci içerisinde bedenın oranları sürekli bir değişim gösterir. Yeni doğan bebeğin kemikleri



Resim 3: Kemięin yapısı

Kıkırdaktır, zamanla bu kıkırdak doku kalsiyum, fosfat ve diğer minerallerin etkisiyle kemikleşmeye başlar. Yeni doğan bebekte toplam 270 kemik vardır. İlk yıllardaki kemik gelişimi hızlıyken ilk çocuklukta bu hız düşer; ancak ergenlik döneminde kemik gelişiminin tekrar hızlandığı görülür

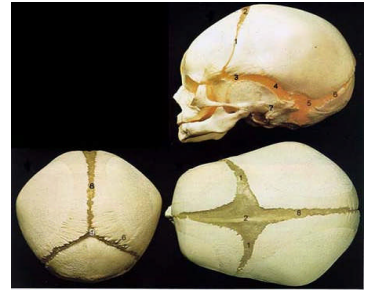
Yeni doğan bebeğin başı vücuduna oranla daha büyüktür. Normal bir yetişkinde baş beden büyüklüğünün 1/8 i kadardır, yeni doğanda ise bu oran 1/4 kadardır.

Yeni doğanın baş çevresi yaklaşık olarak 35cm dir. 3. ayda 40.5cm, 6 ayda 43cm, 1 yaşında 46cm'dir. Başın büyümesi, beyin büyümesini yansıttığı için tüm çocuklarda dikkatle izlenmelidir.

Göğüs çevresi yenidoğanda baş çevresiyle birbirine çok yakın olup neredeyse eşittir. 1 yaşından sonra göğüs çevresi baş çevresini geçer. Doğumda göğüs çevresi 33 cm'dir. 1 yaşında 47 cm, 5 yaşında 55 cm'dir.

Verilen tüm ölçümlerin yaklaşık değerler olduğu ve bireysel farklılıklara göre bu oranlardaki değişikliklerin normal olduğu unutulmamalıdır; ancak bulunan sonuçlar büyük farklılık taşıyorsa, en yakın zamanda çocuğun bir uzmana götürülmesi gerekir.

Yeni doğan bebeğin kafatası arasında altı tane boşluk vardır, bu boşluklara bingıldak (fontanel) adı verilir. Bunların beş tanesi doğumun ilk günlerinde kapanırken tepedeki bingıldak on iki-on sekiz ayları arasında kapanır. Kemik hastalığı olanlarda bingıldaklar geç kapanırken, beyin gelişiminde problem olmayan çocuklarda daha erken kapanmaktadır.



Resim 4 : Bingıldağın görünümü

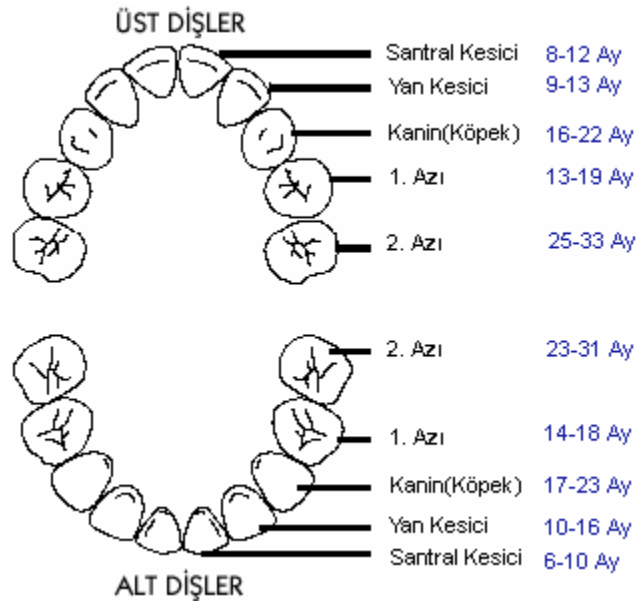
Bazı çalışmalar bu büyümelerin düzenli olmayabileceğini, bebekler ve çocukların bazı aylarda daha fazla uzarken veya ağırlık kazanırken bazı aylarda daha az uzayıp daha az ağırlık kazanabilmelerini göstermektedir. Bazen duraklama dönemlerinin olabileceği gibi ani büyümelerin de olabileceği unutulmamalıdır.

Bebeklikteki fiziksel büyümede kalıtım, beslenme, çevre koşulları, ailenin sosyo-ekonomik düzeyi ve çocuğun yeterli uyarım alması da etkili olmaktadır. Ülkemizdeki ortalama doğum ağırlık değerleri, Batı Avrupa ve ABD standartlarına uygunluk göstermektedir

İskelet gelişimi kızlarda ve erkeklerde farklıdır. Özellikle ilk çocukluk döneminde kızların iskelet gelişimi, erkeklerin iskelet gelişimine göre daha ileri seviyededir. Aynı zamanda iskelet sistemi bedeninin oranını da belirler. Bedenin baş, kol, el, göğüs, karın, bacak ve ayak gibi parçaların birbirine göre büyüklüğü bedeninin oranını verir.

Diş tabakalarının gelişimi doğum öncesi dönemde başlar. Olgunlaşmasını tamamlayan dişler, doğumdan sonra belli bir sırayla diş etlerini delerek çıkar. İlk dişler yaklaşık 5-10. ayda çıkmaktadır; ancak farklı ülkelerdeki çocukların diş gelişimlerinin değişik olduğu sonucuna varılmıştır. Bazı bebeklerde dişin ilk çıkışı 12. aya kadar olabilmektedir. Bazı bebeklerin de doğduklarında bir veya birden fazla dişi de olabilmektedir, dört yaşına doğru çocuğun tamamlanan bu dişlerine süt dişleri adı verilir. Süt dişleri 20 adet olup iki iki buçuk yaşına kadar tamamlanır.

Süt dişlerinin çıkma zamanı aşağıda görülmektedir.



Resim 5 : Süt dişlerinin çıkma zamanı



Resim 6 : Kalıcı dişlerin çıkma aşamaları

Süt dişlerini tamamlayan çocuk yedi yaşına geldiğinde süt dişleri çıkış sırasına göre düşmeye başlar ve yerini kalıcı dişlere bırakır. On iki yaşına geldiğinde ise çocuğun ağızında 28 adet kalıcı diş bulunur bırakmaktadırlar. İlk düşen diş, genellikle alt,ön kesiciler olmaktadır.

Kemiklerin gelişimi ve dişlerin gelişimi arasında sıkı bir bağ vardır. Diş gelişimi bakımından kızlar bir yıl daha öndedir.

Süt ve kalıcı dişlerin zamanında ve sağlam çıkmasında annenin sağlıklı ve yeterli beslenmesi, doğum sonrası bebeğin ve annenin yeterli ve dengeli beslenmesinin önemli bir rolü vardır.

1.6. Çocukların Diş Sağlığının Korunmasında Dikkat Edilecek Noktalar

- Bebeklerin dişetleri, emzirildikten hemen sonra kalan süt veya mama kalıntılarını temizlemek için bir bezle silinmelidir. Bu temizlik ileri yaş diş sağlığı için çok önemlidir.
- Çocuğa süt dişlerinin çıkmasından itibaren doğru diş fırçalama ve diş ipi kullanma alışkanlığı kazandırılmalıdır.
- Gün içerisinde çok sık şekerli gıdaları yemekten kaçınılmalıdır.
- Diş fırçaları 3-5 ayda bir değiştirilmelidir.
- Sert yiyecekler dişlerle kırılmamalıdır.
- Dişler iğne, kürdan vb. ile karıştırılmamalıdır.
- Diş sağlığı açısından kalsiyum vb. mineraller ve vitaminler yönünden zengin yiyeceklerin yeterli ve dengeli alınmasına özen gösterilmelidir.
- Düzenli aralıklarla diş doktoruna gidilip gerekli kontroller yaptırılmalıdır.

Etkinlik 4;

- Kemik ve diş sağlığına yönelik afiş hazırlayınız. Sınıfta arkadaşlarınızla birlikte tartışarak inceleyiniz.

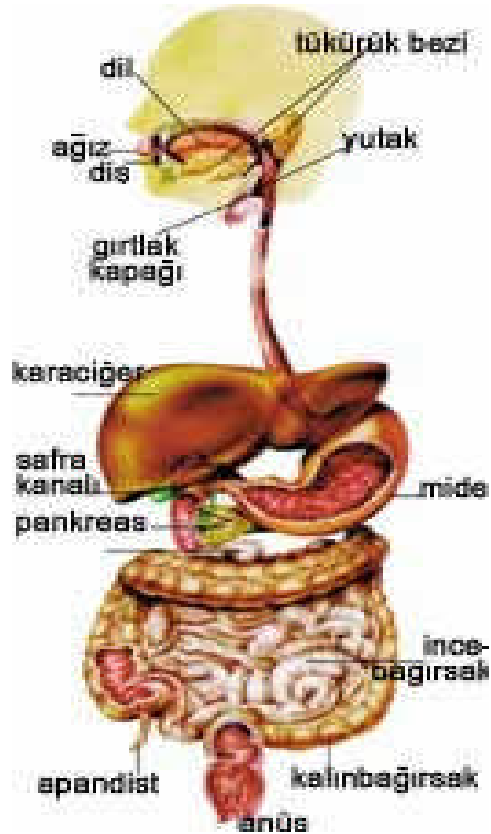


1.7. Sistemler ve Organlar

1.7.1. Sindirim Sistemi

Bebeğin sindirim sistemi, anne sütü ve onun bileşimine yakın gıdaları sindirebilecek niteliktedir. Beklerin midesi küçük olduğundan, beslenme sırasında mide kapasitesi oranında besin alınmasına dikkat edilmelidir, Bebeğin çabuk acıkacağı gözönünde bulundurularak az ve sık sık beslenmesi gerekir. Ancak yaşla birlikte mide kapasitesi de büyüdüğünden alınması gereken besin miktarı da bu oranda artar.

Diş sağlığını korumak ve olası olumsuzlukları gidermek amacıyla özellikle alınması gereken vitamin ve kalsiyum ihtiyacının karşılanmasına özen gösterilmelidir. Aksi halde diş sağlığı bozulacak ve istenmeyen durumlar ortaya çıkacaktır.



Resim 7 : Sindirim sistemi

Midede sindirime yardımcı olan salgıların miktarı ve özellikleri çocuk büyüdükçe değişkenlik gösterdiğinden bebek farklı gıdaları zamanla daha kolay sindirebilir.

Ergenlik döneminde midenin büyüklüğü ve kapasitesi arttığından bu dönemde yemek yeme fazlaşır.

Erken Çocukluk Eğitim Kurumlarında beslenmeyle ilgili olarak uygulanabilecek bir etkinlik örneği aşağıda verilmiştir.

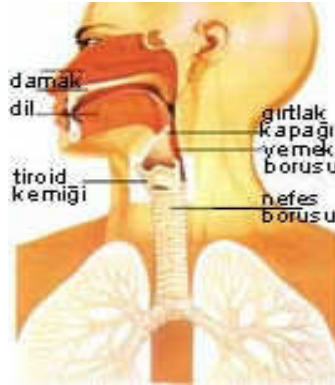
(SÖZÜ EDİLEN ETKİNLİK ÖRNEĞİ YOK)

1.7.2. Solunum Sistemi

Hücrelerin fonksiyonlarını yerlerine getirmeleri için enerjiye ihtiyaçları vardır. Bu enerji besin öğelerinin ve oksijenin kullanılmasıyla sağlanır. Oksijenin hücre düzeyinde kullanılmasına **iç solunum**, oksijenin dış ortamdan alınmasına ise **dış solunum** denir.

Bebeklerin solunum sistemleri yetişkinlerinkinden farklıdır. Bebeklerin solunum yolları daha dar ve kısadır bu nedenle daha fazla nefes alıp verirler. Yeni doğmuş bebeğin dakikadaki solunum sayısı 40-60, üç aylık bebeğin 35-40, bir yaşındaki bebeğin ise 30-35 dir. Bu dönemdeki solunum hızlı ve yüzeyseldir. Bebeklerin hızlı solunumuna neden olan yatay durumdaki kaburga kemikleridir. Bu nedenle bebek solunumu daha çok karın kasları yardımı ile yapar.

İlerleyen yaşlarda çocuğun solunumu, gelişimiyle birlikte ilerler ve yetişkin solunumuna yaklaşır. Dört yaşından sonra çocuk kendini daha çok, hareketin fazla olduğu etkinlikler içersinde bulur. Bu tür etkinlikler sayesinde çocuk doğru nefes alıp vermeyi öğrenir.



Resim 1.8 : Solunum sistemi

Etkinlik: Canlı Top

Yaş grubu: 4-12 yaş

Araç-gereç: Top

Uygulama: Çocuklar arasından bir top seçilir. Top olan çocuk çömelir ve ellerini dizlerine koyar. Başka bir çocuksa top olan çocuğun yanına gelerek bir elini çocuğun başının üstüne koyarak "TOPUM SIÇRA" dediği zaman, top olan çocuk ayak uçlarından hız alarak küçük sıçramalar yapar. Topla oynayan çocuk ise, elini yukarı aşağı hareket ettirerek toplar.

oyunama taklidi yapar. Belli bir süreden sonra oyuncular değişerek oyun devam ettirilir. Oyun sırasında çocukların solunum sistemi desteklenir.

Hareketli bir etkinlik sonrasında işte size vücudunuzu tamamen dinlendirmek için harika bir etkinlik:

Etkinlik : Dev Kedi Esnemesi

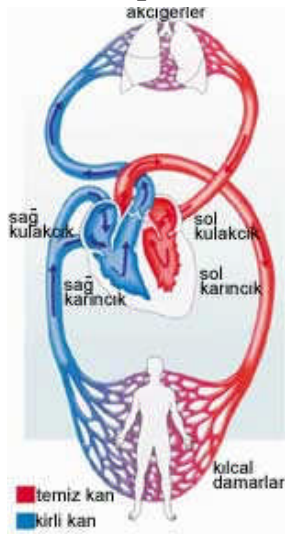
Uygulama: Başınızı yukarı kaldırın, karnınızı içinize çekerek dik durun. Kollarınızı gererek olabildiğince yukarı doğru uzatın. Daha sonra sırtınızı hafif hafif bükmeye başlayın ve başınızla kollarınızı yavaşça aşağıya indirin.



Resim 1.9: Dev kedi esnemesi

İyice küçülünceye kadar kıvrılmaya devam edin. Şimdi de vücudunuzu dik bir duruma getirinceye kadar tekrar yavaş yavaş açılın

1.7.3. Kalp ve Kan Dolaşımı



Kalp herkesin kendi yumruğu büyüklüğünde olan bir organdır. İnsan vücudunda bulunan en güçlü kas kalp kasıdır. Dakikada ortalama 70 kez kasılır. Kalbin bir günde pompaladığı kan yaklaşık 20 tonun üzerindedir. Yeni doğan bebeğin kalbi ortalama 120-140 arasında artar, bu hız sonraki yaşlarda düşer ve yetişkin seviyesine gelir. Normal bir yetişkinin kalbi dakikada 60-70 arasında atar.

Yeni doğan bir bebeğin kanında bebeği mikroplara karşı koruyan antikorlar bulunur, bu antikorlar bebeğe plasenta aracılığı ile geçer. Bebek doğduktan ilk iki üç ayda kızamık, kızıl, kabakulak ve çocuk felci gibi bulaşıcı çocuk hastalıklarından bu antikorlar yoluyla korunur; ancak bu antikorlar üçüncü aydan sonra etkisini yitirdiğinden gerekli olan aşılarda yapılması gerekir.

Resim 1.10: Kan dolaşımı

Kalpden çıkan kan, akciğerlere gider ve oksijenle zenginleştikten sonra kalbe geri döner. Buna **küçük dolaşım** denir. Oksijenle zenginleşen kanın vücuda yayıldığından sonra geri dönmesine ise **büyük kan dolaşımı** denir. Hücre ve dokulardaki artıklar kanla dolaşım sistemi ile vücuttan uzaklaştırılırlar.



Resim 1.12: Çocukların açık havada oynamaları onların fiziksel gelişimlerini destekler.

Besinlerle alınan temel maddeler ve solunum ile alınan oksijen hücre düzeyine kadar kan sayesinde iletilir. Bu anlamda kan hayati önem taşır. Çocukların açık havada oynamaları onların fiziksel gelişimlerinin yanında sağlıklı gelişimlerine de katkıda bulunur. Aşağıdaki çocukların açık havada oynayabilecekleri bir etkinlik örneği verilmiştir.

Etkinlik: Havada Balon

Yaş grubu: 4-10

Araç-gereç: Balon

Uygulama: Öğretmen çocuklara balonu havaya atıp yere düşene kadar olan zaman diliminde çocuklar hareket halinde olup şarkı söyleyip dansederler. Balon yere düştüğünde herkes donar ve öğretmen içinden 30 a kadar sayar. Bu süre içinde kıpırdayan, gülen....vb. gibi çocuklar yanar.

Öğretmen balonu yeniden havaya atar ve oyun yeniden başlar bir önceki oyunda yanan oyuncular balon yere düşüp hareketsiz kaldığında, onları güldürmeye çalışırlar. Sona kalan çocuk kazanır.

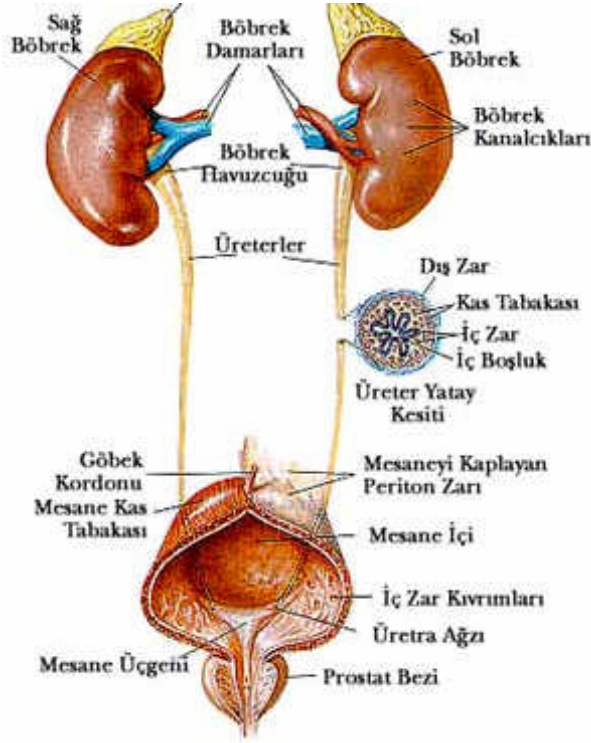
1.7.4. BOŞALTIM SİSTEMİ

Vücutta oluşan artık maddeler, hücreler tarafından doğrudan kana gönderilir. Kan bu maddeleri alarak vücudun boşaltım kanallarına iletir. Su ve karbondioksit fazlası solunumla, su ve tuzlarla terleme yoluyla vücuttan dışarı atılır. Üre, ürik asit, su ve tuz böbrekler tarafından idrarla dışarı atılır. İdrarın % 95'i sudur. İlk yıllarda böbreklerin çalışması düzensizdir. Bebeğin idrar yapma sayısı beslenme ve çevre koşullarına bağlı olarak değişkenlik gösterir. Bebeğin aldığı gıda ve sıvı miktarı arttıkça idrar yapma sayısı da o oranda artar.

Özellikle bebeklerin altının ıslak bırakılmasından kaynaklı olan idrar yolu enfeksiyonlarının oluşmasına meydan vermemek için gerekli hijyen koşullarının sağlanması gerekir. Kız çocuklarının alt temizliği yapılırken kirliliğin üreme organlarına yayılması önlenmelidir.

Bluğ çağına kadar çocukların üreme organları herhangi bir fonksiyon göstermez ancak ergenlik çağına yetişkin seviyesine kadar ulaşır. Genellikle hareket halinde olan çocuğun

metabolizmasında düzenli işler. Bu nedenle aktivitenin sadece çocuklukta değil tüm yaş dönemlerinde uygulanması gerektiği unutulmamalıdır.



Resim 13 : Boşaltım sistemi

1.7.5. Beyin ve Sinir Sistemi

Beyin, beyincik ve omurilikten oluşur. Merkezi sinir sisteminden 43 çift sinir çıkar, bunların on iki çifti beyinden çıkar, bunlara kafa çiftleri adı verilir. Bunlar ses duyma, söz söyleme, tad alma, okuma ve yazma, dengeli yürüme gibi faaliyetlerin gerçekleşmesini sağlar. Geriye kalan 31 çift sinir ise kaslara ve iç organlara gider. Bu sinirler kasların görevini yapmasını sağlar.

Merkezi sinir sistemi, ilk çocukluk döneminde hızlıca erinlik döneminden sonra durur. Çocukluk döneminde beyin ölçüsünde son derece bir yavaşlama söz konusudur. Beynin doğum öncesi ve doğum sonrasındaki gelişimi hızlıdır. Bu büyüme ve gelişmeye beynin büyüme hamlesi denir.

İnsan doğumda yaşamı boyunca sahip olabileceği nöron hücrelerinin tümüne sahiptir. Beyinde hücre kaybı meydana geldiğinde, bu hücrenin yerine yeni hücre oluşmaz.

Yaşamın ilk yıllarında zamanının çoğunu uyuyarak geçiren çocuk, ikinci aydan itibaren çevreyle yavaş yavaş etkileşime girmeye başlar. Sinir sistemi ve kasların olgunlaşmasıyla başını üçüncü ayda dik tutar, beşinci ayda dönme hareketlerinin yanında

altıncı aya doğru, oturma eylemini gerçekleştirir. Giderek ayakta durma, yürüme ve koşma gibi büyük kaslarını kullanma ile ilgili beceriler kazanmaya başlar.

1.8. Ergenlik Döneminin Fiziksel ve Fizyolojik Özellikleri

Büyümenin en hızlı olduğu dönemlerden biri de ergenlik dönemidir. Bu dönemde çocuk biyolojik değişim ve olgunlaşmasını tamamlayarak yetişkin görünümüne girer. Ergenlik altı ayla bir yıla kadar süren, erinlik dönemini de içine alan beş-altı yıl süren bir dönemdir

Erinlik dönemi çocukluğun sonu ve ergenliğin başlangıcı arasındaki bir ya da iki yılı kapsayan dönemdir. Erinlik döneminde, kızlar erkeklere oranla daha uzun ve ağırdırlar, kızların çoğu bu dönemde yılda 5-10cm büyürlerken erkeklerdeki bu oran genellikle büyüme on-on altı yaşlarında başlar ve her yıl 8-12cm büyürler. Daha sonra bu büyüme yavaşlayarak 20 yaşına kadar sürer.

Bu dönemde kızlarda ve erkeklerdeki iç salgı bezlerinin çalışma fonksiyonları değiştiğinden, erkeklerde cinsiyet hormonlarının artması spermlerin artmasına neden olur, aynı zamanda sakal ve tüylenmeler daha da yoğunlaşır. Dış görünüm de değişerek kemik ve kaslar hızla gelişmeye başlar. Kızlardaysa ise bu dönem erkeklere oranla, birkaç yıl daha erken başlar. Cinsiyet hormonlarının artması yumurta hücrelerinin de artmasına neden olur. Kızlarda belirgin olarak kilo artışı, göğüslerde büyüme ve kalçalarda genişleme görülür.

Ergenlik çağındaki değişiklikler, cinsel salgı bezlerinin kana bol miktarda salgı bırakmalarıyla başlar. Erkeklerde testosteron, kızlarda östrojen salgıları, beyindeki hipofiz bezinin uyarılmasıyla bol miktarda üretilir. Kızlarda ergenlik döneminin ilk göstergesi adet kanamasının başlamasıdır. Erkeklerdeyse açık bir belirti yokken, vücuttaki kılınmanın, cinsel organlarda büyüme ve sperm üretiminin başlaması bir gösterge olarak kabul edilebilir.

Cinsel gelişim ve vücuttaki değişiklikler 20 yaşına kadar devam eder; ancak ilk zamanlardaki kadar hızlı değildir.

Ergenlik dönemi boyunca beden ağırlığı kızlarda 16 kg, erkeklerdeyse 20kg artar. İç organların hızla büyümesi ve kütesinin artması, kas dokusunda gelişme ve yağ dokusunda artma, ergenlikte beden ağırlığında gözlenen belirgin artışın öğelerindedir. Gerek kızlarda, gerekse erkeklerde vücutta yağ depolanması sonucu ağırlıkta belirgin bir artma gözlenir.

Ergenlik döneminde baş kemikleri dışındaki tüm iskelet sisteminde belirli bir sıra ile büyümede hızlanma görülür. İlk önce el ve ayakların büyümesi hızlanır, sonra ön kol ve bacaklar, daha sonra üst kol ve uyluklar uzar. Uzunlamasına büyümeyi, vücudun enine büyümesindeki hızlanma takip eder. Öncelikle kalçalar ve göğüs, sonra omuzlar genişler ve en son olarak da baş uzar. Bütün bunlar ergenlikte boy uzamasının nedenleri arasında yer alır.

Erinlik döneminde kızlar, hem boy, hemde ağırlık bakımından erkeklerden üstündür. İskelet gelişimi yönünden de kızlar erkeklere göre daha gelişmiştir. Örneğin, 14 yaşındaki bir kızın iskelet gelişimi, 16 yaşındaki bir erkeğin iskelet gelişimine erişmiş durumdadır.

Ergenlik dönemindeki değişimler bireylerin vücut koordinasyonunu bozduğundan, eşyalara çarpma, takılma, düşmeler ve sakarlıklar oluşur. Geçici bir süreç olduğundan üzerinde fazla durulmadan zamanla düzeleceği hatırlanmalıdır.

Bu dönemde yaşanan hızlı değişimler ergenleri çok fazla etkiler. Zaman zaman ruhsal inişler ve çıkışlar yaşarlar. Bazen içe kapanıkken, bazen de fazlasıyla dışa dönük olabilirler. Duygularını olabildiğine yoğun yaşarlar. Bu nedenle, ailenin ve eğitimcilerin ergenlik dönemindeki bireylerle olan iletişimlerinde dikkatli olmaları gerekir.

Kızlarda	Göğüslerin büyümesi.....	8-13 yaş
	Pubik bölgede kıllanma.....	8-14 yaş
	Koltuk altında kıllanma	Pubik kıllanmadan yaklaşık 2 yıl sonra
	Ciltte yağlanma.....	Koltuk altı kıllanmasıyla aynı dönem
	İlk menstruasyon.....	10-16.5 yaş
Erkeklerde	Testislerin büyümesi.....	10-13.5 yaş
	Pubik bölgede kıllanma	10-15 yaş
	Penisin ve prostat bezinin büyümesi...	11-14.5 yaş
	Ses değişmesi.....	Penisin büyümesiyle aynı dönem
	Yüzde ve koltuk altlarında kıllanma....	Pubik kıllanmadan yaklaşık 2 yıl sonra
	Ciltte yağlanma.....	Koltuk altı kıllanmasıyla aynı dönem
	İlk meninin atılması.....	Penisin büyümeye başlamasından yaklaşık 1 yıl sonra

1.9. Fiziksel Gelişimin Diğer Gelişim Alanlarıyla İlişkisi

Fiziksel gelişim tüm gelişim alanlarının başlangıcıdır .Çocuğun fiziksel gelişimi onun diğer gelişim alanlarını etkileyebilir. Örneğin, fiziksel yönden gelişmemiş bir çocuk arkadaşları ile birlikte oynamakta zorluk çeker, çabuk yorulur. Bu durum çocuğun psikolojisini olumsuz etkileyebileceği gibi sosyalleşmesini de engeller.

Çocukların vazgeçemedikleri fiziksel gelişimi destekleyici etkinliklerin, çocukların tüm gelişim alanlarına sayısız yararı olduğu unutulmamalıdır. Örneğin; oyun oynayan çocuk hareket halinde olduğu için büyük ve küçük kaslarını çalıştırarak, kan dolaşımını hızlandırır. Oyun oynayarak duygusal anlamda rahatlar ve arkadaşlarıyla birlikte oyun oynadığı için de sosyalleşir.



Resim 14 : Erinlik dönemindeki çocukların fiziksel aktiviteleri

Sonuç olarak oyun, çocuğun fiziksel gelişimindeki ilerlemeyi destekler ve bir anlamda fiziksel gelişim oyun sayesinde kendi hızını yakalayabilir. Hareket, çocuğun gelişmesi kendi bedenini ve çevresini tanıyabilmesi, gelişmekte olan kaslarının çalışması için gereklidir. Zihinsel gelişimde de algılama keşfetme ve inceleme gerektirdiğinden fiziksel ve zihinsel gelişiminde birbirleriyle ilişkisi olduğu söylenebilir. Dolayısıyla tüm gelişim alanları birbirleriyle ilişkilidir

UYGULAMA FAALİYETİ

Çocuğun fiziksel gelişim özelliklerini dikkate alarak bir etkinlik seçip hazırlayınız. Etkinliğinizi erken çocukluk eğitim kurumlarındaki çocuklara uygulayınız. Etkinliğinizi fotoğraflarla ve kamera çekimleri ile destekleyerek bilgisayar ortamında sunum hazırlayınız. Etkinliğinizin sonucunu rapor haline getirip arkadaşlarınızla paylaşınız.

İşlem Basamakları	Öneriler
➤ 1.Çocukların yaş ve gelişim seviyesine göre fiziksel gelişimin özelliklerini inceleyiniz.	➤ Uygulanacak etkinliğin çocukların yaş ve gelişim seviyesine uygun olmasına dikkat ediniz.
➤ 2.Yaş gruplarının fiziksel özelliklerine uygun etkinlikleri belirleyiniz..	➤ Etkinliğin uygulanması sırasında çocukların yaratıcılıklarını güdüleyici ortamlar düzenleyiniz.
➤ 3.Yaş gruplarının fiziksel özelliklerine uygun etkinliklerden birini seçiniz.	➤ Yaş gruplarının fiziksel özelliklerine uygun etkinliklerden birini dikkatlice seçiniz..
➤ 4.Yaş gruplarının fiziksel özelliklerine uygun etkinliğinizin amacını belirleyiniz.	➤ Yaş gruplarının fiziksel özelliklerine uygun etkinliğinizin amacınızı güvenilir olarak dikkatlice belirleyiniz..
➤ 5.Çocuklarla fiziksel gelişim özelliklerine uygun materyal hazırlayınız.	➤ Uygulanacak etkinlik için araç, gereç ve mekanı hazırlayınız.
➤ 6.Yaş gruplarının fiziksel özelliklerine uygun etkinliğinizi uygulayınız.	➤ Yaş gruplarının fiziksel özelliklerine uygun etkinliğinizi dikkatlice ve güler yüzlü olarak uygulayınız.
➤ 7.Etkinliğinizi çocuklara uygularken fotoğraf çekiniz.	➤ Erken çocukluk eğitim kurumlarında günlük program içerisinde, fiziksel gelişimin en fazla desteklendiği etkinliklerin neler olduğunu gözlemleyiniz.
➤ 8.Etkinliğinizi çocuklara uygularken kamera ile çekiniz.	➤ Fiziksel gelişimi destekleyici etkinliği uygularken çocuklarla olumlu ilişkiler kurmaya özen gösteriniz.
➤ 9.Etkinlikte çektiğiniz fotoğraf ve kamera çekimleri ile sunuş hazırlayınız.	➤ İstekli, yaratıcı ve estetik olunuz. ➤ Sunuşunuzu dikkatli, yaratıcı ve estetik olarak hazırlayınız.
➤ 10.Etkinliğinizin sonucunu rapor haline getirerek arkadaşlarınızla paylaşınız.	➤ Raporunuzu hazırlarken istekli, dikkatli düzenli, temiz ve titiz olunuz.
➤ 11.Etkinliğinizle ilgili sunuşlarınızı ve raporlarınızı diğer kurumlarla benzerlik ve farklılıkları karşılaştırarak arkadaşlarınızla tartışınız.	➤ Etkinliğinizle ilgili sunuşlarınızı ve raporlarınızı diğer kurumlarla benzerlik ve farklılıkları objektif olarak karşılaştırınız.

KONTROL LİSTESİ

Uygulama faaliyetinde yapmış olduğunuz çalışmaları kendiniz ya da arkadaşınızla değerlendirerek değerlendiriniz.

DEĞERLENDİRME KRİTERLERİ		EVET	HAYIR
1.	Çocukların yaş ve gelişim seviyesine göre fiziksel gelişimin özelliklerini incelediniz mi?		
2.	Yaş gruplarının fiziksel özelliklerine uygun etkinlikleri belirlediniz mi?		
3.	Yaş gruplarının fiziksel özelliklerine uygun etkinliklerden birini seçtiniz mi?		
4.	Yaş gruplarının fiziksel özelliklerine uygun etkinliğinizin, amacını belirleyiniz.		
5.	Çocuklarla fiziksel gelişim özelliklerine uygun materyal hazırladınız mı ?		
6.	Yaş gruplarının fiziksel özelliklerine uygun etkinliğinizi, uyguladınız mı?		
7.	Etkinliğinizi çocuklara uygularken fotoğraf çektiniz mi?		
8.	Etkinliğinizi çocuklara uygularken kamerayla çektiniz mi?		
9.	Etkinlikte çektiğiniz fotoğraf ve kamera çekimleriyle sunuş hazırladınız mı?		
10.	Etkinliğinizin sonucunu rapor haline getirerek arkadaşlarınızla paylaştınız mı?		
11.	Etkinliğinizle ilgili sunuşlarınızı ve raporlarınızı diğer kurumlarla benzerlik ve farklılıkları karşılaştırarak arkadaşlarınızla tartıştınız mı?		

DEĞERLENDİRME

Yapmış olduğunuz değerlendirme sonunda hayır şeklindeki cevaplarınızı bir daha gözden geçiriniz. Kendinizi yeterli görmüyorsanız, öğrenme faaliyetini tekrar ediniz. Cevaplarınızın hepsi evetse bir sonraki faaliyete geçiniz.

ÖLÇME DEĞERLENDİRME

Aşağıdaki soruları dikkatlice okuyarak doğru seçeneği kurşun kalem kullanarak işaretleyiniz. Cevaplarınızı cevap anahtarından kontrol ediniz.

- Aşağıdakilerden hangisinde fiziksel gelişimin tanımını doğru olarak vermiştir?
 - Fiziksel gelişim çocuğun bedensel yönden boyunun uzaması ve kilosunun artmasıdır.
 - Fiziksel gelişim çocuğun vücudundaki kas,kemik ve sinir istemini oluşturan organların uyum içerisinde çalışması ve gelişmesidir.
 - Fiziksel gelişim bireyin bedensel yönden geçirdiği bir dizi değişikliktir.
 - Hepsi
- Aşağıdakilerden hangisinde yeni doğan bebeğin boy ve kilosu doğru olarak verilmiştir?
 - 48-53cm, 3.250-3.500gr
 - 48-53cm, 3.450-3.900gr
 - 48-53cm, 3.550-3.900gr
 - 45-55cm, 4.250-4.500gr
- Aşağıdakilerden hangisi kasların vücuttaki görevlerinden biri **değildir**?
 - İskelet sisteminin hareketini sağlar
 - Organların çalışmasında herhangi bir etkisi yoktur.
 - Dilin hareketini sağlar ve konuşmaya yardım eder.
 - Vücudun enerji deposudur
- Aşağıdakilerden hangisi yeni doğan bebeğin bingıldıklarının geç kapanmasına neden olur?
 - Beyin gelişimi problemi olmayan çocuklarda
 - Sinir sistemi ile ilgili problemi olan çocuklarda
 - Kemik hastalığı olan çocuklarda
 - Hepsi
- Aşağıdaki seçeneklerden hangisinde süt dişlerinin tamamlanma süresi ve sayısı doğru olarak verilmiştir?
 - 2-2,5 yaş, 20 süt dişi
 - 4,5 yaş, 20 süt dişi
 - 5-6 yaş, 28 süt dişi
 - 7 yaş, 28 süt dişi
- Yeni doğan bebeğin solunum sayısının yetişkinlere oranla daha fazla oluşunun nedeni aşağıdakilerden hangisidir?
 - Bebeklerin solunum yollarının daha dar ve kısa olması
 - Kaburga kemiklerinin yatay oluşu
 - Bebeğin solunumunu karın kasları yardımıyla yapması
 - Hepsi

7. Anneden plasenta aracılığı ile bebeğe geçen antikorlar, bebeği doğumdan sonra kaç ay koruduğu aşağıdaki seçeneklerden hangisinde doğru olarak verilmiştir?
- A.) 3 ay korur.
B.) 6 ay korur
C.) 7 ay korur
D.) 12 ay korur
8. Aşağıdakilerden hangisi ergenlik döneminde görülen özelliklerden biri **değildir**?
- A.) Bu dönemde kızların beden ağırlığı 16kg, erkeklerin beden ağırlığı ise 20 kg kadar artar.
B.) Bu dönemde kızlarda ve erkeklerde iç salgı bezlerinin çalışma fonksiyonu artar.
C.) Kızlarda bu dönemde ilk adet (regl) kanaması görülür
D.) Erkeklerde testesteron hormonu daha az salgılanır
9. Aşağıdakilerden hangisi okulöncesi eğitim kurumlarında fiziksel gelişimi destekleyici etkinliklerin uygulanmasında göz önünde bulundurulması gereken kriterlerdendir?
- A.) Etkinlik yerini hazırlama
B.) Grubu hazırlama
C.) Etkinlik öğretimi
D.) Hepsi
10. Aşağıda verilen ifadelerden hangisi **yanlıştır**?
- A.) Merkezi sinir istemi ilk çocukluk döneminde hızlıyken, erenlik döneminin sonlarına doğru yavaşlayıp durur.
B.) Vücutta oluşan artık maddeler hücreler aracılığı ile direk böbreklere iletilir
C.) Yeni doğan bebeğin kalbi ortalama 120-140 arasında atar.
D.) Dış sağlığının korunması amacıyla bol miktarda kalsiyum ve vitaminden zengin besinler tüketilmelidir.

DEĞERLENDİRME

Cevaplarınızı, cevap anahtarıyla karşılaştırınız. Doğru cevap sayınızı belirleyerek kendinizi değerlendiriniz. Yanlış cevaplar verdiyseniz öğrenme faaliyetinin ilgili bölümüne dönerek ilgili bölümü kontrol ediniz. Cevaplarınız doğruysa diğer öğrenme faaliyetine geçiniz.

ÖĞRENME FAALİYETİ-2

AMAÇ

Öğrenme faaliyetinde kazandırılacak bilgi ve beceriler doğrultusunda uygun ortam sağlandığında bireyin fiziksel gelişim özelliklerine uygun araç gereç hazırlayabileceksiniz.

ARAŞTIRMA

Çevrenizde bulunan erken çocukluk eğitim kurumlarından, ailelerden, kitapçılardan ve oyuncakçılardan çocukların bilişsel gelişim özelliklerini uygun araç gereçleri araştırınız. Bu araç gereçlerin fotoğraflarını ve kamera çekimlerini içeren power point sunu oluşturacak şekilde bir rapor haline hazırlayınız. Edindiğiniz deneyimleri arkadaşlarınızla paylaşınız.

2. FİZİKSEL GELİŞİME UYGUN ETKİNLİKLER

2.1. Fiziksel Gelişime Uygun Etkinlikler

Bu bölümde fiziksel gelişimi destekleyici etkinliklerle ilgili gerekli görülen bilgiler verilmeye çalışılmıştır; ancak öğretmen adayı, bu konuları iyice öğrenmeli, özümsemeli, içine sindirmeli; fakat bununla da kalmayıp kendini bu alanda sürekli geliştirmelidir.

Günümüzde bir çocuğun bedensel ve ruhsal yönden sağlıklı gelişimi ve eğitimi için oyunun uyku ve beslenme kadar önemli bir ihtiyaç olduğu kabul edilmektedir. Oyunun çocuğun yaşamındaki yeri ve önemi konusunda birçok kuramcı değişik görüşler ileri sürmüştür. Gross'e göre oyun "Gerçek hayata hazırlayan alıştırmalardır." şeklinde tanımlanır.

Spenser'a göre oyun "Fazla enerjinin boşaltılmasıdır." şeklinde tanımlanır.

Montessori'ye göre oyun "Çocuğun işidir." şeklinde tanımlanır.

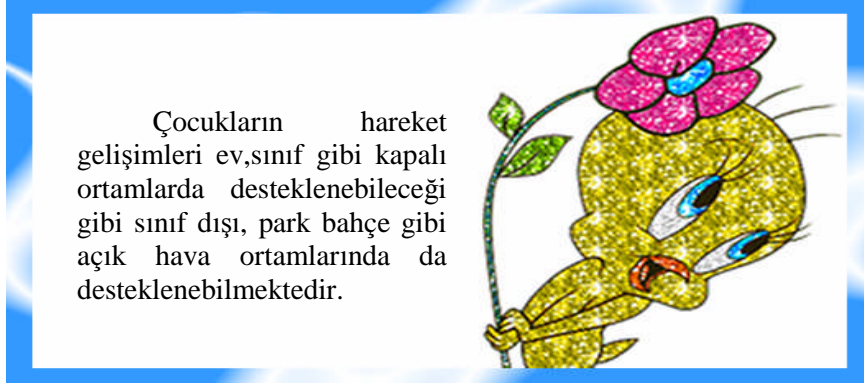
Piaget' e göre oyun "Dış dünyadan alınan uyarıları özümleme ve uyum sistemine yerleştirme yoludur." şeklinde tanımlanır.

Oyun etkinliği hareketi gerektirdiğinden kas gelişimini olumlu yönde etkiler. Oyun çocuk için keşfetme, öğrenme, kendini ifade etmek demektir. Çocuk oyun sayesinde çevresini daha iyi tanır, becerilerini geliştirir ve çeşitli roller üstlenerek dünyayı algılamaya çalışır. Oyunun eğlendirici özelliği olması bakımından çocuk eğitiminde öğrenme yöntemi olarak kullanılmaktadır.

Oyun her yaşta insanın hayatında önemli yeri olan etkinliktir. Yetişkin için oyun eğlenme, dinlenme ve boş zamanları değerlendirme gibi algılanırken çocuk için oyun zamanının büyük bir kısmını alan ciddi bir uğraş olarak nitelendirilmelidir.

Oyun çocuğun gelişmesi ve kişilik kazanması için sevgiden sonra gelen ikinci önemli duygusal ihtiyaçtır. Bu anlamda sevgiden yoksun bir çocukluğun düşünülmemeyeceği gibi oyundan yoksun bir çocuklukta düşünülemez.

Oyunun değeri düşünülürse çocuğun tüm gelişim alanlarını destekleyici olmakla birlikte çocuğu gerçek hayata hazırlayıcı etkin bir araç olduğu unutulmamalıdır.



Fiziksel Gelişim Her Çocuk İçin Farklı Olsa Da Genel Özelliklerin Değişmediği Bilinmektedir.

Bir bebeğin hareketliliği doğum öncesinde başlamaktadır. Doğumdan sonra bu hareketlilik artmaktadır. Örneğin; bir bebek ortalama üç aylıkken, başını dik tutar ve bu hareketi yattığı yerde dönme ve desteklenerek oturma, emekleme, ayakta durma, yürüme, koşma vb. takip etmektedir. Tüm bu hareketler büyük kas motor gelişimi ile ilgili becerilerdir.

- **0-3 ay:** Bebek yüzükoyun yatarken başını tavana bakacak kadar kaldırabilir.
Kucakta otururken başını dik tutar.
Sırt üstü yatarken renkli nesnelere başını iki yana çevirerek izler.
Eline verilen bir oyuncacı düşürmeden tutar.
- **3-6 ay:** Sırt üstü yatarken ellerinden tutup kaldırmaya çalıştığımızda başını düşürmeden kalkabilir.



Resim 8 :6-12 ayda Yardımsız oturur.

- Yatarken yüz üstü dönebilir
- Bazı çocuklar desteksiz oturmaya başlamıştır.
- **6-12 ay:** Yardımsız oturur.
Yatarken kendiliğinden oturur.
Tutunarak ayakta durur.
Yerde otururken koltuktan tutunarak ayağa kalkar.
Kısa bir süre tay tay durabilir.

- **1-3 yaş:** 15-16. aya kadar tay tay durabilir.

16. aydan sonra düzgün yürür.

Ayaktayken yerdeki oyuncasını düşmeden alır.

Örneğin; 13 aylık çocuklar yürümeye başladıkları için ipinden çekilerek oynanabilen ya da sürülebilir oyuncakları severler. 15-18 aylık çocuklar tırmanma çabası içindedirler. Sallanan ata binmeye çalışma ve onun üzerinde sallanma zevk aldıkları bir etkinliktir.

3 yaş dönemindeki çocuk büyük kaslarını daha iyi kullanabildiğinden takla atar, yüksek yerlerde yürümeyi dener, üç tekerlekli bisiklete biner, topa tekme atabilir. Yaratıcı olduğundan yeni oyunlar oluşturur ve uygular. Temsili oyunlarda çeşitli kıyafetleri giyip değişik tipleri canlandırmayı sever. Aynı zamanda meslek oyunları da oynar.



Resim 9 : Temsili Oyun

Bu yaştaki çocuklar oyun malzemeleri olarak,

- Mutfak malzemeleri
- Bahçe araç gereçleri
- Legolar, renkli dominolar
- Minyatür hayvanlar, artuk materyaller
- Bebekler

- Kostüm ve aksesuarlar
- Su, kum, kil, çamur gibi malzemeleri tercih ederler.

2-3 yaş çocukları bahçede kum, kova, kürek gibi malzemelerle oynamayı tercih ederler. 3-4 yaş grubu çocukları inme-çıkma- kayma gibi hareketleri koordineli olmaya başlamıştır. Kaydıraktan kayma, bisiklete binme gibi hareketlere katılımlarından oldukça etkindirler. Açık havada bu dönem çocukları kil, çamur gibi malzemelerle oynamaktan da zevk alırlar.

- **4 yaş:** El becerileri oldukça gelişmiştir. Resimler yapar, yapılar kurar, kitaplara özel bir düşkünlük başlar. Hayal gücü oldukça gelişmiştir.

Bu dönem çocuğunun kullandığı oyun malzemeleri,

- Bebekler
- Oyun evleri
- Kuklalar
- Bahçe aletleri
- Legolar, artık malzemeler
- Hamurlar
- Yetişkin kıyafetleri gibi malzemeleri tercih ederler.

5-6 yaş grubu çocukları top oyunları, sek sek gibi kurallı oyunlardan hoşlanır. 6 yaş ve üstü çocuklar park, bahçe gibi açık alanları koordineli bir şekilde kullanırlar. Grup aktiviteleri ağırlık kazanmaya başlar. Çocukların motor gelişimleri ev, sınıf gibi kapalı ortamlarda desteklenebileceği gibi sınıf dışı, bahçe, park gibi açık hava ortamlarında da desteklenebilmektedir.

Özellikle erken çocuklukta çocukların fiziksel gelişimlerinin belli bir plan ve programla, çocukların gelişimlerinin çok yönlü ilerlemesini destekleyen ve uzman personeliyle hizmet veren erken çocukluk eğitim kurumlarının büyük payı vardır.

Erken çocukluk eğitim kurumlarında çocuklar, zamanlarının büyük bir kısmını oyun oynayarak geçirirler. Salonunda ve açık havada oynanan oyunlar çocuklara kas becerilerini geliştirmelerinin yanında açık havada oynanan oyunlarla, güneş ve oksijenden yararlanarak bedensel sağlıklarına katkıda bulunmuş olurlar.

Fiziksel gelişimi destekleyici nitelikte olan etkinlikler, özellikle erken çocukluk eğitim kurumlarında, günlük etkinlik programı içerisinde sadece oyun etkinliğinde değil, diğer etkinliklerde de kullanılabilir. Örneğin; serbest zaman etkinlikleri, müzik etkinlikleri, Türkçe dil etkinlikleri, drama, animasyon gibi birçok yerde uygulanabilir niteliktedir.

Çocuklara uygulanacak etkinliklere, öncelikle ısındırıcı hareketlerle başlanmalıdır.

Aşağıda verilen örnekler, çocukların fiziksel gelişimini destekleyici ısındırıcı hareketlerle ilgili etkinliklerdir.



Örneğin: oyun saatindeki ısındırıcı oyunlarla ilgili seçilen etkinliğin hedefi, Büyük kaslarını etkili olarak kullanabilme ise,

Hedef davranışları:

Taklit yürüyüşleri yapma,

Dengeli bir şekilde yürüme ve koşma,

olarak belirlenebilir. Isındırıcı oyuna örnek olarak hayvan taklitleri oyunları uygulanabilir.

(fok, yengeç, kurbağa....vb.)

ÖRNEK

Etkinliğin adı: Kurbağa yürüyüşü
Yaş Grubu: 4-6 yaş
Uygulama:

Öğretmen çocuklara, kurbağalar nasıl zıplar?
Hangi bacakları aynı anda hareket eder? gibi sorular sorar, yanıtları aldıktan sonra, kurbağalar güçlü olan arka bacaklarını kullanarak havada sıçrar. Bu harekete çömelerek başlayabilirsiniz. Kurbağalar sıçradıklarında arka ayakları uzar ve ileri doğru atılır. Hadi hep birlikte kurbağa olalım ve sıçrayalım, der



Resim 10 : Kurbağa Yürüyüşü

ÖRNEK

Etkinliğin adı: Fok kayışı

Uygulama: Foklar karada oldukları zaman kendilerini itmek için küçük yüzgeçlerini kullanır ve sürünerek yol alır. Suda karadakinden çok farklı yüzerler. Sizde karadaki fokları taklit edeceksiniz. Bacakların arkada sürünürken, öne doğru ilerlemek için ellerinizi kullanın; ama ellerinizi foklar gibi geri çevirmeyi lütfen unutmayın.

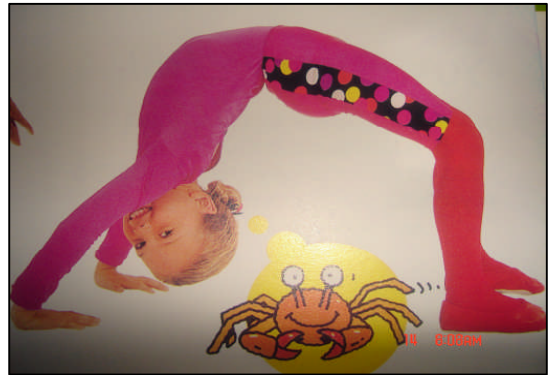


Resim 11 : Karadaki Foklar

ÖRNEK

Etkinlik adı: Yengeç yürüyüşü
Uygulama:

Kendinizi bir yengeçe benzetmek için sırt üstü yere uzanın ellerinizi ve ayaklarınızı yere koyup vücudunuzu yukarı kaldırdığınızda bir yay oluşturursunuz. İşte şimdi tam bir yengeç gibi oldunuz kutlarımız.



Resim 12: Yengeç Yürüyüşü

İkili Oyunlar



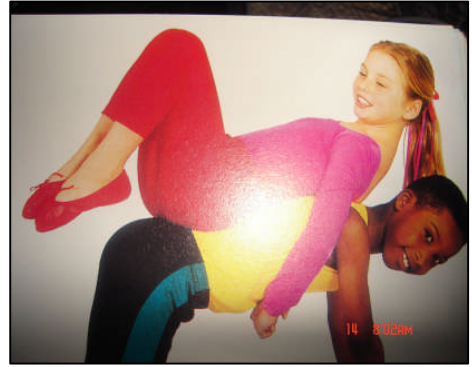
Resim 13: Denge

ÖRNEK

Etkinliğin adı: Sırt sırta

Uygulama:

İki kişiyle yapılabilecek harika bir oyun. Biri yere ellerinin ve ayaklarının üstüne diz çöker. Üstte olacak kişi arkası dönük ve bacakları onun bacaklarına değecek şekilde durur. Sonra yavaşça yerdeki kişinin kalçasının üstüne oturur. Tamamen yatırıncaya kadar yavaşça sırt üstü eğilir.



Resim 14: Sırt Sırta



Resim 15 : Tırtıl Yürüyüşü

ÖRNEK

Etkinliğin adı: Karşılıklı denge

Uygulama:

İki kişi birbirini dengeler. Kollar gergin, dizler kırık, ayakları birbirine değmelidir. Eller birbirine kenetlenmesi gerekir. Aksi halde denge sağlayamazsınız

ÖRNEK

Etkinliğin adı: Tırtıl yürüyüşü

Uygulama:

Etkinlik için üç kişiden başlanabilir. Birinci kişi eller ve dizler yerde olacak şekilde durur. İkinci kişi aynı hareketi birinci kişinin üzerinde yapar. Üçüncü kişiye ikinci kişinin üzerinde aynı hareketi yapar. Şimdi çok zor; ama madem tırtıl oldunuz o halde sizi ağaca tırmanırken görmek isteriz.



2.2. Fiziksel Gelişime Uygun Araç Gereçler

Oyun çocuğun en ciddi uğraşırken, oyun etkinliklerinde kullanılan araç gereçler de onların en önemli iş aletleridir. Çocuğun oyun için gerekli aracı olsun ya da olmasın çocuk mutlaka yaratıcılığını kullanarak bir şeyler yaratır; ancak çocuğun oyunlarının desteklenmesi için, biz eğitimcilerin onlara bazı oyun malzemeleri hazırlamamızı gerektirir.

Araç gereçleri üç başlıkta toplayabiliriz:

- Çocuğun okul öncesi araç gereçleri ve oyuncakları,
- Açık hava oyunları ve etkinlikler için araç gereçler,
- Çocuğun gereksinimleri ve ilgileriyle ilgili etkinlikleri,

2.2.1. Çocuğun Okul Öncesi Araç Gereçleri ve Oyuncakları

Fiziksel gelişimi destekleyici etkinliklerin çocuğa en üst düzeyde yarar sağlayabilmesi, etkinlik için gerekli olan araç gereçleri ve aynı zamanda alanı bilinçli olarak hazırlamak gerekir.

Fiziksel Gelişimi Destekleyecek Etkinliklerde Kullanılan Araç Ve Gereçlerin Özellikleri (Oyuncaklar):

- Araç gereçler, birden fazla hedefi olan çok aşamalı ve çocukların gelişim düzeylerine uygun olmalıdır.
- Araç gereçler sade, ayrıntıları az, iyi zımparalanmış, pürüzsüz ve keskin köşeleri yuvarlatılmış olmalıdır.
- Çocuğun yaş ve gelişim seviyesine uygun olup ilgileri doğrultusunda olmalıdır.
- Şekil ve boyut bakımından kullanışlı olmalıdır.
- Araç gereçlerin nasıl oynanacağı kolaylıkla kavranabilmelidir.
- Dayanıklı, sağlam ve temizliği kolay olmalıdır.
- Tehlike unsuru yaratmayacak şekilde planlanmalıdır.
- Göze hoş görünmeli ve estetik olmalıdır.
- Dokunma duygusunu olumlu yönde etkilemelidir.
- Birden fazla çocuğun bir arada oynayabileceği nitelikte olmalıdır.
- Çocuktaki araştırma ve keşfetme duygusunu harekete geçirmelidir.
- Çocuğun yaratıcılığını destekleyici olmalıdır.

- Çocuğun kaslarını koordineli olarak kullanmasını güdüleyici olmalıdır.
- Çocuğun bütün bu sıralananların yanında sosyal ilişkilerinin gelişmesine katkıda bulunacak nitelikte olmalıdır.



Fiziksel Gelişimi Destekleyici Etkinliklerde Kullanılan Materyallerin ya da Alanın Taşınması Gereken Özellikler

- Ortamın güvenilir olması oldukça önemlidir. Fiziksel açıdan çocuklara güvence sağlanabileceği gibi kendilerine güvenmelerine ve sorumluluk duyguları kazanmalarına yardımcı olur, aynı zamanda kendilerini daha bağımsız hissetmelerini sağlar.
- Bahçede bulunan materyaller, aynı zamanda hareket kolaylığı sağlayacak şekilde düzenlenmelidir. Dolayısıyla yapısal özellikleri de dikkate alınmalıdır. Örneğin; yürüme alanları kaygan olmamalıdır.
- Çocuklar için oluşturulan açık hava alanlarındaki materyallerin canlı renklerde ve ilgi çekici olmasına özen gösterilmelidir. Güçlü ve zıt renkler çocukların materyalleri, parçalara ayırmasına ve derinliğini algılamasına yardımcı olabilir.
- Bahçede parkta bulunan materyaller, çocuklar için kullanışlı olmalıdır. Her yaş grubu çocuğa ayrı ayrı hizmet edebilecek özelliklere sahip olmalıdır.
- Materyaller, sık sık kontrol edilmeli; hava koşulları düşünüldüğünde açık havadaki materyallerin yıpranmaları söz konusudur. Dolayısıyla bu materyaller tehlike yaratmamalı, paslanma, zincir kopması vb. sorunlara karşı gerekli bakımları yapılmalıdır.
- Materyaller, çocukların alanı bağımsız, rahat bir şekilde kullanmalarına olanak sağlamalıdır.
- Materyallerin nitelik açısından olduğu kadar, nicelik açısından da çocukların gereksinimlerini karşılayabilecek sayıda olmasına önem verilmelidir.

Özel eğitime gereksinimi olan çocuklarında diğer çocuklar gibi park ve bahçede oynamaya gereksinimleri vardır. Dolayısıyla açık hava alanlarının kullanımı ve düzenlenmesinde bu çocukların gereksinimleri de dikkate alınmalıdır.

Oyun çocuğun
özgürlüğüdür.



Resim 16: Oyun

Çocuğun Okul Öncesi Araç Gereçleri ve Oyuncakları:

- Oyuncak bebekler
- Evcilik malzemeleri
- Ritm aletleri
- Dolgu oyuncaklar
- Kostüm ve aksesuarlar
- Masa oyuncakları, legolar
- Ses çıkaran canlı renkte oyuncaklar



Resim 17 : Masa oyuncakları,Legolar

- Çekmeli ve itmeli oyuncaklar
- Oyuncak taşıtlar
- Yapı oyuncakları
- Minyatür hayvanlar
- Fasulye torbaları
- Plastik küpler
- Bloklar
- Oyun evleri
- Sallanan atlar



Resim 18 : Açık hava oyuncakları



Resim 20 : Oyun evi



Resim 19 : Oyun evi

2.2. Açık Hava Oyunları ve Etkinlikleri İçin Araç-Gereçler

Çocukların özellikle fiziksel gelişimlerine sayısız katkısı olan açık hava oyun araçları, dünyanın her yerinde çocuklar tarafından kullanılan araçlardır.



Resim 21: Tırmanma Araçları

Açık hava oyun araçları

Tırmanma araç gereçleri:

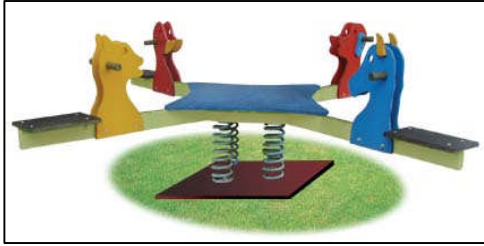
- Yürüme ve denge aletleri
- Ağaç kasalar, büyük kutu ve sandıklar
- Üç tekerlekli bisikletler
- Direksiyonlu, tekerlekli tahta arabalar
- Kum havuzu, kum araçları
- Salıncaklar
- Halatlar, ipler
- Çemberler
- Tırmanma merdivenleri
- Kaydıraklar
- Araba lastikleri
- Salıncaklar
- Bisiklet, tekerlekli araçlar, kullanma alanları
- Tüneller
- Kaleler
- Oyun evleri
- Tahterevalli
- Sallanan atlar vb.
- Potalar, kale



Resim 22 : Salıncak



Resim 23 : Kum havuzu



Resim 24 : Tahterevalli

- Tahtadan oyun evleri ya da oyun platformları
- Ağaç gövdeleri, tırmanma tahtaları
- Büyük boy, içi boş, tahta bloklar



Resim 26 : Kaydırak

- Su oyunlar masası
- Toplar, çemberler, ipler
- Su, kum, kil,tahta gibi malzemeler
- Kovalar, tırmıklar, kürekler, şekil kalıpları
- Oyuncak kamyonlar
- Akülü arabalar



Resim 25 : Ahşap oyun evi



Resim 27 : Oyun havuzu



Resim 28 : Kovalar, tırmıklar



Resim 29 : Akülü arabalar

0-12 yaş dönemindeki çocuklarının, fiziksel gelişimlerini destekleyici araç-gereçler konusunun bitiminde, öğretmen öğrencileri erken çocukluk eğitim kurumları'nın oyun bahçesine alan gezisi düzenleyerek, öğrencilerin konuyu pekiştirmelerini sağlar.



Açık Hava Oyunlarının Çocukların Fiziksel Gelişime Olan Katkısı:

Açık hava oyunları, çocukların;

- Sağlıklı gelişimlerini sağlar.
- Gerek fiziksel gerekse duygusal açıdan rahatlamaolarını sağlar.
- Hareketler sırasında kendini yeterli hissetmesini/ kendine güven duymasını sağlar
- Hareket gelişimiyle birlikte çocuğun diğer gelişim alanlarını da destekler.
- Kasların güçlenmesini sağlar.
- Koordinasyon ve denge gelişimini destekler.
- Esneklik kazanmalarını sağlar.
- Solunum ve dolaşım sistemlerini düzenler.
- Sinir, kas ve eklem koordinasyonunu sağlar.
- Günlük yaşamın gerektirdiği yürüme, koşma, atlama, sıçrama, tırmanma, sekme gibi temel becerileri kazanmalarını sağlar.
- Aynı ortamdaki diğer çocuklarla işbirliği yapmalarını, planlama yapmalarını, arkadaş edinmelerini sağlar.
- Fazla enerjilerini kullanmalarını, gerginliklerini gidermelerini sağlar.
- Grup içinde sırasını beklemesi gerektiğini öğrenmesini sağlar.

Açık havada çocuklarla sabit ya da taşınabilir materyallerle oynanabileceği gibi, sanat çalışması, jimnastik gibi çalışmalar da yürütülebilir. Açık havada park ya da bahçedeki materyaller düzenlenirken çocukların gelişimsel düzeyleri, ilgileri ve gereksinimleri dikkate alınmalıdır. Dolayısıyla bu materyallerin taşınması gerekli olan özelliklerine önem verilmelidir.

2.3. Çocuğun Gereksinimleri-İlgileri-Etkinlikleri

OKULÖNCESİ ÇOCUĞUN GEREKSİNİMLERİ	İLGİLERİ	ARAÇ-GAREÇ VE ETKİNLİKLERİ
GÖRME	RESİMLERE BAKMA	Resim koleksiyonları, çizgi romanlar
	RENKLERİ GÖRME	Renkli kumaşlar ve boyalı kaşıklar
	BİÇİMLERİ EŞLEŞTİRME	Parçalı bilmeceler
	OKUMA	Hayvan ve çocuklarla ilgili öyküler
DUYMA	SES ÇIKARMA	Mırıldanmalar, şarkı söyleme
	TARTIM ÖĞRENME	Tartım çalgıları, pikap, plaklar, teyp kasetler, bandlar, ışık çalma
	SESLERİN UYUMUNDAN TAT ALMA	Müzik araçları, plaklar, bandlar, kastler
DENGE DUYGUSU	TIRMANMA	Tahtarevalli, kaydırak
	BİNME	Tahtarevalli, üç tekerlekli bisiklet, sallanan tahta at, salıncak, sopa at
	DANSETME	Müzik araçları
	ATLAMA KOŞMA SIÇRAMA	Büyük kutular, uçurtma oyunları
YARATMA YETENEĞİ	YARATMA	Mum boyalar, boş kağıtlar, çamur, kuklalar, bloklar, her çeşit artık materyal
HAYAL GÜCÜ	GÖSTERİSEL OYUNLAR CANLANDIRMA	Evcilik oyunu, dükkancılık oyunu vb. tenekeler, kutular, çeşitli giyim kuşamlar, bebek giysileri
BE CERİLER	BELİRLİ KONULARDA USTALIK SAĞLAMAK	Öykü anlatma, başka çocuklarla oynama, çocuğun işgücü ve beden eşgüdümünü sağlayan oyuncaklar

DOKUNMA DUYGUSU	ELLEME	Çamur ve parmak boyası
PARMAKLARIN DENETİMİ	OYUNCAKLARI PARÇALARA AYIRMAK VE BİRLEŞTİRMEK	Leğen,mandallar,yalın bilmeceler,çubuk makarna,ayakkabı ve bağları
BÜYÜK KASLAR	ATMA	Fasulye torbası oyunları,sopalara halka geçirme oyunları
	KURMA	Birbirine geçen bloklar,trenler,kamyonlar
	ÇAKMA	Delikli bir torbaya birşeyler geçirme,tahta çiviler çakma
	KAZMA, KALDIRMA	Kum havuzu,kürek,kazma,kova

2.4. Fiziksel Gelişime Uygun Etkinlik Planlama

Belirli bir hedefe ulaşmak için, var olan imkanların nasıl kullanılacağına önceden saptanmasına planlama denir. Fiziksel gelişimin en fazla desteklendiği etkinlik oyun etkinliğidir.

Fiziksel gelişimi destekleyici etkinlikler, çocuğun motor gelişimi için eğlenceden ziyade, en büyük gereksinimdir. Çocuk etkinlik süresince birçok şey öğrenir.Öncelikle kendi bedeninin dünya üzerindeki etkisini ve kontrolünü fark eder.Böylece çocuk kendi beden imajı ve yeteneklerine ilişkin olumlu özgüven geliştirir.Ayrıca organlar arasındaki eşgüdümü ve denge sağlar.Motor becerilerde çeviklik ve esneklik kazanır.



2.4.1. Fiziksel Gelişimi Destekleyici Etkinliklerin Çocukların Küçük Kaslarına Etkileri Sonucunda Edindikleri Beceriler:

- Nesneyi elle tutma, sıkma, kavrama ve bırakma
- Nesneyi parmaklarıyla tutma, kavrama ve sıkma
- Nesneye dokunma, ovma, okşama, yoğurma ve delme
- Düğme ilikleme ve çözme
- Fermuar açma ve kapama
- Bağcık bağlama, çözme
- Dikme, örme, ipe boncuk geçirme
- Makasla kesme
- Kağıt katlama, yırtma yapıştırma
- Parmaklarını aynı çizgide hareket ettirme

2.4.2. Fiziksel Gelişimi Destekleyici Etkinliklerin Çocukların Büyük Kaslarına Etkileri Sonucunda Edindikleri Beceriler:

- Yürüme koşma, engel üzerinden atlama, tek ayaküstünden atlama
- Merdivenden inip çıkma, tırmanma, kayma
- Nesneyi fırlatma, yakalama
- Ağırlık kaldırma uzağa ağırlık taşıma
- Çömelme, kalkma, sıçrama
- Çift ayak zıplama ve ileri geri sağa sola hareket etme
- Çömelmiş durumda değişik yönlere gitme
- Nesneyi çekme ve itme
- Sallanma
- Topla çeşitli hareketler yapma
- İple ilgili çeşitli hareketler yapma
- Çemberle çeşitli hareketler yapma
- Bisiklete binme
- Yüzme

ÖRNEK

Etkinlik Adı: Önce Zıpla, Sonra Topla Oyunu

Yaş grubu: 5–6

Araç-Gereçler: Lastikler, davul, küçük ve büyük daire resimlerinin olduğu kartlar, iki kutu

Süre: 15 dakika

Uygulama: Öğretmen sınıftaki lastikleri, belirli aralıklarla dizer. Her iki lastik arasında önceden hazırlanmış olduğu büyük küçük daire şekillerini serpiştirir. Çocuklara “önce zıpla sonra topla” oyunu oynayacaklarını söyler.

Çocuklar sıra olurlar. Öğretmen çocuklara, sıra ile önce çift ayak lastiğın içine atlayacaklarını, oradan çıkıp diğerine geçerken, iki lastik arasında yerde duran dairelerden bir tanesini almaları gerektiğini söyler. Oyunu başlatır.

Öğretmen oyunun ikinci aşamasında eline bir davul alır. Oyunda elinde tuttuğu davulla ritim vereceğini söyler. Davula her vurduğunda lastiğın içine çift ayak zıplamalarını ister. Daireleri toplarken de hızla davula vurur. Öğretmen çocukları verdiği ses komutlarıyla dinlemeye yönlendirmeye çalışır.

Oyun bitiminde, çocuklar topladıkları daireleri de yanlarına alarak masaya geçip yerlerine otururlar. Öğretmen herkesin kaç daire topladığını ve büyüklüklerinin ne kadar olduğunu çocuklarla konuşur. Öğretmen önceden hazırladığı birinin üstünde büyük, birinin üstündeyse küçük daire yapıştırdığı kutuları getirir ve sıra ile çocukların önünde gezdirerek büyük daireleri büyük, küçük daireleri de küçük daire kutusuna koymalarını ister.

Türkçe Dil Etkinliklerinde:

Bu bölümde uygulanan fiziksel gelişimi destekleyici etkinlikler, daha çok konu merkezli olan Türkçe dil etkinliğini daha eğlenceli bir hale getirmeyi amaçlar. Bu oyunlar sözel ifadelerin yanı sıra, hareketleri de gerektirdiğinden önemlidir.

Örnek Etkinlik: Küçük Bahçe (Parmak Oyunu)

Yaş Grubu: 4-6 yaş

Uygulama: Öğretmen parmak oyunun oynanışını, öncelikle kendi gösterir; hareketleriyle daha sonra çocukların tekrar etmelerine rehberlik eder.

Küçük Bahçe

Benim küçük bir bahçem var (İki el yanlara doğru açılarak dairesel hareketler yapılır.)

Onu çok dikkatli kazarım (Parmaklar tırmık gibi yapılır.)

Çiçek tohumlarını buraya ekerim (Elle tohum ekme hareketi yapılır.)

Yağmur yağacak, güneş açacak (Ellerle yağmur hareketi yapılır ardından da eller yanlara doğru açılarak güneş açma hareketi yapılır.)

Benim tohumlarım gittikçe büyüyecek (Baş öne doğru eğilir, yavaş yavaş yukarı kaldırılır.)

Bahçemdeki çiçekler açacak (Baş üzerinde iki el birleştirilerek çiçek açma hareketi yapılır.)

Serbest Zaman Etkinliğinde:

İlgi köşelerinde oynanan oyunlar arasında genellikle hayali oyunlar, eğitici oyuncaklarla oyunlar, bloklarla oyunlar, dramatizasyon ve pandomim gibi temsili ve kukla oyunları yer almaktadır.

Okul öncesi dönemde çocukların vazgeçemediği bir diğer etkinlikte resim ve el işi etkinlikleridir. Bu etkinlikte yer alan boya çalışmaları, yoğurma maddeleri, kağıt işleri ve



Resim 30: Köşe etkinliği

artık malzemelerle çalışmalar, çocuğun tüm duyu organlarını harekete geçirdiği için çocuğun küçük kas gelişimine ve becerilerin gelişmesine de olanak sağlar.



ÖRNEK

Etkinliğin adı: Kağıt boncuklar

- Farklı renkteki elışı kağıtlarını birbirine yapıştırın. Üzerine yapışması için iyice bastırın.
- Yapıştırıcı kuruduğu zaman kağıttan uzun ince üçgenler kesin veya yırtın.
- Olabildiğince çok üçgen çıkartın

Resim 31 : Kağıt Boncuklar

- Üçgenin geniş ucundan başlayarak kalın bir kalemin çevresine dolayın.
- Üçgenin ucunu yapıştırın.
- Boncuğunuzu kaydırarak kalemden çıkartın.
- Bu şekilde boncuk sayınızı arttırın.



Resim 32 : Kağıt Boncuklar

- Boncuklarınızı kalın bir kordona veya kurdelaya geçirin.
- Boynunuza takın ve evcilik köşesine gidip bir oyun oluşturun.

Resim 33 : Kağıt Boncuklar

Müzik Etkinliklerinde:

Müzik etkinliklerinde şarkı söyleme, ritm çalışmaları, müzik dinleme, müzikli dramatizasyon ve yaratıcı dans gibi faaliyetler yer almaktadır.

Bu faaliyetler, çocukların sesleri ayırt edebilme, sesini kontrol edebilme, ritmi doğru hissedip yansıtmaya, yeni sözcükler öğrenme ve müzik eşliğinde koordineli hareket etme vb. gibi beceriler kazanmalarını sağlar. Bu becerilerin kazanılmasının temelinde de hareket vardır

Örnek:

Etkinliğin Adı: Elbiselerim

Yaş Grubu: 4-6 yaş

Uygulama: Çocuklar halka yaparak yere otururlar. Öğretmen çocuklara öncelikle şarkının tamamını söyleyerek dikkati üzerine çeker ve şarkının ikinci ve sonraki tekrarların çocuklarla birlikte yapar. Şarkıya çocuklar, alkışlarla ritm tutarlar, öğretmen bu konuda çocuklara rehberlik eder.

Şarkının sözleri:

Hep yeşildir elbiselerim

Ben bu rengi pek çok severim

İlkbaharı cicim

Çok sevdiğim için

Hep yeşildir elbiselerim

Hep sarıdır elbiselerim

Ben bu rengi pek çok severim

Sonbaharı cicim

Çok sevdiğim için

Hep sarıdır elbiselerim

Hep mavidir....Gökyüzünü cicim

Hep pembedir....Ben şafağı cicim

Hep beyazdır....Papatyayı cicim

Hep siyahtır....Ben geceyi cicim

Hep güllüdür....Ben gülleri cicim

Hep dallıdır....Ben dalları cicim



Resim 34: Elbiselerim

Çocuklar ayağa kalkıp halka olurlar. Şarkıya başlamadan önce çocuklardan biri ortaya çıkarılır. Çocuğun elbisesine uygun olarak şarkı söylenir ve çocuklar alkışla tempo tutarak,

halka yaparak dönmeye başlarlar. Bu rengin şarkısı bitince ortadaki çocuk halkaya başka bir çocuğu alır ve oyun böylece devam eder.

Okuma Yazmaya Hazırlık Çalışmalarında:

Bu çalışmaların ilk aşamasında, çocuklar parmaklarını kendi bedenleri üzerinde, havada ve farklı zeminler üzerinde değişik biçimler oluşturacak şekilde hareket ettirirler. Oyun yoluyla gerçekleştirilen bu etkinlik, çocuğun küçük kas gelişimini olumlu yönde etkiler.

“Eğitici oyuncak” diye adlandırılan kavram geliştirici oyuncaklarla oynamaksa çocukların küçük kas ve el becerilerinin gelişmesine, el göz koordinasyonu sağlamasına ve sosyalleşmesine yardımcı olur.



Resim-2 35: Okuma Yazmaya Hazırlık küçük kas gelişimine yardımcı olur

Özel Günlerde:

Özel günlerdeki kutlamalar için, en fazla uygulanan etkinlik şarkılı oyunlar ve rontlardır. Özel günlerde günün anlam ve önemine uygun kostüm ve aksesuarların kullanımı da etkinliğe estetik katıp çocukları daha istekli hale getirecektir.

Şarkılı oyunlar ve rontların yanı sıra spor bayramı kutlamalarında yarışmalı ve kurallı olan fiziksel gelişimi destekleyici etkinlikler de yer almaktadır. Bu bayramlarda çocuklar genellikle koşma, atma, atlama, dengeli yürüme, bisiklet kullanma, çember çevirme vb. geliştirdikleri becerileri daha özenle hazırlanmış bir ortamda yaşayabilmektedirler.

Örneğin; özel günlerde animasyon etkinliklerinden yararlanılabilir



Resim-2 36: özel günlerde animasyon etkinlikleri

ÖRNEK

Etkinliğin adı: Kaybolan sandalye

Uygulama: Yumuşak bir düşüş numarası öğrenmeye ne dersiniz? Biraz akrobasi yapmanız gerekebilir; ama arkadaşlarınızın gülmekten katılacakları konusunda size garanti verebiliriz.

Eğer düşen palyaço sizseniz, dikkatli ve neşeli olun. İzleyicilere, sandalyenin düşeceğini bildiğinizi kesinlikle belli etmeyin. Onlar sizin gerçekten düştüğünüzü sanmalılar!

Sandalyeye doğru yürürken, neşeyle ıslık çalın ve sandalyeyi uzatan diğer palyaçoya teşekkür etmeyi sakın unutmayın. İzleyicinize gülümseyin!



Resim-2 37: Kaybolan Sandalye- 1



Resim- 38 : Kaybolan sandalye-3

Bir sandalyeye otururken, üzerine oturacağınız güvenli bir sandalye olduğunu bildiğiniz için iki bacağınızı birden bükersiniz. Bu numaranın ilk özelliği tek ayağı bükmektir. Diğer ayağınızı ise ileriye doğru uzatmanız gerekir. Kollarınızı uzatın; çünkü

düşerken dengeyi bulmanızı sağlar. Yere düştüğünüzde, kendinizi rahat bırakmayı sakın unutmayın!

Drama Etkinliğinde:

Eğitim sürecinde drama etkinliği, oyunlarla geliştirilen bir etkinlik olduğu için drama eğitimimin yaşamsal bir parçasıdır. Dramada birey, aktif durumdadır. Bire bir uygulama yaptığı için daha iyi öğrenirken diğer taraftan da duyu organlarını harekete geçirerek olay ya da durumları yaşamaya başlar.

Drama sırasında çocuk çevresinden gözlemediği ve yaşadığı olayları değişik yollarla canlandırırken sıkıntılarını, tedirginliklerini korkularını, özlemlerini çeşitli vücut hareketleriyle anlatır. Bu sayede çocuk bedenini tanır ve bedenini koordineli olarak kullanmayı öğrenir. Sonuç olarak çocuk bir takım bedensel becerilerini drama etkinlikleri sayesinde geliştirir.

Çocuğun hareket gelişimi sayesinde kazandığı güven, daha sonra psikolojik güvene dönüşerek diğer alanlarda da avantajlı duruma geçmeyi sağlar.

Örnek:

Konu: Suyun buharlaşması

Araç gereçler: Su dolu bir bardak

Yöntem ve teknik: Pantomim, demonstrasyon, doğaçlama

Isınma ve rahatlama çalışmaları

Çocuklar daha önce boşaltılmış alanda ayakta dururlar. Öğretmen; hepimiz gökyüzündeki bulutlarız. Bir rüzgar esti, bulutlar hareket etmeye başladılar. (Çocuklar sağa sola hareket ederler.)

Üşüdüler,bulutlar birbirine sokuldular.Tekrar rüzgar esti, vuu...vuu..vu...(Öğretmen rüzgar sesini taklit eder.)Bulutlar hareket etmeye başladılar. (Çocuklar birbirlerinden uzaklaşarak sağa sola hareket ederler.)

Yağmur olarak yere düştüler.(Yere çömelirler.)

Uygulama Çalışmaları:

Çocuklar yerlerine otururlar, bir hafta öncesinden sınıfın güneş gören bir yerine yerleştirilmiş su dolu bardağın ilk hali hatırlatılarak, suyun işaretle belirlenmiş çizginin altına inerek neden azaldığı konusunda çocukların akıl yürütmeleri istenir.

Daha sonra öğretmen çocuklara “Küçük Dere” isimli öyküyü anlatır

Küçük Dere

Ormanın içinde hayvanların su içtikleri küçük bir dere vardı. Geyikler, tilkiler, kurtlar, ördekler. Ormanda yaşayan bütün hayvanlar küçük dereyi çok seviyorlardı. Suyunu içmekle kalmıyor, temizlik işlerini de derenin suyuyla yapıyorlardı.

Yaz mevsimi gelince küçük derenin suyu iyice azaldı, ördekler ve diğer hayvanlar bu durumdan hiç memnun kalmadılar. Güneş küçük dereyi öylesine ısıtıyordu ki sular buhar olup gökyüzüne doğru çıkmaya başlamışlardı. Su buharları da dere ve ormandaki hayvanlardan ayrılmak zorunda kaldıkları için üzülüyorlardı. “Tekrar geri geleceğiz, bizi bekleyin....Hoşça kalın....” diyerek vedalaştılar.

Su buharları gökyüzünde çok yükseklerle çıktılar. Üşümeye başladılar. Küçük birer su damlacıkları haline geldiler. Birbirlerine iyice sokuldular, bulut oldular. Tekrar bir araya geldikleri için çok mutluydular; ama yeryüzünü de çok özlemişlerdi. Ormandaki hayvanları, ağaçları, çiçekleri ve küçük dereyi hatırlayınca ağlamaya başladılar.

Ağladıkça yağmur damlası olarak yere damladılar. Ağaçları, ipekleri ve otları suladılar, bazı yağmur damlaları da dereye düştüler. Küçük derenin bu sayede suyu çoğaldı, şarkı söyleyerek akmaya başladı. Yağmur damlalarına kavuşan orman çok mutluydu.

Öğretmen öykünün bitiminde “Evet çocuklar eğer o ormandaki yağmur damlaları siz olsaydınız nerelere düşerdiniz?” diyerek çocukların doğaçlama yapımlarına rehberlik eder.

Rahatlama ve Değerlendirme Çalışmaları:

Öğretmen yağmurla ilgili bir parmak oyununu yaptırabileceği gibi canlandırmayla ilgili bazı sorular yönlendirerek de etkinliği tamamlayabilir.

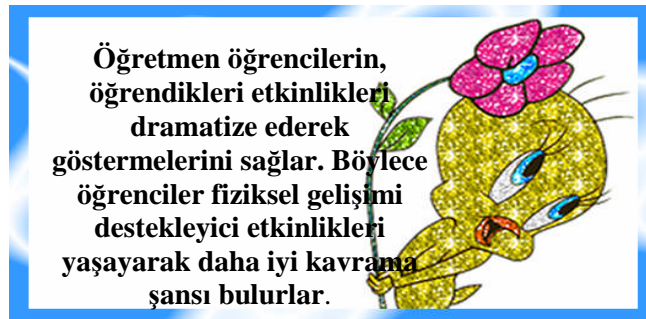
Sorular:

Sizce, bardaktaki su neden azalmış olabilir?

Bardaktaki su, nereye gitmiş olabilir?

Buharlaştıran su gökyüzündeyken ne oldu?

Buharlaştıran su yeryüzüne nasıl geldi?.....vb..



UYGULAMA FAALİYETİ

Çocukların fiziksel gelişim özelliklerini araştırınız. Çocukların fiziksel gelişim özelliklerine uygun araç gereci bulunan bir etkinlik seçerek etkinliğinizi uygulayınız.

İŞLEM BASAMAKLARI	ÖNERİLER
➤ 1.Çocukların yaş ve gelişim seviyesine uygun etkinlikleri inceleyiniz.	➤ Hazırlanacak aracın çocukların yaş ve gelişim seviyelerine uygun olmasına dikkat ediniz.
➤ 2.Çocuklarla uygulanacak fiziksel gelişimi destekleyici etkinliği belirleyiniz.	➤ Çocuklarla uygulanacak fiziksel gelişimi destekleyici etkinliği dikkatli olarak belirleyiniz.
➤ 3.Fiziksel gelişimi destekleyici etkinliği planlayınız.	➤ Fiziksel gelişimi destekleyici etkinliği yaratıcı ve estetik olarak planlayınız.
➤ 4.Etkinlik için çocukların yaş ve gelişim düzeylerine uygun araç gereçleri belirleyiniz.	➤ Etkinlik için çocukların yaş ve gelişim düzeylerine uygun araç gereçleri objektif ve dikkatli olarak belirleyiniz.
➤ 5.Etkinlik için belirlenen araç gereçleri hazırlayınız	➤ Etkinlik için belirlenen araç gereçleri temiz ve düzenli olarak hazırlayınız. ➤ Aracı hazırlarken çalıştığınız yerin, temiz ve düzenli olmasına özen gösteriniz.
➤ 6.Fiziksel gelişime uygun olarak planladığınız etkinliği uygulayınız.	➤ Fiziksel gelişime uygun olarak planladığınız etkinliği dikkatli olarak uygulayınız. ➤ Fiziksel gelişime uygun olarak planladığınız etkinliği uygularken çocuklarla olumlu ilişkiler kurmaya özen gösteriniz.
➤ 7.Fiziksel gelişime uygun olarak planladığınız etkinliği uygularken araç gerecin çocuklar, açısından önemini, yararlarını gözlemleyiniz.	➤ Fiziksel gelişime uygun olarak planladığınız etkinliği uygularken araç gerecin çocuklar açısından önemini, yararlarını gözlemlerken objektif ve dikkatli olunuz.
➤ 8.Gözlemlerinizi sınıfta arkadaşlarınızla birlikte tartışınız.	➤ Gözlemlerinizi sınıfta arkadaşlarınızla birlikte tartışırken objektif olunuz.

KONTROL LİSTESİ

Uygulama faaliyetinde yapmış olduğunuz çalışmaları kendiniz ya da arkadaşınızla değişerek değerlendiriniz.

	DEĞERLENDİRME KRİTERLERİ	EVET	HAYIR
1	Çocukların yaş ve gelişim seviyesine uygun etkinlikleri incelediniz mi?		
2	Çocuklarla uygulanacak fiziksel gelişimi destekleyici etkinliği belirlediniz mi?		
3	Fiziksel gelişimi destekleyici etkinliği planladınız mı?		
4	Etkinlik için çocukların yaş ve gelişim düzeylerine uygun araç gereçleri belirlediniz mi?		
5	Etkinlik için belirlenen araç gereçleri hazırladınız mı?		
6	Fiziksel gelişime uygun olarak planladığınız etkinliği uyguladınız mı?		
7	Fiziksel gelişime uygun olarak planladığınız etkinliği uygularken araç gerecin çocuklara açısından önemini yararlarını gözlemlediniz mi?		
8	Çocuklara açısından önemini yararlarını, gözlemlerinizi sınıfta arkadaşlarınızla birlikte tartıştınız mı?		

DEĞERLENDİRME

Yapmış olduğunuz değerlendirme sonunda hayır şeklindeki cevaplarınızı bir daha gözden geçiriniz. Kendinizi yeterli görmüyorsanız öğrenme faaliyetini tekrar ediniz. Kendinizi yeterli görmüyorsanız öğrenme faaliyetini tekrar ediniz.

ÖLÇME DEĞERLENDİRME

Bu faaliyet kapsamında kazandığınız bilgi ve becerileri aşağıdaki soruları yanıtlayarak belirleyiniz. Soruların yanındaki başlıkları; doğru önermeler için (D), yanlış önermeler için (Y) yazarak doldurunuz.

1. ()Oyun etkinliğinin süresi çocukların ilgileri,ihtiyaçları,yetenekleri ve fiziksel koşullar(sınıfın büyük, küçük oluşu,araç gereç, havalandırma vs.) nedeniyle değişebilir.
2. () Oyun etkinliklerinde kullanılan araç gereçlerin birden fazla hedefi olan çok aşamalı özellikte olmamasına dikkat edilmelidir.
3. () Çocuğun hareket gelişimi sayesinde kazandığı güven,daha sonra psikolojik güvene dönüşerek diğer alanlarda da avantajlı duruma geçmeyi sağlar.
4. () Oyun etkinliğinde kullanılan araç ve gereçler birden fazla çocuğun bir arada oynayabileceği nitelikte olmalıdır

Aşağıdaki soruları dikkatlice okuyarak doğru seçeneği kurşun kalem kullanarak işaretleyiniz. Cevaplarınızı cevap anahtarından kontrol ediniz.

5. Okulöncesi eğitim kurumlarında, günlük program içerisinde fiziksel gelişimi destekleyici etkinliklerin gerçekleştirilebileceği en uygun etkinlik aşağıdakilerden hangisidir?
A.) Türkçe dil etkinliği
B.) Oyun etkinliği
C.) Drama etkinliği
D.) Serbest zaman etkinliği
6. Türkçe dil etkinliğinde en fazla hareket özelliği olan etkinlikler aşağıdaki seçeneklerden hangisinde doğru olarak verilmiştir?
A.) Dramatizasyon
B.) Pantomim
C.) Parmak oyunları
D.) Hepsi
7. Aşağıdakilerden hangisi çocukların küçük kas becerilerini geliştiren etkinlikler arasına **girmez?**
A.) Masa oyuncakları ile oynama
B.) Resim ve el işi etkinlikleri
C.) Hareketli oyunlar
D.) Parmak oyunları

8. Aşağıdaki seçeneklerden hangisinde drama etkinliklerinin aşamaları sırasıyla doğru olarak verilmiştir?
- A.) Isındırıcı hareketler- rahatlama ve değerlendirme-esas çalışma
B.) Esas çalışma-rahatlama ve değerlendirme-ısındırıcı hareketler
C.) Isındırıcı hareketler-esas çalışma-rahatlama ve değerlendirme
D.) Hiçbiri
9. Fiziksel gelişim destekleyici ısındırıcı etkinliklerin süresi aşağıdakilerden hangisinde doğru olarak verilmiştir?
- A.) 5 dak.
B.) 10 dak.
C.) 15 dak
D.) 25 dak.
10. Hareket ve ritm olayının birlikte verildiği fiziksel gelişimi destekleyici etkinlik aşağıdakilerden hangisidir?
- A.) Türkçe dil etkinliği
B.) Müzik etkinliği
C.) Oyun etkinliği
D.) Hepsi

DEĞERLENDİRME

Cevaplarınızı, cevap anahtarıyla karşılaştırınız. Doğru cevap sayınızı belirleyerek kendinizi değerlendiriniz. Yanlış cevaplar verdiyseniz öğrenme faaliyetinin ilgili bölümüne dönerek ilgili bölümü kontrol ediniz.

MODÜL DEĞERLENDİRME

Bu faaliyet kapsamında kazandığınız bilgileri aşağıdaki soruları yanıtlayarak belirleyiniz. Soruların yanındaki boşlukları; doğru önermeler için (D) yanlış önermeler için (Y) yazarak doldurunuz.

1. () Erkek çocukların ince motor yetenekleri kız çocuklarından farklı olarak kaba motor yeteneklerden daha önce gelişir.
2. () İstemli kaslar solunum sisteminin çalışmasına yardımcı olurlar.
3. () Bebeğin 6 ve 7. aylarda 2 adet orta kesici dişleri çıkar.
4. () Bebeğin bir yıl içerisinde boyu 75cm'ye, kilosu ise 10kg'a ulaşır.
5. () Yeni doğan bebeğin kafatası arasındaki boşluklara kıkırdak adı verilir

Aşağıdaki soruları dikkatlice okuyarak, doğru seçeneği işaretleyiniz. Cevaplarınızı cevap anahtarınızdan kontrol ediniz.

6. Aşağıdakilerden hangisi çocukların diş sağlığını korumada dikkat edilmesi gereken etkinlikler arasına **girmez**?
 - A.) Dişler kürdan, iğne...vb. araçlarla karıştırılmamalıdır.
 - B.) Diş fırçaları 3-5 ayda bir değiştirilmemelidir.
 - C.) Çocuğa kalıcı dişleri çıkmaya başladığından itibaren diş fırçalama alışkanlığı kazandırılmalıdır.
 - D.) Sert yiyecekler dişlerle kırılmamalıdır.
7. İnsan vücudunda bulunan en güçlü kas aşağıdakilerden hangisidir?
 - A.) Karın kasları
 - B.) Kalp kası
 - C.) Mide
 - D.) Parmak kasları
8. Aşağıdaki ifadelerden hangisi doğrudur?
 - A.) Su ve karbondioksit fazlası solunumla, su ve tuzlar ise terleme yoluyla vücuttan dışarı atılır.
 - B.) Üre, ürik asit, su ve tuz, böbreklerle aracılığı ile dışarı atılır.
 - C.) İlk yıllarda böbreklerin çalışması düzensizdir.
 - D.) Hepsi
9. Oyunun çocuğun işi olduğunu ileri süren kuramcı aşağıdakilerden hangisidir?
 - A.) Piaget
 - B.) Montessori
 - C.) Spenser
 - D.) Gross

10. Erken çocukluk eğitim kurumlarında fiziksel gelişimin en fazla desteklendiği etkinlik aşağıdakilerden hangisidir?
A.) Okuma yazma etkinliği
B.) Oyun etkinliği
C.) Drama etkinliği
D.) Serbest zaman etkinliği
11. Aşağıdaki ifadelerden hangisi **yanlıştır**?
A.) Araç gereçler, birden fazla hedefi olan çok aşamalı ve çocukların gelişim düzeylerine uygun olmalıdır.
B.) Araç ve gereçler sade, ayrıntıları az, iyi zımparalanmış, pürüzsüz ve keskin köşeleri yuvarlatılmış olmalıdır,
C.) Çocuğun yaş ve gelişim seviyesine uygun olup ilgileri doğrultusunda olmalıdır.
D.) Hiçbiri
12. Aşağıdakilerden hangisi çocukların küçük kaslarının gelişimine en fazla yararı olan araçlardır?
A.) Evcilik malzemeleri
B.) Oyun evleri
C.) Drama etkinlikleri
D.) Serbest zaman etkinlikleri
13. Aşağıdakilerden hangisi çocukların büyük kaslarının gelişimine en fazla katkısı olan araçlardır?
A.) Minyatür hayvanlar
B.) Tırmanma araç gereçleri
C.) Masa oyuncakları
D.) Legolar
14. Aşağıdakilerden hangisinde denge duygusunun kullanımıyla ilgili okul öncesi dönemdeki çocukların ilgileri, araç gereçler ve etkinlikler hangisinde doğru olarak verilmiştir?
A.) Denge duygusu-biçimleri eşleştirme-parçalı bilmeceler
B.) Denge duygusu-ses çıkarma-mırıldanmalar, şarkı söylemeler
C.) Denge duygusu-binme-tahtarevalli, üç tekerlekli bisiklet, sallanan atlar
D.) Denge duygusu-oyuncakları parçalara ayırmak ve eşleştirmek-mandallar

DEĞERLENDİRME

Cevaplarınızı, cevap anahtarıyla karşılaştırınız. Doğru cevap sayınızı belirleyerek kendinizi değerlendiriniz. Yanlış cevaplar verdiyseniz öğrenme faaliyetinin ilgili bölümüne dönerek ilgili bölümü kontrol ediniz.

Öğrenme faaliyetleri, ölçme değerlendirme ve modül değerlendirme bölümünde istenen çalışmaları başarı ile tamamladıysanız öğretmeninizle iletişim kurarak diğer modüle geçiniz.

CEVAP ANAHTARLARI

ÖĞRENME FAALİYETİ-1 CEVAP ANAHTARI

1	D
2	A
3	B
4	C
5	A
6	D
7	A
8	D
9	D
10	B

ÖĞRENME FAALİYETİ-2 CEVAP ANAHTARI

1	D
2	D
3	D
4	D
5	B
6	A
7	C
8	C
9	C
10	B

MODÜL DEĞERLENDİRME CEVAP ANAHTARI

1	Y
2	Y
3	D
4	D
5	Y
6	B
7	B
8	D
9	B
10	B
11	C
12	A
13	B
14	C

ÖNERİLEN KAYNAKLAR

- ARAL Neriman, Gülen BARAN, Serap ÇİMEN, Şenay BULUT, **Çocuk Gelişimi**, Ya-pa Yayıncılık, İstanbul, 2001
- ARAL Neriman, Gülen BARAN, Şenay BULUT, Serap ÇİMEN, **Drama**. Ya-Pa Yayınları, İstanbul. 2000
- KANTARCIOĞLU Selçuk, **Anaokullarında Beden Eğitimi**, Ya- Pa Yayınları, İstanbul.
- SEYREK Hilmi, Muammer SUN, **Çocuk Oyunları Okul Öncesi Eğitimde Oyun Dersi El Kitabı**, Müzik Eserleri Yayınları, İzmir, 1991

KAYNAKÇA

- ARAL Neriman, Gülen BARAN, Serap ÇİMEN, Şenay BULUT, **Çocuk Gelişimi**, Ya-pa Yayıncılık, İstanbul. 2001
- ACUN Suna., Gülay B. ERTEN, **Çocuk Gelişimi**, Esin Yayınevi, İstanbul. 1995
- AKAY H. Gül, **Çocuk Gelişimi**, Esin Yayınları, İstanbul
- ARAL Neriman, Gülen BARAN, Şenay BULUT, Serap ÇİMEN, **Drama**. Ya-Pa Yayınları, İstanbul. 2000
- BULLOCH Ivan, Diane James, **Küçük Palyaço**, Aksoy Yayıncılık, İstanbul. 1998
- BULLOCH Ivan, Diane James, **Küçük Akrobat**, Aksoy Yayıncılık, İstanbul.1998
- BULLOCH Ivan, Diane James, **Haydi Kes- Yap**, Aksoy Yayıncılık, İstanbul.1998
- DİRİM Aygören, **Parmak Oyunları Tekerlemeler Bilmeceler**, Esin Yayınevi, İstanbul. 2004
- KANTARCIOĞLU Selçuk, **Anaokullarında Beden Eğitimi**, Ya- Pa Yayınları, İstanbul.
- KAPISIZ Ceren, Ayşim İNCESULU, **Bugün Ne Yapalım?** Ya- Pa Yayınları, İstanbul.
- SEYREK Hilmi, Muammer SUN, **Çocuk Oyunları Okul Öncesi Eğitimde Oyun Dersi El Kitabı**, Müzik Eserleri Yayınları, İzmir. 1991
- SEL Ruhi, **Eğitsel Oyun**, Eroğlu Matbaası, Ankara. 1967
- ÖZTÜRK Ayten, **Okul Öncesi Eğitimde Oyun**, Esin Yayınları, İstanbul. 2001
- ÖMEROĞLU Esra, Adalet KANDIR Adalet, Ayşe TURLA, **Eğitim Durumu Örnekleri**, Morpa Kültür Yayınları, İstanbul. 2003
- <http://www.photo.com>