



T.C.
ONDOKUZ MAYIS ÜNİVERSİTESİ

VEZİRKÖPRÜ MESLEK YÜKSEKOKULU

Çocuk Bakımı ve Gençlik Hizmetleri Bölümü Çocuk Gelişimi Programı

Çocuk Gelişimi-I

Psikomotor Gelişim

7-8. Hafta

özenilen üniversite

1 Psikomotor (Hareket) Gelişim

Fiziksel gelişim, bedenın ağırlıkça artması ve boyca uzamasının yanı sıra bedeni oluşturan tüm alt sistemlerin de büyümesini ve olgunlaşmasını içerir. Bireyin sağlıklı gelişimi, tüm alt sistemler ile birlikte bedenın sağlıklı gelişmesine ve işlevlerini gereğince yapmasına bağlıdır.

Fiziksel gelişim, bireyin, bedensel yapısı, sinir - kas işlevlerindeki değişim ve dengelenme süreci olarak da tanımlanır.

Motor gelişim, yaşam boyu devam eden bir süreç olup yeni bir becerinin kazanılması ya da motor becerilerde azalma gibi tüm fiziksel değişimlerle ilgilenir. Motor gelişim, fiziki büyüme ve merkezi sinir sisteminin gelişimine paralel olarak organizmanın isteme bağlı hareketlilik kazanması olarak tanımlanabilir.

Motor gelişim; bireyin, doğum öncesi dönemden itibaren yaşam boyu süren ve harekete ilişkin davranışlarda meydana gelen değişimleri ve denge ile ilgili çalışmaları ifade eder.

Çocukların motor gelişimi, hareket yeteneklerinin gelişimi ve fiziksel yeteneklerin gelişimini kapsar ve motor gelişim bireyin, organlarının işleyişini denetim altına alarak beceri artışını sağlar. Dolayısıyla motor gelişimde duyuşal koordinasyon önem kazanır.

Duyu gelişimi için duyu organlarının görme, işitme, dokunma, tat, koku gibi duyumların yeterli düzeyde algılama gücüne sahip olmasını gerektirir.

Duyuşal koordinasyon arttıkça motor beceri de paralel olarak artar. Böylece temel hareket becerilerini olgun düzeyde başarabilen ve olumlu benlik imajına sahip bireylerin yetişmesine katkıda bulunmak mümkün olur.

Doğru ve yeterli duyumsamayı doğru algılamaya çeviren çocuklar için algısal motor aktiviteler çok önemlidir. Algısal motor gelişim, çocuğun duyu organları yolu ile çeşitli uyarıcıları algılaması, algılamalarına bağlı olarak da çeşitli hareketleri yapmaya başlaması olarak tanımlanır.

Motor hareketlerin gerçekleşmesinde bedenın bazı kısımları birlikte ve eşgüdüm halinde çalışır. Bu eşgüdümün gelişimi, bedenın olgunluğuna ve yapılan tekrarlara bağlıdır. Her motor hareket belirli bir güce gereksinim duyar. Gücün artması ise kemiklerin, kasların büyümesine ve bedensel gelişime bağlıdır. Dolayısıyla fiziksel gelişim ile motor gelişim birlikte ele alınır.

Motor gelişime müdahale etmek, motor gelişimi hızlandırmakla birlikte olası gecikmeleri önler ve yetenek gelişimini sağlar.

1.1 Psikomotor Gelişimle İlgili Temel Kavramlar

Motor gelişimin daha iyi anlaşılabilmesi için motor gelişimde geçen kavramlara göz atmakta yarar vardır. Bunlar;

Hareket: Vücutun tamamında ya da herhangi bir parçasında pozisyon değişimi olarak ifade edilir ve harekette çeviklik önemlidir. Çeviklik ise; hareket ederken vücutun pozisyonunu amaca uygun olarak hızlı bir şekilde değiştirebilmesi olarak tanımlanır. Örneğin; üç dört yaş çocukların dans ederken iki farklı hareket geçişi esnasında hareketler arasındaki kesintilerin olması, çocukların henüz bu yeteneği kazanmadıklarının bir göstergesi olarak sayılabilir.

Hareket gelişimi, farklı bir büyüme ve gelişme süreci değildir, süreçte ortaya çıkan her yeni durum hareket gelişimi ile ilişkilidir. Dolayısıyla hareket gelişimi fiziksel büyümeye bağlıdır.

Form (hareketin şekli): İki ya da daha çok hareketin bir sıra içinde düzenlenmesiyle ortaya çıkan model olarak tanımlanır. Örneğin, tenis topu fırlatırken omuzların, kolların, gövdenin ve bacakların hareketlerinin düzenlenmesiyle ortaya çıkan fırlatma, form olarak ifade edilir.

Performans: Yapılan bir hareketi ya da hareketin sonucunu belirtmek için "performans" ifadesi kullanılır. Performans hareketin ölçülebilen bir özelliğidir ve genellikle süre ya da mesafe olarak ifade edilir. Örneğin, durarak uzun atlama performansı mesafe, koşu hızı ise süre olarak belirtilir.

Form ve performans arasında olumlu bir ilişki bulunmaktadır. Ayrıca bir hareketin olgun formunun o hareketle ilgili performansı arttırdığı düşünülür. Bunun yanı sıra çocukların aynı formu kullanmaları aynı performansı göstermeleri gerektiği anlamına gelmemelidir. Çünkü bir form, performansın gösteriminde tek etken değildir.

Motor performansta artışların olması, öğrenmenin gerçekleştiği anlamını taşır ve performans düzeyi hakkında bilgi almak için motor kontrol gerekir. Motor kontrol, hareketlerin altında yatan sinirsel, fiziksel ve davranışsal yönleri inceleyen bir alandır.

Performansı etkileyen bazı etmenler bulunmaktadır. Bunlar; kuvvet, hız, esneklik, koordinasyon, dayanıklılıktır.

Kuvvet: Kuvvet, bir direnci yenebilme, bir güce karşı koyabilme yeteneği olarak tanımlanabilir. Kas kuvveti, eklemlerin dengeli çalışması, verimli hareket edebilme ve kas iskelet sistemi, yaralanma riskini azaltması bakımından önem taşır. Çocuklarda kas kuvvetinin artışı yaşa, cinsiyete, olgunlaşma düzeyine, önceki fiziksel etkinlik düzeyine ve beden ölçülerine bağlıdır.

Dayanıklılık: Uzun süreli bedensel etkinliklerde, organizmanın yorulmaya karşı gösterdiği direnç yeteneği olarak tanımlamak mümkündür.

Motor beceri: Motor beceri, deneyim ve öğrenmenin etkisi ile doğru olarak yapılan bir ya da bir grup hareket olarak tanımlanmaktadır. Motor beceriler, motor yeteneklere göre değişiklik göstermektedir.

Bir başka tanıma göre motor beceri, belirlenen hedefi başarmak için vücutun koordinasyonunu sağlamayı veya kol-bacağı kullanmayı gerektiren yeti olarak tanımlanır. Ayrıca sinir, kas sistemi motor becerilerin kazanımına zemin hazırlamaktadır.

Çocukların motor becerileri öğrenmelerinde etkili olan dört temel öge bulunmaktadır. Bunlar;

- Harekete uygun alan seçimi,
- Yeterli sayıda ve çocukların gelişim düzeylerine uygun nitelikte materyal seçimi,
- Çocuklara tanınan fırsat, motor becerilere olan teşvik,
- Motor beceriler için çocuğa uygun modelin sunulması.

1.2 Psikomotor Gelişimin Temel İlkeleri

- Gelişimin yönü önemlidir. Gelişimin merkezden dışa ve baştan ayağa doğru oluşu, motor gelişime yönelik becerilerde kendisini gösterir. Örneğin; bir çocuk nesnelere önce tüm bedeni ile sonra kolu ile sonra da eli ile uzanır.
- Büyümenin hızı motor gelişimi etkileyen bir etmendir. Büyümede bazı küçük sapmalar (örneğin bir hastalık) sonucu çocuk, büyüme hızını yakalayabilir. Ancak bu sapmalar büyük çaplı ise (örneğin; 1500 gr. altı doğan düşük doğum ağırlığı olan bebekler) bu çocukların motor becerilerinde desteğe gereksinim vardır.
- Motor becerilerde farklılaşma ve farklı motor becerilerin bütünleşmesi, motor gelişim için önemlidir. Çocuk, gelişime bağlı olarak vücudunu koordineli kullanmaya başlar ve hareketlerinde farklılaşmalar görülür. Farklı motor becerilerin bütünleşmesi sonucu oluşan el-göz koordinasyonunun kazanımı da çocuklar için gereklidir. Örneğin; dikkat kontrolü için el-göz koordinasyonu gerekir.
- Çocuklarda yeteneklerin çıkışı farklı zamanlarda olur. Dolayısıyla yeteneklerin ortaya çıkışı, bir bakıma çocuğun gelişimi için kritik yıllardır ve üzerinde özenle durulması gerektiğine işaret eder. Örneğin; yetersiz beslenme çocuk gelişiminde olumsuz bir etkidir ve çocuk beslenmeye bağlı olarak motor fonksiyonlarını yerine getirmekte zorlanabilmektedir.
- Çocukların gelişim hızlarında farklılıklar görülebilmektedir. Kalıtım ve çevrenin etkisi sonucu gelişimdeki bu farklılıklar, bireylerin motor gelişim becerileri açısından da farklılıklarının olabileceği sonucunu göstermektedir.
- Beden yapısı, motor yeterlilikle ilişkidir. Örneğin; hidrosefali olan bir çocuk, yürüme becerisini kazanmak için çabalarken sık sık dengesini kaybedip düşebilmektedir. Başın vücuda oranla normalden büyük olması olarak kısaca ifade edilen hidrosefali, beden yapısının motor gelişimde ne derece önemli olduğunun bir göstergesidir.
- Motor gelişim, kalıtım ve çevrenin etkisindedir.

1.3 Psikomotor Gelişimi Etkileyen Faktörler

Doğum Öncesi Etmenler:

-Beslenme, İlaçlar, Enfeksiyonlar,

- Kan uyuşmazlığı, Duygusal durum, Yaş, Radyasyon,
- Kromozom ve gene bağlı özürler, Kalıtım, Irk

Doğum Sırası Etmenler:

- Doğum travmaları, Solunum problemi

Doğum Sonrası Etmenler:

- Bağımlılık, Uyarıcı zenginliği ya da yoksunluğu,
- Çocuk yetiştirme yöntemleri,
- Hazırbulunuşluk, Motivasyon,
- Hareketi yapma, Dikkat ve model olma, Geribildirim

1.4 Psikomotor Gelişimin Desteklenmesinde Önemli Olan Faktörler

Hazır bulunuşluk: Çocuğun herhangi bir beceriyi öğrenirken belirli olgunlaşma düzeyine gelmiş olması gerekir. Örneğin, çocuğun bağımsız olarak yürüebilmesi için destekle ayakta durabilmesi ve destekle yürüebilmesi, ön koşul becerilerdir. Kısacası her becerinin gerçekleşmesini sağlayan temel beceriler vardır. Temel motor beceriler, lokomotor ve nesne kontrol becerilerini kapsamaktadır. Temel motor beceriler, çocukların vücutlarını kontrol etmesine, çevresini manipüle etmesine, karmaşık becerilerin oluşturulmasına, spor hareketleri ve diğer aktiviteleri gerçekleştirmesine yardımcı olmaktadır.

Motivasyon: Çocuğun yapabileceğinden emin olunan bir beceriyi yapabilmesi için teşvik edilmesi, çocukta motor hareketlere olan ilgisini ve isteğini arttırabilecektir. Çocuklar bir motor beceriyi yapmaya hazır olduklarında o hareketi denemeye, taklit etmeye başlarlar. Çocuk yaptığı harekette başarılı oldukça kendine olan güven artar. Çocuk heyecanlanır, mutlu olur ve hareketi tekrar tekrar yapmaya istekli olur.

Uyaran: Hareket, motor bir beceriyi öğrenmek için gerekir ve bir hareketin yapılabilmesi için uygun çevre koşullarının sağlanması ve hareketin kısıtlanmaması önemlidir. Örneğin; yetişkin sandalyesine tırmanma becerisi için çocuğun yetişkin sandalyesine ihtiyacı vardır. Ayrıca sandalyeye çıkabilmesi için çocuğa fırsat verilmesi gerekir. Özellikle emekleme ve yürüme ile birlikte küçük çocuklar çevre keşfine çıkarlar. Çocukların bu çevre keşfi esnasında "dur, yapma, çıkma, dökersen gibi." ifadeler çocukların harekete ilişkin çekincelerinin oluşmasına neden olabilir. Önemli olan, çocuğun keşfi esnasında onun yanında olunması ve nesneye dokunarak incelemesine fırsat vererek; nesnenin fonksiyonunu keşfetmesi ve merakının giderilmesinin sağlanmasıdır.

Dikkat: Motor beceri kazanımında dikkat oldukça önemlidir. Her ne kadar hareket öncesi "dikkatli bakın.., dikkatli olun..." gibi ifadeler çocuklar için kullanılıyor olsa da çocuklar özellikle sözel ifadelere dikkat ederken bazı yönergeleri unutabilirler. Bu

nedenle çocuklara sunulan yönergelerin net ve anlaşılır olması, basit ifadeleri içermesi ve çocukların kavram bilgisi çerçevesinde ifadelerin kullanılması oldukça önemlidir.

Geri bildirimde bulunma: Bir hareketin öğrenilebilmesi için tekrarların sık yapılması gerektiği bir gerçektir. Bunun yanı sıra çocukların motivasyonlarının arttırılması, hareket başarısını sağlayabilmeleri için geri bildirimde bulunulması oldukça önemlidir. Geri bildirimler, dışsal (aferin, çok güzel oldu, gibi sözel ödüller ya da süt, meyve gibi maddi ödüller) olabileceği gibi ("ben yapabiliyorum" gibi çocuğun kendisine verdiği) içsel de olabilmektedir. Geri bildirim, motor gelişim açısından özellikle üzerinde durulması gereken konular arasında ver almaktadır.

1.5 Motor Gelişimin Temel Alanları

Motor gelişim iki temel alanda incelenmektedir:

Büyük kas motor gelişim/ Kaba motor gelişim

Küçük kas motor gelişim/ İnce motor gelişim

1.5.1 Büyük Kas Motor Gelişim (Bedeni Kullanma)

Çocukların hareketleri sürekli olarak tekrarlaması, kas gelişimini hızlandırır. Çocuğun yaşamına yön veren ve yaşamını etkileyen bu hareketlerin tümü, büyük kasların motor gelişimiyle ilgili becerilerin kazanılması sonucunda meydana gelir.

Büyük kas motor gelişim, özelleşmiş ve karmaşık hareketler olup kaba motor beceriler ya da kaba devinsel beceriler olarak da adlandırılmaktadır.

Büyük kas motor gelişim becerileri; gövde, kol, bacak kasları gibi büyük kaslar tarafından oluşturulan beceriler olarak tanımlanmaktadır.

Büyük kas becerilerinin gelişimi, çoğunlukla vücudu bir yerden bir yere hareket ettirmede kullanılan lokomotor hareketleri, dönme, eğilme gibi yer değiştirmeyi gerektirmeyen yani lokomotor olmayan hareketleri ve belirli bir vücut pozisyonunu sürdürebilmek için gerekli denge kontrolünü içermektedir. Bunun yanı sıra nesnelere yakalamayı, fırlatmayı içeren ince kas motor gelişimi gerektiren, nesne kontrol becerileri de büyük kas motor becerilerde ele alınması gereken önemli bir konudur. Örneğin basket potasına atılan bir top için çocuğun top ile birlikte koşması, topa yön vermesi, yükselmesi ve elindeki topu atması gerekir.

Lokomotor hareketler:

Örnek: Yürüme, koşma, atlama, yuvarlanma, tırmanma, sıçrama, sekme gibi.

Lokomotor olmayan hareketler:

Örnek: Oturma, ayakta durma, eğilme, diz çökme, gibi

Denge hareketleri:

Örnek: Topa ayakla vurma, denge tahtası üzerinde engellerin üzerinden geçerek yürüme gibi.

Büyük kas motor gelişimini destekleyici yürüme, koşma, atlama, sıçrama, tırmanma, sürünme gibi fiziksel güç gerektiren etkinlikler, çocukların dolaşım, solunum, sindirim ve boşaltım sistemlerinin yanı sıra kan dolaşımı, dokulara besin taşınmasını da artırmaktadır.

1.5.2 Küçük Kas Motor Gelişim (Objeye Kullanma)

Küçük kas motor gelişim, manipülatif beceriler olarak eli ve ayağı kullanmayı bunun yanı sıra nesne kontrolünü gerektiren becerileri kapsar.

Manipülatif beceriler: Elin becerikli hareketlerini ve bedenin farklı bölümlerinin koordinasyonunu gerektirmektedir. Temel manipülatif hareketler; uzanma, yakalama ve bırakma hareketleridir. Örneğin; yaşamın birinci yılından itibaren çocukların; koparma, kesme, tutma, bağlama, çözme, düğmeleme, yoğurma, delme, boyama, dikme, örme, geçirme gibi etkinlikleri yapması ve tekrarlaması, el-parmak kaslarının gelişimi için büyük öneme sahiptir.

Örnek: Yazı yazma, anahtarla kapıyı açma gibi.

Nesne kontrol becerisi: Yakalama, fırlatma, tekmeleme, sektirme, çarpma, çevirme gibi nesne ile ilgili becerileri kapsayan temel motor becerilerdir.

Örnek: Topu ayakla kontrol altına alma, topu havada elle tutma gibi.

İnce motor becerileri kapsayan kas grupları özellikle istemli göz hareketlerini sağlayan bunun yanı sıra ellerin istemli ve koordineli bir biçimde çalışmasını sağlayan kas gruplarını kapsamaktadır. Bu beceriler el-göz koordinasyonu olarak ifade edilir. El-göz koordinasyonu küçük kas motor gelişim alanının en önemli yapı taşıdır. Her ne kadar küçük kas grupları ince motor gelişim alanı olarak görülse de bilişsel gelişimle ilintilidir.

1.6 Motor Beceri Sınıflandırması

Motor beceri sınıflandırmasında genellikle kullanılan iki yöntem bulunmaktadır. Bunlar;

Tek yönlü sınıflandırma

Çok yönlü sınıflandırma

1.6.1 Tek Yönlü Sınıflandırma

Tek yönlü sınıflandırmanın kendi içinde dört alt boyutu bulunmaktadır. Bunlar;

A.Kaslara Göre Motor Beceriler:

1.Büyük kas motor gelişim becerileri.

Örnek: Koşma, atlama.

2.Küçük kas motor gelişim becerileri.

Örnek: Bağcık bağlama, karalama yapma.

B.Zamana Göre Motor Beceriler:

1.Kesikli motor beceriler: Genelde kısa süreli olup, başı ile sonu belli olan hareketleri içermektedir.

Örnek: Duran topa tekme atma.

2.Seri motor beceriler: Birden fazla kesikli hareketin bir araya getirilmesi ile sonuca ulaşan karmaşık hareketlerdir.

Örnek: Top zıplatma.

3.Devamlı motor beceriler: Başı ve sonu tam olarak belli olmayan rastgele bir zaman diliminde gerçekleştirilen devamlı olan hareketlerdir.

Örnek: Yüzme.

C.Çevresel Açıdan Motor Beceriler:

1.Çevresel şartlarda açık olan motor beceriler: Çevresel şartların değişkenliği söz konusu olup, kişi tarafından tahmini zor olan hareketlerdir.

Örnek: Güreş.

2.Çevresel şartlarda kapalı motor beceriler: Çevresel şartların sabitliği söz konusu olup, kişi tarafından tahmin edilebilen hareketlerdir.

Örnek: Bilgisayarda yazı yazma.

D.Fonksiyonuna Göre Motor Beceriler:

1.Denge hareketleri: Vücutun kontrolünün sağlanmasını gerektiren hareketlerdir.

Örnek: Dengede yürüme.

2.Lokomotor hareketler: Vücutun bulunduğu yerden farklı bir yere, yer değiştirmesidir.

Örnek: Koşma.

3.Manipülatif hareketler: Bir objeye güç uygulamak veya objeden güç almak için yapılan becerilerdir.

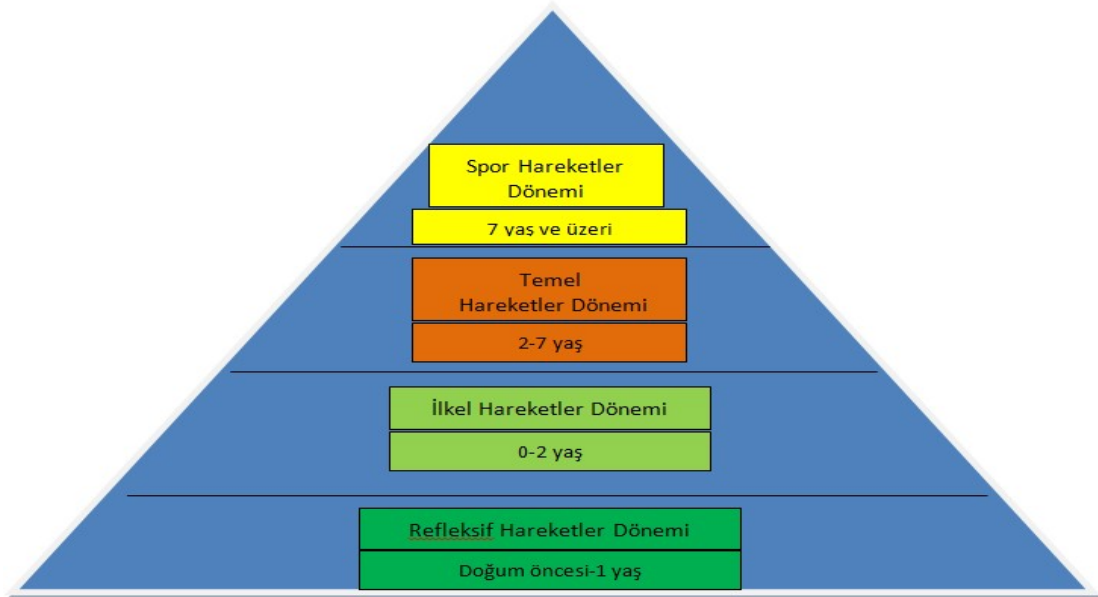
Örnek: Sopa ile topa vurma.

1.6.2 Çok Yönlü Sınıflandırma

Gallahue'nun iki-yönlü beceri sınıflandırması: Bu sınıflandırma denge, lokomotor, manipülatif becerileri içeren hareket gereklilikleri ile refleksif, ilkel, temel ve sportif motor gelişim dönemlerini içermektedir.

MOTOR GELİŞİM DÖNEMLERİ	HAREKET GEREKLİLİKLERİ		
	DENGE	LOKOMOTOR	MANİPÜLATİF
1. REFLEKS HAREKETLER DÖNEMİ	Örnek: Boyun çevirme refleksi	Örnek: Adımlama refleksi	Örnek: Yakalama-kavrama refleksi
2. İLKE HAREKETLER DÖNEMİ	Örnek: Baş ve boyunun kontrolü	Örnek: Emekleme	Örnek: Uzanma
3. TEMEL HAREKETLER DÖNEMİ	Örnek: Denge sırası üzerinde yürüme	Örnek: Yürüme	Örnek: Tutma
4. SPOR HAREKETLER DÖNEMİ	Örnek: Denge aleti üzerinde tek ayak üzerinde durma	Örnek: Engeller arasından koşma	Örnek: Raket ile topa vurma

1.7 Psikomotor Gelişim Dönemleri



Gallahue'nin piramit modeli

NOT: Refleksif Hareketler Dönemi'nde yer alan refleksler daha önceki konularda ayrıntılı olarak açıklanmıştır.

1.7.1 İlkel Hareketler Dönemi (0-2 Yaş)

0-2 yaşlar arasında gözlenen ilkel hareketler, istemli hareketlerin ilk biçimidir. Bebeğin oturması, emeklemesi, ayakta durabilmesi, gelişimde olgunlaşmanın önemini ortaya koymaktadır.

Bu hareketler, yaşamın ilk iki yılında kemik, kas ve sinir sistemindeki gelişimin yanı sıra, bebeğe sağlanan alıştırma olanakları sonucu ortaya çıkarlar. İlkel hareketler olgunlaşmaya bağlıdır ve ortaya çıkışlarında önceden kestirilebilen bir sıra izlerler. Normal koşullarda bu sıra değişmez, ancak bunların ortaya çıkış zamanları ve hızları çocuktan çocuğa farklılık gösterebilir.

Doğumla başlayarak 1 yaş civarına kadar süren dönemde, sinir sisteminin olgunlaşması ile refleksler yerlerini istemli hareketlere bırakırlar. Bu dönemde istemli hareketlerdeki farklılaşma ve bütünleşme zayıftır. Hareketler amaçlı olmasına karşın, kontrolsüz ve kabadırlar.

Birinci yaş ile ikinci yaş arası, ilk sene ortaya çıkan ilkel hareketler üzerinde alıştırmalar yapıldığı ve bunların kontrol edildiği evredir. Duyu ve motor sistemleri arasındaki farklılaşma süreci ve algısal motor bilgilerin daha anlamlı biçimde bütünleştirilmesi gerçekleştirilir. Zihinsel ve motor süreçlerdeki hızlı gelişme sonucu ilkel hareket yeteneklerinde hızlı bir artış gözlenir.

1.7.2 Temel Hareketler Dönemi (2-7 Yaş)

Yaşamın ikinci ve yedinci yılları arasındaki bu süre temel becerilerin kazanıldığı dönemdir. Bu temel beceriler; koşma, atlama, sıçrama, sekme, yakalama, fırlatma, topa ayakla vurma gibi hareketlerdir. Bu beceriler tüm çocuklarda bulunan ortak özellikler ve yaşam için gerekli beceriler olduğundan "Temel Beceriler" olarak isimlendirilirler.

İki yaşından sonra, temel hareketler kaba bir şekilde ortaya çıkarlar. Temel hareketlerin gelişimi üç evrede incelenebilir:

İlk evre başlangıç evresi (2-3 yaş) dir. Bu evrede çocuklar, kendi bedenlerinin hareket yeteneklerini anlamak ve bunları denemek için çaba gösterirler. Hareketler sırasında beden ya çok abartılı ya da çok sınırlı biçimde kullanılır. Ritim ve koordinasyon zayıftır.

İkinci evre ilk evre (4-5 yaş) olarak adlandırılır ve bu evrede, kontrol ve ritmik koordinasyon arttığı için çocuğun hareketleri daha uyumlu ve kontrollü olmaya başlar. Buna rağmen abartma ve sınırlama vardır. Üç dört yaş çocukları gözlemlendiğinde bu evrenin özelliklerini taşıyan pek çok hareket görülebilir.

Son evre ise olgunluk evresi (6-7 yaş) dir ve bu evrede çocuklar mekanik yönden etkili, uyumlu ve kontrollü, gelişmiş hareket şekillerini sergilerler. 5-6 yaşından itibaren çocukların bu evreye ulaşmış olmaları gerekir.

Çocukların ve yetişkinlerin hareketleri incelendiğinde, birçoğunun temel hareket yeteneklerini olgunluk düzeyinde geliştiremedikleri görülmektedir. Başlangıç, ilk ve olgunluk olarak belirlenen gelişim sırası tüm çocuklar için aynıdır. Ancak, gelişimin hızı, çevresel ve kalıtsal etmenlere bağlı olarak değişmektedir. Bu da bireysel farklılıklara neden olmaktadır.

1.7.3 Sporla İlişkili Hareketler Dönemi (7 Yaş ve Üzeri)

Motor gelişimin sporla ilgili hareketler dönemi, temel hareketler döneminin doğal bir sonucudur. Bu dönemde hareket günlük yaşamda ve sporda çeşitli aktivitelere uygulanan bir araç olmaya başlar.

Sporla ilişkili hareketler döneminde, becerilerin ne ölçüde gelişeceği çok çeşitli zihinsel, duygusal ve motor etmene bağlıdır. Hareket hızı, koordinasyon, beden yapısı, boy, kilo, alışkanlıklar, arkadaş etkisi, duygusal yapı bunlardan bazılarıdır.

Sporla ilişkili hareketler dönemi spor becerilerine geçiş evresi, spor becerilerini uygulama evresi ve yaşam boyu spor aktivitelerine katılım evresi olmak üzere üç döneme ayrılır.

Spor becerilerine geçiş evresi (7-10 yaş), temel hareket becerilerinin daha karmaşık ve özel biçimlere uygulanmasıdır. Geçiş evresi süresince, çocuk aktif bir biçimde çok sayıda hareket becerisini keşfetmeye ve birleştirmeye çalışır. Çocuğun beceri ve yeterliliği sınırlıdır.

Spor becerilerini uygulama evresinde (11-13 yaş), çocuk fiziksel kapasitesinin ve sınırlılıklarının farkına varmaya başlar. Artan zihinsel yetenekler ve deneyimlerle, çeşitli etmenleri de dikkate alarak tüm spor branşlarından belli bir branşa odaklaşmaya başlar. Bir başka deyişle, çocuk hoşlandıkları ve hoşlanmadıkları, güçlü ve zayıf yönleri, olanak ve olanaksızlıklara dayalı olarak etkinlik alanını sınırlandırma konusunda bilinçli kararlar vermeye başlar.

Yaşam boyu spor aktivitelerine katılım evresi (14 ve üzeri yaş), yaşam boyu devam eder. Bu evrenin en önemli özelliği bireyin kazanmış olduğu hareket becerilerini yaşam boyu kullanmasıdır. Bir önceki evrede yapılan seçimler, ilgi ve yeterlilikler mükemmelleştirilir, günlük yaşama ve çeşitli aktivitelere uygulanır. Bu evre, daha önceki dönem ve evrelerin zirvesini oluşturur.

Bir önceki evrede beliren ilgiler, yetenekler ve seçimler bu evrede daha da sınırlandırılır. Zaman, para, tesis, malzeme gibi etkenler spora katılımı etkiler. Etkinliğe katılım düzeyi, bireyin yeteneklerine, olanaklarına, fiziksel özelliklerine, motivasyonuna ve geçmiş deneyimlerine bağlı olarak değişir. Birey artık yeteneklerinin üst sınırına yaklaşmıştır.

KAYNAKÇA

Acun, S. ve Erten, G. B. (1999). Çocuk Gelişimi. İstanbul: Esin Yayınevi.

Ağır, M. (2005). Bedensel ve devinimsel gelişim. B. Aydın (ed.), Gelişim ve Öğrenme (ss.65-98) içinde. İstanbul: Nobel Yayın Dağıtım.

Er-Sabuncuođlu, M. (2017). Genetik, çevre ve gelişim. F. Turan ve A. İ. Yükselen (ed.), Her Yönüyle Okul Öncesi Eğitim-1 (4. Baskı), (ss.81-106) içinde. Ankara: Hedef CS Basın Yayın.

Gallahue, D. L. (1982). Understanding Motor Development in Children. New York: John Wiley and Sons.

Özer, D. S. ve Özer, M. K. (2005). Çocuklarda Motor Gelişim (4. Baskı). Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.

Senemođlu, N. (2009). Gelişim, Öğrenme ve Öğretim (15. Baskı). Ankara: Pegem Akademi.

Şahin, S. (2015). Bebeklik döneminde motor gelişim. F. Turan ve A. İ. Yükselen (ed.), Her Yönüyle Okul Öncesi Eğitim-1 (2. Baskı), (ss.121-146) içinde. Ankara: Hedef CS Basın Yayın.

Tepeli, K. (2012). Fiziksel gelişim. M. E. Deniz (ed.), Erken Çocukluk Döneminde Gelişim (ss.55-89) içinde. Ankara: Maya Akademi Yayınevi.

Tuzcuođlu, S. (2005). Gelişimin doğası. B. Aydın (ed.), Gelişim ve Öğrenme (ss.27-65) içinde. İstanbul: Nobel Yayın Dağıtım.

Yücel, M. (2004). Gelişim ve öğrenmenin spor kültürünün oluşmasına etkisi. Fırat Üniversitesi Dođu Anadolu Bölgesi Araştırma ve Uygulama Merkezi Dergisi, 2(3), 100-108.