

T.C.
MİLLÎ EĞİTİM BAKANLIĞI
TEMEL EĞİTİM GENEL MÜDÜRLÜĞÜ

**0-36 AY
ÇOCUKLAR İÇİN EĞİTİM
PROGRAMI İLE BÜTÜNLEŞTİRİLMİŞ
AİLE DESTEK EĞİTİM REHBERİ
(EBADER)**

AİLE KİTABI



Yeni nesil en büyük cumhuriyetçilik dersini bugünkü öğretmenler topluluğundan ve onların yetiştirecekleri öğretmenlerden alacaktır.

K. Atatürk

0-36 AY ÇOCUKLARI İÇİN EĞİTİM PROGRAMI İLE BÜTÜNLEŞTİRİLMİŞ
AİLE DESTEK EĞİTİM REHBERİ
(EBADER)

AİLE KİTABI

İÇİNDEKİLER

ÖN SÖZ

Kitapçık 1 “Sağlık, Bakım ve Beslenme El Kitabı”

Kitapçık 2 “Oyun ve Oyuncaklar”

Kitapçık 3 “Resimli Çocuk Kitapları”

Kitapçık 4 “Duyu Eğitimi”

Kitapçık 5 “Özel Gereksinimli Bireylere Yönelik Farkındalık Oluşturma”

ÖN SÖZ

Değerli anne-babalar,

Aile, çocuğun gelişimini, toplumsal uyumunu ve başarısını etkileyen en önemli etkenlerden biridir. Anne-babalar çocuklarını yetiştirmek için ciddi emek ve enerji harcarlar. Özellikle yaşamın ilk yıllarında çocuğun yaşamda kalmasında ve gelişiminde anne-baba en önemli etkindir.

Çocuklar zamanlarının büyük bir bölümünü aile bireyleriyle geçirirler. Dolayısıyla her aile bireyi çocuğun başarısını arttırma ve desteklemede potansiyel bir güce sahiptir. Ancak, bu potansiyel, çocuğun sağlıklı gelişimi ve eğitimi için yeterli değildir. Aile bireylerinin özellikle anne babaların çocuk yetiştirme becerilerinin aile eğitim programları aracılığı ile geliştirilmesi ve desteklenmesi gerekir. Aile eğitimi; ebeveynlere çocuklarının fiziksel, ruhsal, duygusal ve sosyal yönden gelişimlerinin her aşamasında gerekli olan yetenek ve anlayışı kazanmalarına yardımcı olan bir eğitimidir. Günümüzde yaşanan hızlı değişimler, anne babaların eğitim ihtiyaçlarını da farklılaştırmaktadır.

Kurumlarda ne kadar nitelikli eğitim verilirse verilsin, verilen eğitim aile ortamında desteklenmedikçe kurumlar hedeflerine tam olarak ulaşamazlar. Ebeveynler, bebek/çocuklarının yaşantılarına ne kadar erken katılırlarsa, bebek/çocuklarının kazanımları da o oranda artmaktadır. Anne-babaların eğitime katılımı, eğitim kurumu ve ev arasındaki devamlılığı da sağlayarak kazanılan bilgi ve becerilerin pekiştirilmesinde ve eğitimde sürekliliğin sağlanması sonucunda başarının artmasında etkilidir.

Bu kitapta ailelerin sağlık, bakım, beslenme, duyu eğitimi, çocuk kitapları ve oyuncakları, özel gereksinimli bireylere yönelik farkındalık oluşturma konularında yararlı olacağını ümit ettiğimiz bazı bilgiler sunulmuştur.

KOMİSYON

**0-3 YAŞ ÇOCUĞU OLAN AİLELER İÇİN
ÇOCUK BAKIMI, SAĞLIĞI VE BESLENMESİ EL KİTABI**

İÇİNDEKİLER

1. BEBEK VE ÇOCUKLARDA TEMİZLİK	10
1.1. El Temizliği	11
1.2. Ayak Temizliği	11
1.3. Saç Temizliği	12
1.4. Ağız-Diş Temizliği	12
1.5. Alt Temizliği	13
1.6. Tuvalet Eğitimi	14
1.7. Cilt Temizliği ve Banyo	17
2. BEBEK MASAJI	19
3. SAĞLIK	21
4. BESLENME	28
4.1. 0-6 Ay Bebek Beslenmesi (Anne Sütü İle Beslenme)	28
4.2. 6-12 Aylık Bebek Beslenmesi	30
4.3. 12-36 Ay Çocuk Beslenmesi	32
4.4. Beslenme İle İlgili Sorunlar	33
4.4.1. İştahsızlık	34
4.4.2. Kabızlık	35
4.4.3. Soluk Borusuna Besin Kaçırma	36
4.5. Çocuğa Verilecek Ek Besinlerin Hazırlanması	37
5. FORMLAR	38
5.1. Özel Durumu Olan Çocuklar İçin Acil Bilgi Formu	39
5.2. Sağlık Durumu Değerlendirmesi ve İlaç Uygulaması İçin İzin Formu	42
0-3 YAŞ ÇOCUĞU OLAN AİLELER İÇİN OYUN VE OYUNCAKLAR EL KİTABI	45
0-3 YAŞ ÇOCUĞU OLAN AİLELER İÇİN RESİMLİ ÇOCUK KİTAPLARI EL KİTABI	66
0-3 YAŞ ÇOCUĞU OLAN AİLELER İÇİN DUYU EĞİTİMİ EL KİTABI	79
0-3 YAŞ ÇOCUĞU OLAN AİLELER İÇİN ÖZEL GEREKSİNİMLİ BİREYLERE YÖNELİK FARKINDALIK EL KİTABI	92
AİLE DESTEK EĞİTİM REHBERİ (EBADER) GELİŞİM KARTLARI	111

Tüm toplumlarda çocuklar, geleceğin yetişkini olarak özveriyle yetiştirilen, eğitilen ve eldeki tüm olanaklar kullanarak, gereksinimleri karşılanan değerli bireylerdir. Doğduğu andan itibaren çocuğun karnının doyurulması, altının temizlenmesi ve uyku ihtiyacının giderilmesinin yanında zamanla sevgi, ilgi ve oyun gibi yaşla değişim gösteren yeni gereksinimleri de ortaya çıkmaktadır. Bu nedenle yetişkinler çocuğun temel gereksinimlerini karşılamak için bu konuda neler yapmaları gerektiğini çok iyi bilmelidirler. Bu kitapçıkta çocuklarda temel bakım uygulamaları, sağlık bakımı ve uygulamaları ile 0-36 ay arasındaki çocukların beslenmesi hakkında temel bilgilere yer verilmiştir.

1. BEBEK VE ÇOCUKLARDA TEMİZLİK

Temizlik alışkanlığı, bireyin beden sağlığı için olduğu kadar sosyal hayata uyumu için gereklidir. Temizliğe dikkat edilmediğinde kişilerin çok sık hastalandıkları ve yaşadıkları sosyal çevre tarafından dışlandıkları bilinmektedir. Kişisel temizliğin amacı, hastalık yapıcı mikropların vücuda bulaşmasını ve çevreye yayılmasını önlemektir. Kişisel temizliğe gereken önem verilir ve dikkatli davranılırsa birçok hastalık yapabilen mikrobun vücuda girmesi engellenebilir. Mikropların yaşamak için ihtiyaç duydukları her şey insan vücudu nda vardır. Bu nedenle, mikroplar, insanları çok sever. Vücuda giren zararlı bir mikrop hızla çoğalır ve eğer vücut yeterince sağlıklı ve güçlü değilse bu savaşı mikroplar kazanır. Bu nedenle kendi temizliğini yapamayan, temizlik alışkanlığını henüz kazanmamış çocukların temizliğine ailelerin önem vermesi gerekmektedir.



1.1. El Temizliği

El temizliği bulaşıcı hastalıkların önlenmesinde en etkili yöntemdir. Bu nedenle bebek ve çocuklarda uygun el yıkama alışkanlığının kazandırılması ve tırnak bakımı büyük önem taşımaktadır. Çocuklar ellerini yıkamaya bir yaşından sonra başlarlar. Başlarda taklit olan bu davranış daha sonra çocuğun alışkanlığına dönüşür. Bebekler her şeyi elleriyle keşfederler ve sık sık elleriyle gözlerini ovuşturur ve parmaklarını ağızına sokar. Bu nedenle, her defasında yeni bir bezle bebeğinizin ellerini sabunlayıp durulamalısınız. Eller açılarak kıvrımları ve parmak araları dikkatle temizlenmelidir. Sokakta ve acil durumlarda ıslak mendilleri kullanabilirsiniz.

El temizliğinde bebeğinizin tırnak bakımı da önemlidir. Tırnaklar bebeğin yüzü ve gözünü çizmesine yol açabilir. Bebeğinizin tırnaklarını sık sık kontrol etmeli ve düzenli aralıklarla kesmelisiniz. Bebeğinizin tırnaklarını alışana kadar uykuda kesmeniz sizin için daha rahat olacaktır. Banyodan sonra yumuşamış halde iken tırnakların kesilmesi daha kolay ve doğrudur. Tırnakları kesmek için yine özel bebek tırnak makasları edinin, tırnakları parmak hizasında düz olarak kesin, yuvarlatılmış tırnak uzadığında ete batabilir. Bebeğin tırnakları kesildikten sonra silinmelidir. Halk arasında bebeğin kırkı çıkıncaya kadar tırnaklarının kesilmeyeceği hakkında bir yanlış inanış vardır. Bebeğin yüzünü, gözünü çizmesini engellemek için tırnağı uzadığında kesilmelidir. Yani bebeğin tırnağı uzama hızına göre haftada bir-iki kez kesilir. Ayrıca koruma amaçlı giydirilen eldivenler altı haftadan daha uzun süre kullanılmamalıdır. Çünkü bebek etrafını dokunarak keşfettiği için duyu gelişiminin desteklenmesi için ellerinin serbest olması gerekir.

1.2. Ayak Temizliği

Temiz bir bezle bebeğinizin ayak parmak aralarını iyice temizlemelisiniz. Bebeğinizin ayak tırnakları, düz hat şeklinde kesilmelidir. Ayak tırnakları yarım ay şeklinde kesilirse ileride batık tırnaklar meydana gelebilir. Bebeğinizin tırnakları kesildikten sonra silinmelidir.

Ayakkabı Seçimi: Bebeğinizin evde çıplak ayakla dolaşmasına fırsat vermeniz önemlidir. Çocuğunuz sıralamaya başladığında ayaklarını korumak için ev ayakkabıları alınabilir. Bebeğinize ev ayakkabısı alacaksanız hafif, deriden yapılmış sandaletler seçmelisiniz. Ayağa uymayan bir ayakkabı, çocuğun henüz yumuşak olan ayak kemiklerini, sonradan düzeltilemeyecek şekilde bozabilir. İlk ayakkabı alınırken, ayakkabının son derece yumuşak ve hava geçirgen bir malzemeden yapılmış olmasına dikkat etmelisiniz.

Çocuğunuzun ayakkabısını seçerken ayağını tam olarak saran ve gereksiz yere ayağını sıkmasını önlemek için bağcıklı ayakkabılar tercih edilmelisiniz. Bacak ve ayak kasları henüz tam olarak gelişmemiş küçük çocuklarda ayakkabı, rahat yürümeyi sağlayabilecek şekilde olabildiğince hafif olmalıdır ve tabanının kaymayan bir maddeden yapılmış olmasına dikkat edilmelidir. Her çocuk ortalama iki yaşına dek içe basar ve bu ayakkabı ile düzeltilemez. Ayakkabı sadece ayağı dış ortamdan koruyucu olarak görev yapmalıdır.

1.3. Sa Temizliği

Bebeğinizin sa bakımı özellikle ilk aylarda önemlidir. Her banyoda bebeğin saçları yıkanır ve taranır. Bazı bebeklerin saçlarında, konak ve kepek dediğimiz pullanmalar oluşur. Bunu önlemek için saa banyo öncesi zeytinyağı sürüp sa fırçası ile fırçalamak iyi gelir. Doktor önerisine göre, ilaç ve çeşitli şampuanlar kullanılabilir. Günlük temizlik, sa diplerini temiz ve konaksız tutar. Ancak bebekteocukta konak geliştiyse mutlaka uygun bakımın yapılması gereklidir.

Konak Bakımı: Küçük bebekler baş bölgelerinden çok terledikleri için temizlenmezlerse baş bölgelerinde konak denilen sert-beyaz pullanmalar görülebilir. Konak oluşmuşsa bebeğinizin başına akşamdan veya banyodan birkaç saat önce biraz saf badem yağı, saf zeytinyağı ya da 1/2 çay kaşığı karbonat+ bir yemek kaşığı zeytinyağı ile hazırlanan karışım sürülerek konaklar kabartılır, arkasından banyo yaptırılarak bebekler için hazırlanmış yumuşak bir sa fırçası fırça veya tarakla taranır. ıkmadığı takdirde işlemi birkaç defa tekrarlayabilirsiniz. Konak temizlenirken bebeğinizin kafasında yer alan bingildaklarına dikkat etmelisiniz. Fazla baskı uygulanmadan yumuşak hareketlerle bu bölgeyi temizlemelisiniz.

1.4. Ağiz-Diş Temizliği

Dişlerin gelişmesi doğum öncesinde başlar. Olgunlaşmasını tamamlamış dişler, doğumdan sonra altıncı ay civarında, belirli bir sıra ile diş etlerini delerek çıkar. Bebeğinizin doğumundan itibaren ağiz bakımı önemlidir. Özellikle yeni doğan döneminde bebeklerde ağiz içi yaralarına sık rastlanır. Pamukçuk adı verilen bu yaralar bazı mikropların, ağiz içinde oluşturduğu bir hastalıktır. Bazen emmeyi ya da yemek yemeği engelleyecek kadar acı verebilir. Eğer bebeğinizde pamukçuk geliştiyse karbonatlı su (bir çay bardağı suya, bir çay kaşığı karbonat) ile ağiz içini temizlemelisiniz. Temiz bir gazlı beze ya da tülbente döktüğünüz karbonatlı su ile ağiz içi silinerek pamukçuk bakımı yapılmalıdır. Eğer doktorunuz uygun görürse pamukçuk için uygun merhemler de kullanılabilir. Her pamukçuk sonrası emzikler ve biberon başları yenilenmelidir. Pamukçuk oluşumunu önlemek için bebeğinize her beslenme sonrası bir-iki çay kaşığı kaynatılmış ve soğutulmuş temiz su vermelisiniz.

Bebeğiniz altı-sekiz aylıkken (ilk dişleri ağzında görülmeye başladığında), temizleme işlemine başlamalısınız. Sabah kahvaltı sonrası ve akşam yatmadan önce, bebeğinizin dişlerini (en azından çiğneme yüzeylerini) temiz, ıslak bir tülbentle silmek uygun olur. Diş fırçası kullanımına ise çocuğun arka dişlerinin çıkmasından sonra başlanması uygundur. Bu yaşlarda önemli olan, çocuğa diş fırçalama alışkanlığı kazandırmaktır.

Çocuk İçin İdeal Diş Fırçası ve Macunu: Çocuğunuzun ağız büyüklüğüne uygun, yumuşak ve naylon kıllardan üretilmiş diş fırçaları kullanmalısınız. Fırça kılları aşınır aşınmaz (ortalama 3-6 ay) mutlaka değiştirmelisiniz. Bebeklik döneminde ve iki yaşına kadar olan çocuklarda diş macunu kullanımı önerilmez. Diş macunu kullanımına iki yaşından sonra başlanmalıdır. Sabah kahvaltı sonrası ve gece yatmadan önce, sadece iki dakikalık etkili fırçalama işlemi çocuğunuzun dişlerinin temizlenmesi için yeterlidir.

1.5. Alt Temizliği

Vücut temizliğinin en önemli kısmı alt temizliğidir. Kız ve erkek çocuklarda farklı uygulamalar nedeniyle ayrı önemi vardır. Bebeğin pişik olmaması için sık aralıklarla bezi kontrol edilmelidir. Kızlarda dış üreme organları, ilk aylarda henüz gelişmediğinden açık durumdadır. Kız çocuklarında temizlik yapılırken daima önden arkaya, yani makata doğru çocuğun altı silinmelidir. Kız çocuklarda ön bölgenin kaka ile kirlenmemesine dikkat edilmelidir. Çünkü kakadan bulaşan mikroplar, buradan idrar yollarına girer ve iltihaplanmalara neden olur. Silme bezi olarak son dönemde ıslak mendiller kullanılsa da ideal olanı yumuşak bir bez ile alt temizliğinin sağlanmasıdır. Bu bezler yıkanıp ütülenerek kullanılmalıdır. Eğer ıslak mendil kullanılıyor ise alkolsüz olmasına dikkat edilmelidir. Bebek kakasını yaptığında, mümkünse altı yıkanmalı ve iyice kurulanmalıdır. Yıkamak mümkün değil ise önce sabunlu su ile silinmeli, sonra durulanmalı ve kurulanmalıdır.

Erkek çocuklarda da alt temizliği önemlidir. Erkek üreme organı doğumda bir deri ile kaplıdır. Buna sünnet derisi denir. Bazen sünnet derisinin iç kısmı doğuştan dardır. Bebek idrarını güçlükle yapar ve hatta uç kısım idrarla şişer, kızarır. Böyle durumlarda, çocuğun yaşına bakılmaksızın sünnet yapılır. Erkek çocuklarda alt temizliği yapılırken eğer çocuğunuz sünnetsiz ise sünnet derisi geri çekilerek ortadan dışarı doğru dairesel hareketlerle silinmelidir. Eğer kaka yaptıysa, mümkünse altı yıkanmalı ve iyice kurulanmalıdır.

Bebek ve çocuklarda bacak aralarında pişikler de çok görülen durumdur. Buna, idrar, kaka, bezlerdeki sabun artıkları ve deterjanlar neden olabilir. Islak bezler, çocuğun üzerinde uzun süre kalırsa bazı mikroplar üreyerek pişiğe neden olur. Bebeğin pişik oluşumunu engellemeniz için; altını sık sık değiştirmelisiniz. Koruyucu pişik kremlerini her alt değiştirmede pişik oluşmadan kullanmalısınız. Pişik oluştuysa altını daha sık değiştirmelisiniz.

Pişik gelişen çocuğunuzun alt temizliğinde sırasıyla; küvete sıcak su hazırlayın (38-40 °C), altını açın, altı dışkılı ise sabunlu bez ile yukarıdan aşağıya doğru temizleyin, temiz su ile yıkayın ve silin, havlu ile kurulayın, önerilen pişik kreminiz varsa sürün ve alt değiştirme sırasında bir süre çocuğunuzun altını açık bırakın.

Bu uygulamalara rağmen bebeğinizin pişığı geçmiyor veya daha iyiye gitmiyor ise sağlık kurumuna başvurmanız gerekir. Çünkü bebekte bir enfeksiyon gelişmiş olabilir ve o bölgeye antibiyotikli/ mikrop oluşumunu engelleyici bir krem kullanılması gerekebilir.

1.6. Tuvalet Eğitimi

Tuvalet ve temizlik alışkanlığı insanın sağlıklı yaşamında son derece önemli rol oynar. Bu alışkanlıkların olumlu bir biçimde kazanılması da çocuğun ilk temizlik gereksinimlerini karşılama sırasında aldığı izlenimlerle ilgilidir. Yine bu alışkanlığın kazanılmasında olgunlaşmanın rolü büyüktür. Normal gelişim gösteren bir çocuk ikinci yaşa doğru kaslarını kontrol etmeyi öğrenebilir. Tuvalet eğitimine 18-24. aylar arasında başlamak uygundur. Bu eğitim süresince, çocuğunuza baskı yapmamalısınız. Sevecen bir tutum ve düzen içinde, kararlılıkla bu alışkanlığın yerleşmesini sağlayabilirsiniz. Çocuğunuzu tuvaletini söylemesi için özendirmelisiniz. Erken aylarda, ayıplayıcı sert bir tutum içinde ele alınan tuvalet eğitiminin, çocuğun kişilik yapısını olumsuz etkilediği bilinmektedir. Bu nedenle tuvalet eğitimi verirken çocuğunuzla inatlaşmamalı ve katı kurallar içinde olmamalısınız.

Çocuğunuzun tuvalet eğitimine hazır olduğunu nasıl anlarsınız?

- Uykudan kuru kalkabiliyor ve gün içinde iki saat kuru kalabiliyorsa,
- Büyükler gibi tuvalete gitme isteğini belirtiyorsa,
- Altını ıslattığında bunu hareketleri ile belli ediyorsa,
- Islak, kuru, oturak gibi tek sözcüklü ifadeler kullanabiliyor ve basit yönergeleri anlıyorsa, çocuğunuz tuvalet eğitimine hazır demektir.



Tuvalet Eğitimini Nasıl Vereceğim?

Çocuğunuza tuvalet eğitimi verirken hassas davranmanız çocuğunuzun öğrenme sürecini kısaltacaktır. Tuvalet eğitimine başlandığı zaman anne babanın aktif bir biçimde sürece dâhil olması gerekmektedir. Öğrenme sürecinde ailelerin tutum ve davranışları, çocuğun tuvalete gitmekten hoşlanmasını sağlar nitelikte olmalıdır. Eğitime başlamadan önce tuvalet eğitiminde hangi sözcükleri kullanacağınıza karar vermelisiniz. Ailede kullanılan, çocuğun da söyleyebileceği basit sözcükler seçmelisiniz. Çocukla ortak bir dilde konuşmanız önemlidir. Çocuğun hazır olduğunu fark edince, bir oturak (ayakları yere değdiği için genellikle oturakta daha rahat ederler) ya da klozet aparatı alın. Önce, oturağı banyoda veya tuvalette uygun yere yerleştirin. Banyoya veya tuvalete belirli aralıklarla giderek oturağa oturmasını sağlayın. Eğer klozet aparatı kullanıyorsanız klozet aparatı ve klozete ulaşabilmesi için bir basamak veya tabure sağlayın. Böylece çocuk oturağa veya klozete alışacaktır. "Benim tuvaletim geldi, tuvalete gitmeliyim" diye yüksek sesle ifade edip sonrasında da "tuvaletimi yaptım ve rahatladım" diyerek sonuçlandırmanız ve bunu zaman zaman yapmanız çocuğun öğrenmesini kolaylaştırır. Tuvalet ihtiyacı olunca size söylemesi için çocuğunuzu cesaretlendirin. Çocuğunuz tuvaletini yaptıktan sonra da haber verse, onu övün. Bir dahaki sefere, daha erken söylemesi için cesaretlendirin. Çocuğunuzla birlikte tuvalet eğitimine başladığınızda bir-iki saatte bir banyoya gidin. Sabah kalktığında, yemeklerden sonra ve tuvaleti geldiğine dair belirtileri fark ettiğinizde, oturağa oturması için teşvik edin. Birkaç dakika beklemesini sağlayın, sonuç yoksa ısrar etmeyin. Bazı çocuklar başlangıçta, çişlerini oturağa yapar ancak kaka için bezlerini kullanmaya devam ederler. İlk aşamada bez sadece gündüzleri çıkarılabilir, belirli bir süre sonra (çocuğun öğrenmesine bağlı olarak) geceleri de bezin çıkarılması gerekmektedir. Yalnız bezin bir konulup bir çıkarılması, çocuğun kafasını karıştıracağından tuvalet eğitimini güçleştirir. Arada olabilecek kazaları hoş görün. Başarısızlıkta asla cezalandırmayın. Tuvalet eğitimine başladığınızda bir çizelge hazırlayın ve bu çizelgeye çocuğunuzun günlük tuvalet alışkanlığını işaretleysin.

Günler	Tuvalete idrarını yaptı		Altına idrarını kaçırdı		Tuvalete kakasını yaptı		Altına kakasını kaçırdı	
	Gündüz	Gece	Gündüz	Gece	Gündüz	Gece	Gündüz	Gece
Pazartesi								
Salı								
Çarşamba								
Perşembe								
Cuma								
Cumartesi								
Pazar								

Alt İslatmanın Nedenleri

Çocukların dört-beş yaşına kadar, gece altını ıslatmaları normaldir. Bundan sonra da gece altını ıslatmaları sürerse bir doktora başvurarak doğuştan bozukluk ya da idrar yollarında bir hastalık olup olmadığı araştırılmalıdır. Eğer araştırma sonucu, herhangi bir hastalık bulunmazsa, çocuğun altını ıslatma nedeni olabilecek en önemli etken tuvalet eğitiminde hatalı tutumlardır. Özellikle, tuvalet eğitimine erken başlanması ve çocuğun bu işteki başarısızlığa takılıp kalması çocuğun altını ıslatmasında önemli rol oynar.

Çocuğun idrar kaçırmaya aşırı tepki göstermeniz de başarısızlık korkusuyla gece altını ıslatmaya neden olabilir. Aşırı disiplin altındaki ve sıkıntılı çocuklarda idrar kesesi kasılır ve tutabileceği idrar miktarı azalır. Bu da idrar kaçırmayı kolaylaştırır. Yeni bir kardeşin doğması, çocuğun ilgiyi tekrar üzerine toplayabilmek için kardeşine özenerek, altını ıslatmasına neden olabilir. Anneden ayrılma, yuva veya okuldaki stresler de gece altını ıslatma nedenleri arasında sayılabilir.

Tuvalet eğitiminde; çocuğunuzu tuvalete doğru yaklaşma davranışından, tuvalete girişine kadar bütün olumlu davranışlarda adım adım ödüllendirmelisiniz. Ancak bu ödüllendirme "aferin" gibi sözel ifadelerle yapılmalıdır.

Anne-babalar tuvalet eğitimi süresince çok sabırlı ve sakin olmalıdırlar. Çocuk, idrar ve dışkısını yaptığı zaman bunun pis kokulu bir şey olduğu ve hoş karşılanmadığı ona hissettirilmemeli, azarlanmamalıdır. Bunun doğal bir olay olduğu çocuğa hissettirilmelidir.

Çocuğunuzun, özellikle uyku saatinden hemen önce ve dinlenme saatinde tuvalete gitmesi ve bu davranışı, belirli sıklıklarla tekrarlamasını sağlamalısınız. Çocuğunuza tuvaletten çıkarken sifonu çekmeyi, ellerini sabunla yıkamayı öğretmek de tuvalet eğitiminin bir parçasıdır. Bu nedenle, tuvalet sonrası temizliğe önem vermelidir.

1.7. Cilt Temizliği ve Banyo

Banyo yaptırmak; bebeğinizin gelişmesi, iştahının artması, uykusunun düzenlenmesi gibi yararlarından dolayı temizlenme amacından çok daha önemlidir. Bebeğin ilk banyosu ancak göbek düştükten sonra, göbek yarası iyileşince yaptırılmalıdır. Bu sürede bebeğinizin vücudunu deri enfeksiyonlarından ve pişikten korumak için silme banyo ile temizleyebilirsiniz. Yani yumuşak bir bezi sabunlu suyla ıslatıp bebeğinizin vücudunu bu bezle silerek ve daha sonra durulayarak cilt temizliğini sağlayabilirsiniz. Silme sırasında bebeğinizin cildini tahriş etmemeye ve sabun kalıntısı bırakmamaya özen göstermelisiniz.

Genel olarak, bebeğinize günde bir defa banyo yaptırmanız yeterlidir ancak hava çok sıcaksa, ikinci bir banyoyu da rahatlıkla yaptırabilirsiniz. Ancak hava koşullarının kötü olduğu bölgelerde ve uygun ortam sağlanamadığında bebeğinize günlük silme şeklinde banyo uygulayıp haftada en az iki-üç defa banyo yaptırmanız önerilir. Bebeğinizin ortalama banyo süresi beş dakika olmalı, on dakikayı geçmemelidir. Özellikle idrar yolu enfeksiyonunda bebeğe küvet içinde değil duş şeklinde banyo yaptırmalı ve bebeğinizde cilt kuruluğu varsa banyo sonrası uygun nemlendiricilerle cildini nemlendirmelisiniz.

Bebeğinizin banyosunu her gün aynı saatte, beslenmeden ve uyumadan önce yaptırmalısınız. **Tok karına asla banyo yaptırmamalısınız.** Böylece bebeğin kusması ve kusmuğunun akciğerlere kaçmasını engellenmiş olursunuz.

Bebeginize banyo yaptirirken dikkat etmeniz gereken noktalar şunlardır;

Banyo suyunun sıcaklığı 36-37 derece olmalıdır. Bu, dirseğı yakmayan sıcaklıktır. Banyo yapılan odanın sıcaklığı ise 24-26 derece olmalıdır. Erken doğan (prematüre) bebekler için 28 dereceye kadar çıkartılabilir.

Banyo yapılan ortamda hava akımı olmamalıdır. Bebeğini korkutmamak için banyo yaptırırken önce bebeğinin ayakları, daha sonra da vücudunu küvetin içine koyun. Böylece bebeğiniz suya alışmış olur. Daha sonra bebeğinizi filenin üzerine yatırın ve yumuşak bir lifle vücudunu sabunlayın. (Yetişkin sol eliyle bebeği tutar, sağ eliyle suyu döker). Önce bebeğinin bedeni sabunlayarak yıkayın. Sonra su dökerek durulandıktan sonra saçlarını ıslatılarak başını şampuanlayın. Ancak başını geriye atarak, yüzüne su dökmemeye çalışmalısınız. Çünkü bebeklerin çoğu, yüzlerine gelen su nedeniyle nefessiz kalmalarından dolayı korku yaşarlar ve bu da onların banyodan korkmalarına neden olur.

Son olarak bebeğinizi yatırın ve kurulayın. Özellikle bebeğinin kıvrım bölgelerinin (koltuk altları, kasıklar, ense ve makat) kurulanması önemlidir.



Bebeye banyo yaptırırken, kurularken ve giydirirken onunla sürekli konuşmalısınız. Ayrıca sözsüz, sakin bir müzik dinletmek banyo saatini daha zevkli, sakinleştirici ve haz verici bir deneyime dönüştürecektir. Bebeğinize banyo sonrası masaj yapmanız önerilmektedir.

2. BEBEK MASAJI

Masaj, bebeğinizle sizin aranızdaki duygusal bağı güçlendiren, fiziksel ve psiko-sosyal gelişimi destekleyen etkin bir iletişim aracı olup, tarih boyunca değişik kültürlerde sağlığın korunmasında ve hastalıkların tedavisinde kullanılmıştır. Masajın insan yaşamının her döneminde sağlık sorunlarının azaltılmasında, sağlığın korunmasında, yararlı ve gerekli olduğu yapılan pek çok araştırma ile ortaya konmuştur. Masaj hem fiziksel ve klinik etkileri, hem de biyokimyasal etkileri ile bebek ve çocuklar için kolay yoldan yararlı olabilecek önemli bir girişimdir.

Bebek masajı bebeğin sağlığı, yaşam kalitesi ve anne-bebek iletişimi açısından önemlidir. Kas gücünü geliştirir. Fiziksel gelişimini destekler. Dolaşım, solunum ve sindirim sisteminin düzenlenmesine ve bebeğin rahatlamasına, uyumasına yardımcı olur. Hareketliliğini arttırır. Vücudun savunma sistemini güçlendirir. Bebeğin daha uzun süre anne sütü ile beslenmesini sağlar.

Bebek Masajına Hazırlık: Masaj yapılan yer, bebeğin üşümemesi için sıcak (24-26 °C), sessiz olmalı ve hava akımı bulunmamalıdır. Yere battaniye veya benzeri yumuşak bir örtü serilmelidir. Bebeğin yakınında üzerine düşebilecek nesneler olmamalıdır. Özellikle sıcak içecekler bebeğin yakınında tutulmamalıdır. Masajı yapacak kişi cildi çok hassas olan bebeği korumak için takılarını çıkarmalı, tırnaklarını kısa kesmelidir. Sonrasında bebek hazırlanan örtünün üzerine yatırılır ve soyulur. Masaja başlamadan önce bebeğin altı kirliyse değiştirilmelidir. Masajı yapacak kişinin ellerini ılık bir suyla yıkaması ve ellerini ısıtması gerekir. Masajın rahat yapılmasını sağlayan bebe yağı veya vücut losyonu yakın bir yere konur ve başlamadan önce eller ve bebeğin vücudu yağlanır. Bebekle tüm masaj sırasında yumuşak bir ses tonuyla konuşmak ya da ona şarkı söylemek anne bebek etkileşimini daha olumlu etkileyecektir.



Yüz Masajı

Parmaklar bebeğin alnının ortasına koyulup oradan şakaklara doğru masaj yapılır. Göz kapakları şakaklara doğru hafifçe ovulur. Burnu yanaklara doğru hafifçe bastırılarak ovulur. Diş etlerinin üstüne gelecek şekilde, ağız kulaklar yönünde gülümseme yaptırılır gibi sıvazlanır. Çeneden kulak arkasına doğru hafifçe masaj yapılır.



Göğüs Masajı

Eller göğsün ortasına yerleştirilir, koltuk altlarına doğru avuç içlerini hafifçe bastırılarak kitap sayfası düzeltir gibi inilir. Eller göğsün ortasından karşı omuza doğru ileri geri kaydırılır.



Kol Masajı

Bebeğin kolu kaldırılır. Koltuk altları ovulur. Omuzdan bileklere kadar sıvazlanarak önce bir elle sonra diğer elle masaj yapılır. Aynı teknikle bu kez bilekten omuza doğru işlem tekrarlanır. Bebeğin kolu avuç içine alınarak, içe doğru dairesel hareketlerle (burma hareketi) ovulur. Eller açılır, her parmak sırayla ovulur. Aynı işlem diğer kola da uygulanır.



Karın Masajı

Eller kum çeker gibi bebeğin karnında kendine doğru çekilir. Bacaklar havaya kaldırıp dizlerden bükülür ve karnına doğru bastırılır. Tek elle bebeğin karnında aynı işlem yapılırken diğer elle de bacaklarından tutulup karna doğru bastırılır. Parmakların ucu soldan sağa doğru yürütülerek masaj bitirilir.



Bacak Masajı

Bebegin bacağı kaldırılır. Bacağı bileklere doğru önce bir elle sonra diğer elle sıvazlanır. Aynı teknikle bu kez bilekten kalçaya doğru işlem tekrarlanır. Bacak bilekten, her iki elin parmak uçlarıyla, eller paralel olacak şekilde tutulur. Kalçadan bileğe doğru eller ters yönde hareket ettirilerek ovulur. Daha sonra aynı işlem kalçaya doğru sürdürülür. Kollara uygulanan içe dairesel burma hareketi bacağı da uygulanır. Topuktan parmaklara doğru ayak tabanı ovulur. Ayak parmaklarının her biri teker teker ovulur. Ayak üst kısmı bilekten parmaklara doğru ovulur.



Sırt Masajı

Bir yastık ya da battaniyenin üzerine bebek yüz üstü yatırılır. El sırtın ortasında omurgaya dik açı oluşturacak şekilde tutulur, sürme hareketiyle boyundan kalçaya doğru tüm sırta masajı uygulanır. Sırta parmak uçlarıyla küçük daireler çizilir.

3. SAĞLIK

Aileler bebeklerinin/çocuklarının sağlıklı olmasını isterler. Bu nedenle çocuklarınızla ilgili en büyük endişeniz onun yeterli büyüüp büyümediğidir. Ayrıca çocuğunuzun hastalanması ve bu durumlarda neler yapılması gerektiğini bilmemeniz de sizin için kaygı nedeni olabilir.

Aileler için çocuklarının temel sağlık göstergelerinin başında büyüme gelmektedir. Büyümenin değerlendirilmesinde yaşa ve cinsiyete göre ağırlık, boy ve baş çevresi ölçümleri en sık kullanılan ölçümlerdir. Boy ve vücut ağırlığının birlikte değerlendirilmesi gereklidir. Çocuğunuzun cinsiyetine göre olması gereken ortalama boy ve kilo değerini aşağıdaki tabloda görebilirsiniz. Ancak bu tablo değerlendirilirken çocuğunuzun doğumdaki boyu ve kilosunu da önemlidir. Bu tabloyu evde görünür bir yere asarak boy ve kilosunu takip edin.

	KIZ				ERKEK			
	Kilo		Boy		Kilo		Boy	
	En Düşük	En Yüksek	En Düşük	En Yüksek	En Düşük	En Yüksek	En Düşük	En Yüksek
Doğumda	2.6 kg	4.3 kg	47 cm	53 cm	2.6 kg	4.6 kg	46 cm	54 cm
3.ay	4 kg	7 kg	54 cm	64 cm	4.1 kg	7.5 kg	55 cm	66 cm
6.ay	5.4 kg	9.2 kg	58 cm	70 cm	5.6 kg	9.7 kg	60 cm	72 cm
9.ay	6.4 kg	10.8 kg	61 cm	75 cm	6.5 kg	11.3 kg	64 cm	77 cm
12.ay	7.1 kg	12.1 kg	64 cm	80 cm	7.4 kg	12.5 kg	68 cm	82 cm
15.ay	7.7 kg	13 kg	68 cm	84 cm	8.1 kg	13.5 kg	71 cm	86 cm
18.ay	8.3 kg	13.7 kg	71 cm	88 cm	8.7 kg	14.3 kg	75 cm	89 cm
2.yaş	9.2 kg	15.1 kg	76 cm	95 cm	9.1 kg	15 kg	77 cm	92 cm
2.5 yaş	9.9 kg	16.3 kg	81 cm	100 cm	10.3 kg	17 kg	83 cm	100 cm
3. yaş	10.6 kg	17.5 kg	85 cm	104 cm	11.1 kg	18 kg	86 cm	105 cm

Kaynak: www.cocukgelisimi.org

Toplum sağlığı için en önemli unsurlardan biri hastalıkların önlenmesidir. Her zaman, bir hastalığı önlemek, hastalık oluştuktan sonra onu tedavi etmekten daha iyidir. Aşılar, bireylerde sadece hastalık oluşmasını önlemekle kalmaz, aynı zamanda aşılanmamış bireylerden de hastalık bulaşmasından korur.

Çocuğunuzun bakımında önemli olan bir diğer noktada çocukluk döneminde sık karşılaşılan hastalıklar, hastalık bulguları ve gelişimsel sorunlardır. Özellikle hastalıkların önlenmesinde ailelere önemli görevler düşmektedir. Çocuklar ve bebekler birçok hastalık etkenine karşı yeterli korunma kazanmamışlardır. Özellikle bebeğinizin küçük nesneleri ağzına alması, alt bezleri, ağız sularının akması, emekleme gibi nedenler hastalık etkenlerinin yayılmasına neden olur. Yeni doğan bebeklerin annelerinden aldıkları koruyucu hücreler sayesinde pek çok hastalığa karşı bağışıklıkları olduğu doğrudur. Ancak, bu bağışıklık bir ay ile bir yıl arası bir süre içinde kaybolur. Ayrıca aşıyla önlenebilir birçok hastalığa karşı da anneden geçen bir bağışıklık bulunmamaktadır. Aşağıda bebeğiniz doğduğu andan itibaren yapılması gereken aşılar yer almaktadır. Bunlar sağlık bakanlığı tarafından ücretsiz uygulanan aşılardır ve düzenli olarak yapıldığında bebeğiniz hastalıklardan korunmuş olacaktır.

Çocuğunuzun aşı kartında da yer alan aşıları aşağıdaki tabloda işaretleyin.

	Doğumda	1. Ayın Sonu	2. Ayın Sonu	4. Ayın Sonu	6. Ayın Sonu	12. Ayın Sonu	18. Ayın Sonu	24. Ayın Sonu	İlköğretim 1. Sınıf	İlköğretim 8. Sınıf
Hep-B	I	II			III					
BCG (Verem)			I							
DaBT-İPA-Hib			I	II	III		R			
KPA			I	II	III	R				
KKK						I			R	
DaBT-İPA									R	
OPA					I		II			
Td										R
Hep-A							I	II		
Su Çiçeği*						I				

DaBT-İPA-Hib: Difteri, aselüler Boğmaca, Tetanoz, İnaktif Polio, Hemofilus influenza tip b Aşısı (Beşli Karma Aşı)

KPA: Konjuge Pnömonokok Aşısı

KKK: Kızamık, Kızamıkçık, Kabakulak Aşısı

DaBT-İPA: Difteri, aselüler Boğmaca, Tetanoz, İnaktif Polio (Dörtlü Karma Aşı)

OPA: Oral Polio Aşısı

Td: Erişkin Tipi Difteri-Tetanoz Aşısı

R: Rapel (Pekiştirme)

*Aralık 2012 den itibaren yapılmaktadır.

**Türkiye Halk Sağlığı Kurumu web sitesi, "Aşıyla Hastalıkları Aşıyoruz", <http://www.thsk.gov.tr/tr/index.php/haberler/411-asiyla-hastaliklari-asiyoruz>, erişim tarihi: 20.11.2012

Çocuğunuz hastalandığında en sık karşılaşılabileceğiniz hastalık belirtileri ve yapmanız gerekenler aşağıda verilmiştir:

Ateş: Ateş, vücut sıcaklığının yükselmesi anlamında kullanılmaktadır. Çoğu zaman ailelerde panik duygusuna neden olsa da, iyi tarafı vücudun hastalıkla savaşma yollarından biri olmasıdır. Ateşe neden olan hastalıklar ya da hastalık etkenleri; ilaç kullanımı ve çevre ısısının normal koşullara getirilmesiyle büyük oranda kontrol altına alınabilir. Çocuğunuzun ateşini ölçmek için dijital bir termometrenizin olması gereklidir.

Ateş ölçüldüğü yere göre değişir. Makattan yapılan ölçümlerde 38 derece üzeri, ağızdan 37,5 derece, koltuk altından 37,2 derece ve kulaktan 38 derecenin üstündeki değerler ateş olarak kabul edilmelidir. Dört aylık ya da daha küçük çocuklarda makattan vücut ısısı 37,7 derecenin üzerindeyse ateş olarak değerlendirilmeli ve doktora başvurulmalıdır.

Çocukta ateş nedenleri genellikle diş çıkarma, grip, bronşit ya da ishal hastalıklarıdır. Bunlarla birlikte birçok çocukluk dönemi hastalığı ateşin yükselmesine neden olabilmektedir. Çocuğunuzun ateşi yükseldiğinde yapmanız gerekenler;

- Soğukkanlı olun.
- Çocuğunuz üzerindeki fazla giysileri çıkarın.
- Odanın ısını azaltın.
- Islak bezlerle çocuğu özellikle alın, kol altı, kasık ve diz altı bölgelerine uygulama yapın.
- Ateş vücutta su kaybına neden olduğu için özellikle küçük çocuklarda çocuğa sıvı gıdalar verin.
- Ateş çok yüksek ise ılık su ile banyo yaptırın.
- Doktorun daha önce önerdiği uygun ateş düşürücü şurupları verin.

Ateşli çocuğa ASLA ASPIRİN vermeyin.
Alkol ya da sirke uygulaması yapmayın.

İshal: İshal kısaca sulu dışkı yapmak demektir. İshal genellikle aniden başlar ve dışkı sayısında artma (günde üç defadan fazla) ile kendini gösterir. Çocukluk çağında ishal çok sık görülür. Genellikle tek başına görülmez, kusmayla birlikte seyreder. Dışkının temas yoluyla ağızdan bulaşmasıyla oluşur. Bozuk besin maddelerini tüketme yolu ile de ishal durumu görülebilir. İshal özellikle üç yaş altındaki çocuklarda sıvı kaybının neden olabileceği sorunlar nedeniyle de önem taşımaktadır. Çocukluk çağında görülen ishal vakalarının büyük çoğunluğu üç-altı gün içinde kendiliğinden düzelir. Çocuğunuz ishal olduysa tedavisinde üç önemli ilke vardır: Birincisi, ishale kaybedilen sıvıların mümkünse ağız yoluyla geri konması, ikincisi, beslenmenin sürdürülmesi, üçüncüsü ise zamanında bir sağlık kuruluşuna götürülmesidir. Çocuklarda görülen ishal vakalarının büyük çoğunluğu hafif orta derecede ishal vakalarıdır ve bu çocuklar evde tedavi edilebilir. Hafif ishal vakalarında ishale rağmen çocuk iyi görünür, inatçı kusma ve ateş yoktur. Bu durumda daha sık su verilmesi, anne sütü veya mamaya devam edilmesi ve çocuğunuz susuzluk bulguları bakımından izlenmesi yeterlidir. Orta derecedeki ishal vakalarında çocuklar huzursuzdur ve çok susarlar. Bu durumdaki çocuk altı aylıktan büyükse evde ishal paketleri kullanılarak tedavi edilebilirler. Ancak susuzluk belirtileri olan çocukların doktora götürülmesi gerekir. Genel olarak ishalleri çocuklara herhangi bir ishal kesici ilacın verilmesine gerek yoktur. Bu ilaçların ishalin kesilmesine katkısı olmadığı gibi, bazen ciddi zararlara yol açmaktadır. Benzer gerekçelerle kusma önleyici ilaçlar da kullanılmamalıdır.

Evde Sıvı Tedavisi; İshal tedavisindeki en önemli noktalardan biri çocuğunuzun kaybettiği sıvıların yerine konmasıdır. Bu nedenle şeker ve tuz içeren sıvılar ile evde ishal tedavisi önem taşır. Bunun için eczanelerden veya aile sağlığı merkezlerinden "ishal için şeker tuz paketi" alınmalıdır. Bu paketlerden bir tanesi bir litre temiz suya eklenmeli ve karıştırılmalıdır. Bu şekilde ishalle kaybedilen sıvıları yerine koymak için uygun bir içecek elde edilmiş olur.

İshal tedavisinde en önemli ilke beslenmenin çocuk ishal olmadan önceki gibi sürdürülmesidir. Bu nedenle anne sütü alanlar anne sütüne, mama alanlar da mamaya devam etmelidir. Bununla birlikte ishal sırasında verilebilecek en uygun besinler pirinç, patates, ekmek, yağsız et, yoğurt, sebze ve meyvelerdir. Yağlı besinler, çay, meyve suyu, kola gibi çok şeker içeren içeceklerden sakınılmalıdır.

Eski inanışın tersine ishal sırasında çocukları aç ve susuz bırakmanın yanlış ve zararlı bir uygulama olduğu unutulmamalıdır.

Bulanti-Kusma: Çocuğunuz bir gün içinde iki ya da daha fazla sayıda kustuyorsa bu önemlidir. Kusma bebeklik döneminden başlayarak oldukça sık görülen bir olaydır. Bütünüyle zararsız bir durum olabileceği gibi ağır bir hastalığın işareti de olabilir. Kusmayı değerlendirirken kusmanın biçimini, çocuğun yaşını ve çocukta kusmaya eşlik eden diğer belirtileri dikkate almak gerekir. Eğer çocuğunuzda kusma ile birlikte,

- Karın ağrısı, mide ağrısı varsa,
- Sayıklama varsa,
- Uykudan zor uyanıyorsa, sersemlemişse,
- Kusmuğunda kan varsa,
- Vücudu su kaybetmişse (Vücudun su kaybettiğini anlamak için; tükürük salgısına bakılır, tükürük salgısı az ise su kaybetmiştir. Yine idrara az çıkıyorsa, idrarı çok sarı ve kokulu ise su kaybetmiştir.) bu kusma türü önemlidir.

Kusmuk çok şiddetli ise ve çocuk sık sık kusmuşsa mutlaka bir sağlık merkezine başvurmalsınız.

Çocuğunuzda basit bir kusma varsa çocuk kustuktan hemen sonra bir şeyler yedirmeyin, en az bir saat midesi boş kalmalıdır. Bir saat sonra bir çay bardağı veya yarım çay bardağı su verilebilir. Çocuğunuz suyu çıkarmazsa yarım çay bardağı su tekrar verilmelidir. Bundan sonra azar azar kraker, bisküvi, kek gibi yiyecekler verilir. Çocuk isterse çorba, komposto, meyve suyu verilebilir. Ancak çocuk ilk anda verilen suyu kusarsa başka bir şey verilmez. Bu gibi durumlarda, su verdikten 20 dakika sonra yarım çay bardağı değil bir yemek kaşığı su verilmelidir. Kusma görülmeyen durumda meyve suyu, yağsız süt, çorba gibi sulu gıdaları çocuğunuza verebilirsiniz.

Deride Kızarıklık, Döküntü: Çocuğunuzda doğdukları andan itibaren çeşitli deri döküntüleri gelişebilir. Bazıları kendiliğinden kaybolurken bir kısmı da çocuğun bir hastalığı ya da alerjisi olduğu anlamına gelir. Ancak bazı döküntüler hastalık belirtisi olarak ortaya çıkarlar. Anne babalar olarak sizler çocuklarınızda bu şikâyetler ortaya çıktığında özellikle de ateşle birlikte döküntüler varsa mutlaka bir sağlık merkezine başvurmalsınız.

Boğaz Ağrısı: Boğaz ağrısı, birçok rahatsızlığın belirtisi olarak ortaya çıkabilir. İltihaplar, boğaz ağrısının en sık sebepleridir ve bunlar bulaşıcıdır. Çocuğunuzda;

- Eğer, üç günden uzun süren yüksek ateş varsa,
- Çocuğunuz kreşe veya anaokuluna gidiyorsa,
- Okulda beta saptanan arkadaşları varsa,
- Boyundaki bezeler şişmişse mutlaka bir sağlık kuruluşuna götürmeniz gerekmektedir.

Şiddetli Öksürük: Çocuklarda öksürük aileleri en çok rahatsız eden hastalık belirtilerinden biridir. Çocuğu yoran, aileyi üzen ve uykuların bozulmasına neden olan bir bulgudur. Çocukta öksürüğe sebep olan hastalıkların çoğu ciddi değildir. Öksürük sadece ciğerleri mikroplar ya da birtakım yabancı cisimlerin zararlı etkilerinden koruyan bir savunma aracıdır. Ancak çocuğunuzda öksürükle birlikte kızarma ya da morarma veya öksürük sonrası solunum seslerinin artması gibi bulgular varsa mutlaka sağlık merkezine başvurmalsınız.

Çocuğunuzun bakımında önemli olan bir diğer nokta ise onun hastalıklardan korunmasını sağlamanızdır. Bu bulaşıcı hastalıkların önlenmesinde siz ailelerin dikkat etmesi gereken temel kurallar sırasıyla; hastalık etkenlerinin belirlenmesi, hastalıkların geçişlerinin önlenmesi, el yıkamaya özen gösterilmesi, bebeğin/ çocuğun altını değiştirirken uygun teknik kullanarak temizlik kurallarına uyulması, bebeğin/ çocuğun bulunduğu ortamın yeterli havalandırılması, uygun temizlik yönteminin kullanılması, bebek/ çocuğun yaşına uygun ve yeterli beslenmesinin sağlanmasıyla birlikte gelişimine uygun aşıların zamanında yaptırılmasının sağlanmasıdır.

4. BESLENME

Beslenme insan yaşamının her döneminde önemlidir. Bireyler birbirlerinden yaş, cinsiyet, hareket, ailesel geçmiş ve hastalık durumları gibi çeşitli yönlerden farklılık gösterirler. Bu nedenle genel ilkeler yanında planlanacak olan beslenme programı bireye özgü olmalıdır.

0-36 aylık çocuklarınızın beslenmesinde üç temel dönemden bahsedilebilir. Yaşamın ilk 0-6 ayı anne sütüyle beslenme dönemi, 6-12 aylık dönemde ek besinlerle tanışma ve 12 ay üzerinde sağlıklı ve dengeli beslenme alışkanlığının kazanıldığı dönem olarak adlandırılabilir.

4.1. 0-6 Ay Bebek Beslenmesi (Anne Sütü İle Beslenme)

Anne sütü; yeni doğanda en üst düzeyde büyüme ve gelişme için gerekli olan tüm sıvı, enerji ve besin öğelerini içeren, sindirimi kolay doğal bir besindir.

Bebeğinizin erken doğması ya da zamanında doğmuş olması sizin sütünüzün özelliğini etkilemez. Bu nedenle yaşamın ilk altı ayında bebeğinize anne sütü dışında herhangi bir besin maddesi vermenize gerek yoktur. Eğer bebeğinize anne sütü veremiyorsanız doktorunuzun önerdiği uygun formül (hazır) mamalardan verebilirsiniz. Mamayı bebeğinize verirken kaşık ya da emzik deliği geniş olmayan biberonları tercih etmelisiniz.

Emzirme Tekniği

Emzirirken kendinizi rahat hissettiğiniz bir pozisyona geçmelisiniz, giysileriniz rahat ve gevşek olmalıdır. Bebeğinizin vücudu size yakın ve paralel, memeye dönük olmalıdır. En rahat pozisyon oturarak emzirmedir. Öncelikle meme ucunu bebeğinizin alt dudağına veya ağız kenarına dokundurmalısınız. Bebeğiniz ağzını açtığında, meme başı ile birlikte memenin kahverengi kısmı da bebeğinizin ağzına vermelisiniz. Emzirme sırasında başparmağınızı memenin kahverengi kısmının üstüne koyup diğer parmaklarınızla alttan memeyi desteklemelisiniz. Bebeğiniz emerken burnunun kapanmamasına dikkat etmelisiniz.



KUCAKLAMA



TERS KUCAKLAMA



KOLTUK ALTI



YATARAK

Bebeğiniz, süt inme hareketini başlatmak için emmeye ilk başladığı zaman çok hızlı emer. Bu süreçte bebeğinizin yutkunma seslerini duyulabilirsiniz. Ortalama beş-on dakika bu şekilde emer ve emzirme ilerledikçe yutkunması azalır.

Bebeğinizin etkili bir şekilde emdiğini ve yeterli bir şekilde beslendiğini gösteren belirtiler;

- Emzirme sırasında bebeğinizin yutkunma sesini duymanız,
- Emme sırasında bebeğinizin şakaklarında ve kulaklarında hareket olması,
- Günde en az sekiz kez emmesi (ilk bir-iki ayda),
- Emzirme sonrası memenizin yumuşak ve meme uçlarının dikleşmiş olması,
- Bebeğinizin dışkı renginin doğumdan sonraki dört-beş gün içinde daha açık bir renk alması ya da sarı olması,
- Bebeğinizin sakin ve huzurlu görünmesi,
- Bebeğinizin günde beş-altı kez bezini kirletmesi ve iki-üç defa dışkısını yapmasıdır. Altı-sekiz haftadan sonra bu sayı azalabilir.

Anne Sütünün Saklanması ve Kullanılması

Eğer anne çalışıyorsa sütün sağılarak bebeğe verilmesi gerekebilir. Bunun için anne sütü temiz plastik kaplarda saklanmalıdır. Plastik kaplarda anne sütü buzdolabı rafında iki saat, derin dondurucuda altı ay, buzlukta üç ay süreyle, üzerine tarih ve saat yazılarak saklanabilir. Kullanılmadan önce mutlaka ısıtılması gerekir. Bunun için kesinlikle süt ocağı konmamalıdır. Benmari yöntemi denilen ılık suyun içine plastik kaptaki süt konularak ısınması sağlanmalıdır.

4.2. 6-12 Aylık Bebek Beslenmesi

Anne sütü ilk altı ayda bebeğinizin ihtiyacının tamamını, altı-on ikinci ayda %50 sini ve on ikinci aydan itibaren de %30'unu karşılar. Anne sütüne ilave olarak verilen besinler tamamlayıcı besin olarak adlandırılırlar.

Bu besinler, bazen sadece bebeğe özel olarak satın alınan besinlerden hazırlanabilirken, bazen de ailenin tükettiği besinlerden bebeğe uygun şekilde hazırlanabilir.

Altıncı aydan sonra bebeklere tamamlayıcı besin olarak;

- Enerji ve besin ögesi açısından zengin,
- Temiz ve güvenli,
- Evde bulunan,
- Yerel olarak bulunması, satın alınması ve hazırlanması kolay besinler verilmelidir.

Tamamlayıcı olarak bebeğinize haftada iki-üç yeni besin başlamalısınız. Başlanan her yeni besin sonrası bebeğinizde bir tepki ya da alerjik bir durum olup olmadığını kontrol etmelisiniz. Tamamlayıcı besinlere altıncı ayda bir çay kaşığı miktarı ile başlanmalı, giderek miktarı ve çeşidi arttırılmalıdır. Altı-on iki aylık dönemde de bebeğiniz her istediğinde emzirmeli, emzirmenin yanında yeterli miktarda besleyici ve tamamlayıcı besinlerden (eğer bebeğiniz anne sütü alıyorsa günde üç kez, eğer bebeğiniz anne sütü almıyor ise günde altı kez) vermelisiniz.

Tamamlayıcı besinler olarak öncelikle meyve suları başlanmalıdır. Elma ve şeftali suları ilk tamamlayıcı besin olarak önerilir. Meyve sularının yanı sıra bebeğinize bu ayda yoğurt da başlamalısınız.

Altıncı aydan sonra, bebeğinizi daha yoğun ve pütürlü besinlere alıştırmalısınız. Pütürlü besinlerin verilmesi öğürme refleksinin duyarısızlaştırılması için en uygun dönemdir. Meyve suları ve yoğurda alışan bebeğinize yedinci ayda meyve ve sebze püreleri başlamalısınız. Mevsime uygun olarak bebeğinize özellikle gaz sıkıntısı yaratmayacak ve kokusu fazla olmayan sebzeleri ezerek ya da rendeleyerek püre halinde vermelisiniz.

Sekizinci ayda, bebeğinizin artan demir ihtiyacını karşılamak amacıyla sebze çorbalarına başlamalısınız. Çorbanın içine her öğün için bir çorba kaşığı yağsız dana kıyması da ilave edebilirsiniz. Ayrıca çorbaya her öğün için bir çorba kaşığı bitkisel sıvı yağ ilavesi de gerekir. Seçilebilecek sebzeler arasında havuç, kabak, patates, domates, ıspanak öncelikle sayılabilir. Sekizinci ayda bebeğinizin beslenmesine ilave edilmesi gereken diğer bir gıda yumurta sarısıdır. Yumurta katı pişmiş olmalıdır. Bu şekilde daha az alerji yapma özelliğine sahiptir. Yumurta sarısı da diğer ek gıdalarda olduğu gibi önce az miktarda başlanıp, daha sonra arttırılır. Genellikle sekizde bir oranı ile başlanır. Her gün arttırılarak bir hafta içinde tam yumurta sarısına ulaşılır. Kolesterol ve protein içeriği zengin bir besin olan yumurta, bebeğinizin diyetinde haftada iki-üç yumurta sarısından fazla olmamalıdır.

Dokuzuncu ayda, başlanabilecek bir diğer besin de peynirdir. Peynirin pastörize olması gereklidir. Bebeğiniz için bir kibrit kutusu büyüklüğünde peynir yeterlidir. Ama bebeğinizi peynire alıştırırken, bu miktarın dörtte biri ile başlamalısınız.

Onuncu aydan itibaren bebeğiniz et yemeye başlayabilir. Öncelikle dana eti köfte olarak verilirken, balık,-tavuk ya da hindi etine de başlayabilirsiniz. Sebze çorbalarının da yağsız dana kıyması veya tavuk/ hindi etiyle yapılması mümkündür. Bebeğiniz çiğnemeyi öğrendikten sonra etler iyice haşlanarak küçük parçalar halinde tek başına da verilebilir.

Onuncu aydan sonra bebeğiniz sizinle birlikte sofraya oturup yiyeceklerin sularından tatmaya başlayabilir. Sindirim sistemleri bu besin maddelerini sindirebilecek kapasiteye sahiptir. Bu dönemde amaç, bebeğinizin erişkin diyetinde yer alan besinlere bilinen tatlarıyla alıştırılmasıdır. Bir yaşına kadar her türlü yiyeceğin lezzetine alıştırılmış bir bebekte daha sonraki yıllarda iştahsızlık görülmez.

Tamamlayıcı besinleri bebeğe verirken kaşık ya da bardakla besleme yöntemi kullanılmalı, asla biberon kullanmamalısınız.

Hazırladığınız tamamlayıcı besinler eğer buzdolabında muhafaza edilemeyecekse iki saat içinde tüketilmelidir.

Bebeğiniz herhangi bir hastalık geçirdiyse, hastalık sonrası, her öğününde mümkün olduğunca çok beslenmesi için bebeğinizi desteklemelisiniz. Bebeğiniz kaybettiği ağırlığı kazanana ya da yeterli büyümeyi sağlayana kadar bu böyle devam etmelidir.

4.3. 12-36 Ay Çocuk Beslenmesi

Çocuğunuz birinci yaşını doldururken onu artık aile sofrasına, ailenin düzen ve saatlerine alıştırmaya başlamalısınız. Aile sofrasında yemeğe başlamak, hem onun sosyal davranışlar ve beceriler kazanmasını sağlayacak, hem de ailenin diğer bireyleri ile yemek yiyor olması, çocuğunuzun kendisine verilen besinleri reddetmemesi için özendirici bir faktör olacaktır. Çocuğunuzun yetişkinle beraber sofraya oturması, pişirilen bütün yemeklerden yiyebileceği anlamına gelmez. Çocuğunuzun yemeklerini, az tuzlu ve az şekerli hazırlanmalıdır. Üç yaşını doldurana kadar çocuğunuzun ona uygun besinlerle beslemeli, ihtiyacı olan gıda miktarlarını günlük olarak alıp almadığını kontrol etmelisiniz.

Bir-üç yaş grubundaki çocuk büyüdükçe, besin gruplarından verilecek yiyeceklerin miktarı arttırılır. Beslenme yeni besinler eklenerek çeşitlendirilir. Besinler çocuğunuzun diş yapısına ve çiğneme özelliğine uygun olarak hazırlanmalıdır. Dönem başında beslenmenin önemli bir bölümünü yumuşak gıdalar oluştururken daha sonrasında taneli ve sert besinlere geçmelisiniz.

Çocuğunuza gereğinden fazla yiyecek vererek besinlere olan ilgisini azaltmamalı, erişkinler kadar yemesini beklememelisiniz.

Bu yaş grubundaki çocuğunuz inatlaşarak yemek yemeyi reddedebilir. Bu durumda çocuğunuzun yemek yemesini ya da açlık belirtileri göstermesini beklemek en doğru yoldur.

Bu yaş grubundaki çocukların her şeyi ağızlarına götürdükleri ve sürekli denetim altında tutulmaları gerektiğini de unutmamalısınız. Çekirdek, fındık, fıstık, küçük taneli, sert kabuklu kılçıklı yiyecekleri vermekten kaçınmalısınız.

İki yaşına gelmiş çocuğunuz üç ana yemek yemelidir. Beslenmesinde ikindi gibi bir de ara öğün olmalıdır. Bu ara öğünde süt, meyve veya meyve suyu (taze sıkılmış) verilebilir. Yemek aralarında çocuğunuza şekerleme, pasta, bisküvi, kek veya kurabiye gibi yiyeceklerin verilmesi gereksizdir. Bu tarz besinler çocuğunuzun normal besin ihtiyacını karşılamasını engellediği gibi diş çürümelerine yol açıp çocuğunuza gereksiz kilo aldıracaktır.

Bu dönemde unutmamanız gereken en önemli nokta çocuğunuz anne ve babayı örnek alıp beslenme alışkanlığını sizlerin seçimleri doğrultusunda yapacağıdır. Bu nedenle beslenme konusunda çocuğunuza model olmanız önemlidir. Çocuğunuzun yediklerini başka çocukların yedikleri ile kıyaslamak ve az yedi diye fazla yemek yemeye zorlamak doğru değildir. Çocuğunuzun ihtiyacının ne olduğunu bilip ona göre yemek yedin.

Çocuğunuzun yeterli beslenip beslenmediği, büyüme ve gelişme durumundan anlaşılır. Normal büyüyen bir çocuğun yediğini yeterli görmeyip daha fazla yemesini istemek doğru değildir. Her çocuk kendine özgüdür. Bu nedenle büyüme hızı çocuk beslenmesinde örnek alınmalıdır.

Çocukların büyüme döneminde protein ve kalsiyum kaynaklarını düzenli almaları önemlidir. Çocuğunuz süt içmek istemezse aynı miktarda yoğurt veya süttten yapılmış muhallebi veya sütlaç verebilirsiniz. Yemekleri kızartmadan fırında veya ızgarada pişirebilirsiniz. Bu yaş grubunun son dönemlerinde çocuğunuza küçük parça et ve sebzelerle yapılmış kebaplar, kıymalı, sebze yemekleri ve köfteler verebilirsiniz.

Çocuklar İçin Menü Planlaması

Beslenmenin yeterli ve dengeli olabilmesi için besin grupları ve bunlardan günlük olarak ne kadar alınması gerektiğinin bilinmesi önemlidir. Besinlerin dört grup altında toplanması ve bu gruplardan tüketilecek miktarların belirlenmesi, günlük beslenme planlarının yapılmasında büyük kolaylık sağlar. Araştırmalar uzun süreli açlıkların metabolizma üzerindeki olumsuz etkilerini kanıtlamıştır. O nedenle önerilen öğün planlamasında tüm besin gruplarından gerektiği miktarda alınmasının yanı sıra günde üç ana ve iki-üç ara öğünün alınması gerekir.

4.4. Beslenme İle İlgili Sorunlar

Çocukların ilk iki yaşta gösterdikleri hızlı gelişim ve değişime uyum sağlamaları bazen güç olur. Doğumdan sonra anne memesini doyana kadar emen, sonra bol bol uyuyan, ayda 500 gram ya da daha fazla kilo alan bir bebek, bir-iki yaş arasında beslenmeyi reddeden, sürekli hareket eden ve ayda yaklaşık 50 gram alan bir çocuk durumuna gelir. Çocuğun doğal gelişiminin bir parçası olan bu durum, ailelerin endişelenmesine yol açabilir. Sonuçta çocuğun beslenmesi başta anne olmak üzere bütün aile bireylerini ilgilendiren bir sorun olur, çocuk için de bazen bir oyun, bazen de bir işkenceye dönüşür. Bu yaşlarda görülen sorunlardan en önemlileri iştahsızlık, kabızlık ve besinin soluk borusuna kaçmasıdır.

4.4.1. İştahsızlık

İştah bir besine karşı duyulan bilinçli istektir. Bireysel, ailevi, ekonomik, çevresel ve sosyo-kültürel faktörler iştahı etkileyebilir. İştahsızlık, annelerin en sık şikâyet ettikleri beslenme problemidir. İştahsızlık sorunu olan bir çocukta kilo almada da sorun varsa, iştahsızlık yapan hastalıklar araştırılmalıdır. Çocuğun kilo alamaması veya kilo kaybetmesi iştahsızlığın altındaki hastalıkları araştırmayı zorunlu kılar. Ancak bazen hiçbir organik hastalık olmadan da çocukta geçici kilo problemleri olabilir. Buna ancak doktor kontrolü sonrası karar verilebilir. Eğer çocuğun kilosu yeterli ancak iştahsızlık sorunu var ise, bu durum organik hastalıktan ziyade psikososyal gelişme ile ilgilidir.

Beslenme ve uyku sorunu çocukların %20-30 unda görülür. Beslenme sorunu olan çocuklarda genellikle uyku sorunu da birlikte görülür. İştahsız çocuklar genelde geç yatıp geç kalkan, belirli bir günlük düzeni olmayan çocuklardır. Uykunun düzene girmesi ile genellikle beslenme sorunu da çözülür.

Ayrıca birçok iştahsız çocuk televizyon yardımı ile beslenmeye çalışılmaktadır. Küçük yaşlarda çocuklar yeterince kontrol kazanmamış olmaları nedeniyle aynı anda yemek yeme ve televizyon seyretme işini yapamazlar. Bu sırada anne ya da bakıcı tarafından zorlayarak besleme aşırıya kaçıp, çocuğun sahip olduğu kontrolü kaybetmesine neden olabilir.

İştahsız çocuklarla ilgili yapılabilecekler;

Öncelikle süt olmak üzere kola, meyve suyu, çay, su gibi sıvı içeceklerin tüketim sıklığı ve miktarı belirlenip, gerekirse yemekten bir saat önce veya yemek sırasında tüketilen içecekler sınırlandırılmalıdır.

Sunulacak yemekler çocuğun öncelikleri dikkate alınarak seçilmelidir.

Yemek miktarları annenin isteğine göre değil, çocuğun gereksinimine göre ayarlanmalıdır.

Yemekler çocukların yiyebileceği türden hazırlanmalı, çocuk kendisi yemek istediğinde özgür bırakılmalıdır.

Yemek yerken bir besini reddediyorsa farklı bir besin denenmeli, o da reddedilirse yemesi için çocuk zorlanmamalıdır. Reddedilen besin aralıklarla tekrar denenmelidir.

Yemek saatleri düzenli olmalı, aralarda iştahını kesebilecek besinler ile ödül olarak tatlı türleri (şekerleme, çikolata vb.) verilmemeli, tüm aile bireylerinin çocuğa karşı tutumu tutarlı olmalıdır.

Yemekler çocuğun ilgisini çekecek şekilde süslenmeli, besinlerin yararları oyunlarla anlatılmalı ve çocuğun kendi besinlerini seçmesine izin verilmelidir.

Yemek sırasında çocuğun dikkatini çekecek televizyon ve video gibi yöntemlerin kullanılmamasına dikkat edilmelidir.

Kalabalık ortamda aile üyeleriyle birlikte yemek yemek çocuğu olumlu etkiler. Bu nedenle çocuğun aile sofrasında yemek yemesine dikkat edilmelidir.

Az miktarlarda yiyen çocuklar sık beslenmeli ve öğün sayısı arttırılmalıdır. Gerekirse besinlerin içeriği zenginleştirilmelidir.

4.4.2. Kabızlık

Kabızlık sorunu en sık iki yaş civarında çocuğa tuvalet eğitimi verilirken karşımıza çıkan bir sorundur. Kabızlık çocuklarda karın ağrısının en sık sebebidir. Anne sütünden süt bazlı mamalara ve ek besinlere geçiş sırasında da kabızlık görülebilir.

Kabızlık sorunu araştırılırken doğumdan sonra çocuğun ilk 24 saatte dışkı yapıp yapmadığı, kabızlık sorununun süresi, dışkının özelliği (kıvamı, keçi pisliği şeklinde olup olmadığı, tuvaleti tıkayacak şekilde olup olmadığı, dışkı kaçırma olup olmadığı), beraberinde idrar kaçırma probleminin olup olmadığı araştırılmalıdır.

Kabızlık sorunu bazen altta yatan bir sebebe bağlı ortaya çıkabilir; günlük içilen süt miktarının fazla olması, inek sütü alerjisi, posasız gıdaların fazlaca alınmış olması, bazen sıvı kaybı gibi beslenmeye bağlı nedenler olabilir.

Kabızlığın en sık görülen iki nedeni vardır bunlardan ilki çocuğun "dışkısını tutması" diğeri de beslenme ile ilgili sebeplerdir. Çocuklar tuvalet eğitimi sırasında yaşadıkları korku ve stresten dolayı büyük tuvaletlerini tutmaya başlayabilirler. Bu da zamanla hem bir alışkanlığa dönüşür hem de bir kısır döngünün oluşmasına neden olur. Tuttukça, çocuğun kakasını yapması daha da zorlaşır ve daha fazla tutmaya başlar. Bazı çocuklarda da ev dışındaki tuvaletlere gitmek istememelerinden dolayı tuvaletini tutma başlar ve bu alışkanlık haline gelebilir.

İkinci en önemli sebep beslenme alışkanlıklarıdır. Normal bağırsak hareketleri için alınan nişasta lif dengesinin yerinde olması ve yeterli sıvı alınması gereklidir. Çocukların sebze ve salata yememeleri buna karşın makarna ve pilav yemeleri kabızlıklarının en önemli nedenidir.

Kabızlıkla baş edebilmek için çocukların yeterli sıvı tüketmelerine dikkat etmelisiniz. Çocuklarınızı yeşil sebze ve salatalara alıştırmalı özellikle her öğünde yemeklerinin yanında salata olmasına dikkat etmelisiniz. Çocukların daha çok tercih ettikleri besinlerden olan makarna ve pilavda aşırıya kaçmamalısınız. Bir yaşından itibaren çocukların yedikleri ekmek kepekli olabilir. Çocuklar için hazırlayacağınız besinlerde kullanacağınız tahıl ya da unların da yarısı beyaz, yarısı esmer olabilir. Ayrıca çocukların günün belirli saatinde tuvalet rutinine alıştırılması önemlidir.

Bunlara yanıt vermeyen çocuklarda kayısı erik kompostosu ya da püresi, armut püreleri ile kuru meyveler kullanabilirsiniz.

4.4.3. Soluk Borusuna Besin Kaçırma

İlk üç yaşta çocuklarda çiğneme ve yutma fonksiyonlarının gelişimi tamamlanmamıştır. Bu nedenle besinler yumuşak bir şekilde verilmelidir. Fındık, fıstık, kabak ve ayçiçeği gibi sert ve taneli besinler kolayca soluk borusuna kaçarak boğulmaya yol açabileceği için üç yaşından önce vermemelisiniz, ancak verilecekse de mutlaka kontrol altında vermelisiniz.

Eğer çocuğunuz yabancı bir cisim yuttu ve bu soluk borusunda tıkanmaya yol açıtıysa;

- 1- Ağız içini kontrol edin. Görebiliyorsanız yabancı cismi çıkarmaya çalışın.
- 2- Eğer çıkartamıyorsanız ve çocuk bir yaşın üzerinde ise yumuşak bir şekilde Heimlich Manevrası'nı uygulayın. Yani bir elinizle göğsünden tutarak bebeği yüzü yere bakacak şekilde ön kolunuzun üzerine dizinizle destek olacak şekilde yatırın. Kürek kemikleri arasına diğer elinizin ayası ile beş kez vurun.



4.5. Çocuğa Verilecek Ek Besinlerin Hazırlanması

Yoğurt: Yoğurt yapmak için pastörize edilmiş ve kaynatılmış sütü 40-45 C° (el dayanır, dayanmaz) sıcaklığa getirin. Bir kilogram süte, bir yemek kaşığı yoğurdu ezerek ilave edin. Sütün üzerini kapatıp kalın bir örtü ile sarın veya ılık bir yerde beş-altı saat bekleterek mayalandırın.

Bebeklere her gün taze yoğurt vermelisiniz.

Meyve Suyu ve Ezmesi (püre): Elma, şeftali, armut, muz, portakal, mandalina çocuklar için uygun meyvelerdir. Önce meyveyi yıkayın, kabuklarını soyun, cam rendede rendeleyip süzerek meyve suyu elde edin. Altıncı aydan itibaren meyveyi ezerek püre şeklinde de vermelisiniz.

Sebze Çorbası: Bir orta büyüklükte patates, bir küçük havuç veya taze kabak, iki yaprak ıspanak veya diğer yeşil yapraklı sebzeleri yıkayıp kabuklarını incecik soyun/kazıyın veya ayıklayın. Bir buçuk su bardağı suyu ocağa alın ve kaynama derecesine gelince havuç ve patatesi konup yumuşayınca kadar pişirin. Yeşil yapraklı sebze ekleyip beş dakika daha pişirin. Ateşten alıp ezin. Bir çay kaşığı bitkisel sıvı yağ ekleyin. Çocuğunuz büyüdükçe sebze çorbasını daha koyu olarak hazırlayabilir, pişen sebzeleri püre makinesinden geçirerek ya da tahta kaşıkla ezip kevgirden geçirerek hazırlayabilirsiniz.

Muhallebi: Bir büyük su bardağı (250 ml) süte, iki tatlı kaşığı silme pirinç unu karıştırın ve on dakika pişirin. Kaynayınca içine bir yemek kaşığı pekmez veya şeker ekleyip altını kapatın.

Tarhana: Baharatsız hazırlanmış tarhana çorbası da altıncı ayda çocuklara verilebilir. Bir silme yemek kaşığı tarhanayı, bir bardak su ile karıştırılıp kaynatın, ılık olarak çocuğunuza yedirin.

Kuru baklagiller: Et ve yumurta alamayan aileler, çocuklarına kuru baklagillerden yapılmış yiyecekler verebilir. Kırmızı veya kabuksuz sarımercimek iyi pişirildiği takdirde bebekler için iyi bir protein kaynağı olur. Diğerleri de dış zarları ayrılıp iyi pişirilerek verilebilir.

Mercimek çorbası: 1/8 su bardağı kırmızı mercimek, 1/8 su bardağı bulgur ve yarım havucu yarım su bardağı su ile yumuşayınca kadar pişirin. Pişirme suyunu dökmeden tahta kaşıkla ezerek kevgirden geçirin. Kıvamı koyu olursa su ilave edebilirsiniz. Bir çay kaşığı bitkisel sıvı yağ ekleyip çorbayı hazırlayabilirsiniz. Bebeğinize altıncı aydan itibaren bir tatlı kaşığı ile başlamak sureti ile yedi aylıktan itibaren günde üç-dört yemek kaşığı mercimek çorbası verebilirsiniz.

Sebze çorbasını içine mercimek katarak da pişirebilirsiniz.

Yumurta: Yumurtayı yıkayıp tencereye su içine koyun. Kaynama derecesindeki suda on dakika pişirin. Kabuğunu soyup beyazını ayrılarak sarısını kullanabilirsiniz. Sarısını sütle ezerek veya sebze çorbasıyla karıştırılarak bebeğinize verebilirsiniz. Yedinci aydan sonra beyazını da verebilirsiniz.

Et ve Benzeri Ürünler:

Kıyma: Hafif ateşte kendi verdiği suyunu çekene kadar ısıtıp yukarıda anlatılan sebze çorbası ve diğer çorbalar içine katılarak bebeğe verilebilir. Kıyma, en uygun et verme şeklidir.

Köfte olarak: İki kere çekilmiş kıymayı az miktarda bayat ekmek içi ve az tuzla iyice yoğurun. Köfteleri, dibi yağlanmış kalın tavada kapalı olarak pişirin. Normal büyüklükte bir köfte içinde 30 gr. kadar et vardır. İlk başlarken bebeğinize bir köftenin sadece beşte birini verin, miktarı gittikçe artırın.

Tavuk eti, balıketi, karaciğer vb.: Haşlanmış tavuk etini kemiklerinden, balığı kılçığından iyice ayırın, ezerek verin veya sebze çorbası içine katın.

5. FORMLAR

0-36 aylık dönemde çocuğunuzu bir eğitim kurumuna gönderdiğinizde sizden acil durumlarda ulaşmak amacıyla iletişim bilgileri ve çocuğunuzun sağlık geçmişini öğrenmeye, güvenliğini sağlamaya ve korumaya, hastalıklarını ve kullandığı ilaçlarını takip etmeye yönelik bir takım formları doldurmanız istenebilir. Bu formlara ilişkin örnekler aşağıda sunulmuştur. Bilinçli anne babalar olarak bebek/çocuğunuz için bu formlara benzer formların doldurulması konusunda hassas ve dikkatli olmanız önerilir.



5.1 Özel Durumu Olan Çocuklar İçin Acil Bilgi Formu

Adı :	Doğum Tarihi:	Soyadı:
Ev Adresi:	Ev/İş Telefonu:	
Aile/Koruyucu Aile:	Acil Durumlarda Aranacak Kişi/Yakınlık Derecesi:	
İmza/ Onay:	Telefon Numara(ları):	
Doktorlar:		
İmza/ Onay:	Acil Telefon:	
	Fax:	
Şimdiki Uzman Doktor:	Acil Telefon:	
Uzmanlık Alanı:	Fax:	
Şimdiki Uzman Doktor:	Acil Telefon:	
Uzmanlık Alanı:	Fax:	
Gidilecek İlk Acil Servis		
Gidilecek İlk Acil Servis		
Gidilecek İlk Anne Çocuk Sağlığı Merkezleri		
Tanılar/ Eski Süreçler/Fiziksel Tanılamalar 1. Çocukta Var Olan Durum (Şeker Hastalığı, Kalp Hastalığı, Alerji vb.)		
2. Dikkat Edilmesi Gereken Fiziksel Bulgular		
3. Acil Durumda Yapılması Gerekenler		
Özet:		

Çocuğun Hastalığının Değerlendirilmesi (aile hekimi ya da çocuk doktorunu doldurmalıdır)

Çocuğun soyadı:	Çocuğun adı:
Doğum tarihi :	Ev telefonu:
Çocuk bakım merkezinin adı:	
Telefon:	İlçe:

Ebeveyn :
Adres :
İş telefonu:

Çocuğun sağlık ve bakımıyla ilgili temel bilgileri:				
Eğer varsa herhangi bir hastalığı ve bunda yapılacak acil uygulamaları yazınız:				
Yemeğe veya ilaca alerjisi var mı? Varsa belirtin.				
En son muayene tarihi ve muayene sonucunu açıklayınız.				
Ölçüm	Değer		Persantil (büyüme eğrisi) değeri	
	Doğumda	Kayıtta	Doğumda	Kayıtta
Boy (cm)				
Ağırlık (kg)				
Baş çevresi (cm)				
Fiziksel tanılama	Normal		Normal değilse açıklayın	
Kafa/kulak/gözler/burun/göğüs				

Diş (diş sayısını belirtin)					
Kalp-dolaşım sistemi					
Karın					
Genitaller ve göğüsler					
Kollar, bacaklar, eklemler, sırt ve göğüs					
Deri ve lenf bezleri					
Nörolojik/gelişimsel sorunlar					
Aşılar*					
Tarama testleri	Tarih	Tarih	Tarih	Tarih	Normal Olmayan Durum Varsa Belirtin
Boğaz Kültürü					
Gaita Kültürü					
Anemi (Kansızlık)					
İdrar Tahlili (5 Yaşına Kadar) *					

*Çocuğun aşı kartı istenmelidir.

5.2. Sağlık Durumu Değerlendirmesi ve İlaç Uygulaması İçin İzin Formu

Anne baba ya da çocuğun bakımından sorumlu kişi aşağıdaki yönergelerin izlenmesi için çocuğa bakım veren kurum çalışanına gerekli izni verdiğini imzalayarak kabul eder.



Çocuğun adı :

Doğum tarihi :

Adres :

Dikkat edilmesi gereken sağlık durumu :

İzlenmesi gereken belirtiler ve/veya işaretler :

İlaçlar :

Kullanım dozları :

Veriliş şekli :

Veriliş zamanı :

Olası yan etkiler :

Aşağıdaki belirtiler ya da tedaviye cevap almada başarısızlık olduğu zaman ebeveyn/sağlık kuruluşu aranır:

Aşağıdaki durum ortaya çıktığında acilen bakım sağlanmalı ve yeniden değerlendirme yapılır:

İlacı Öneren Doktorun Adı Soyadı:

Telefon :

Adres :

Tarih :

Ebeveynin Adı Soyadı :

Ebeveyn İmzası

Telefon :

İş/Ev Adresi :

KAYNAKÇA

Arlı, M., Şanlıer, N., Küçükkömürler, S. ve Yaman, M. (2003). Anne ve çocuk beslenmesi. Ankara: Pegem Akademi Yayınları.

Er, M. (2006). Çocuk, hastalık, anne-babalar ve kardeşler. Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Dergisi, 49, 155-168

Karabudak, S.S. ve Öztürk, C. (2008). Annelerin uyguladığı masajın prematüre ve düşük doğum ağırlıklı bebeklerin büyüme gelişmesine etkisi. E.Ü. Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi, 24(1), 27-42.

Özgür, S. ve Özgür, T. (1994). Sosyal pediatri. İzmir: Ege Üniversitesi Basımevi.

Taneli, N. ve Taneli, B. (2003). Bir çocuk yetişiyor. İzmir: İzmir Güven Kitapevi Yayıncılık.

Saltık Temizel, İ.N. (2008). İştahsız çocuk. Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Dergisi, 51, 176-181.

0-3 YAŞ ÇOCUĞU OLAN AİLELER İÇİN OYUN VE OYUNCAKLAR EL KİTABI

İÇİNDEKİLER

1. OYUN.....	46
1.1. Oyunun Önemi.....	47
1.2. Oyun Dönemleri.....	47
1.3. Oyunun Gelişim Alanlarına Etkileri.....	49
2. OYUNCAKLAR.....	51
2.1. Oyuncanın Önemi.....	51
2.2. Oyuncakların Genel Özellikleri.....	53
2.3. Oyuncak Seçerken Dikkat Edilecek Noktalar.....	59
2.4. Oyuncak Güvenliği.....	61
2.5. Evde Oyuncak Yapımı Örnekleri.....	62

1. OYUN

İnsan yaşamının ilk yılları eğitimciler tarafından çok önemli, kritik veya sihirli yıllar olarak adlandırılmakta ve bu dönemin önemine dikkat çekilmektedir. Bu dönemde çocukların dış dünyayı tanımaya ve uyum sağlamaya başlama süreci oyunla başlamakta ve gelişmektedir. Çocukların gelişimlerinde önemli bir yeri olan oyun, onların en önemli gereksinimi ve vazgeçilmez uğraşdır.

Oyun çocukların bedensel yeteneklerini geliştirmede, ruhsal durumlarını anlamada, kişiliklerinin olumlu yönde geliştirilmesinde etkin bir işleve sahiptir. Çocuklar için çok ciddi bir uğraş olan oyun aynı zamanda bir eğlence, gelişim ve eğitim kaynağıdır. Oyunun çocuklar üzerinde uyarıcı etkisi vardır. Böylece çocuklar farkında olmadan oyun oynayarak tüm gelişim alanlarına katkı sağlarlar.



1.1. Oyunun Önemi

Çocuklar, oyunda duyu-hareket-zeka yetilerini geliştirmekte, denetlemekte ve toplumsal davranışları öğrenmektedirler. Oyun yoluyla sosyalleşen, "ben" ve "başkaları" kavramlarının bilincine varan çocuklar, paylaşmayı da oyun aracılığı ile öğrenirler.

Oyun, çocukların özellikle hareket gelişimlerini olumlu yönde etkiler, kendilerini rahatça ifade etmelerini, çevreyle etkileşime girmelerini ve etraflarındaki olaylardan haberdar olmalarını sağlar. Çocukların dünyaya, olaylara, insanlara bakışları ve kim oldukları oyun yoluyla şekillenir.

Çocukların eğitimlerinde ve kişilik gelişimlerinde oyun önemli bir yer tutmaktadır. Çocuklar oyun yoluyla; sevinçlerini, nefretlerini, sevgi arayışlarını ve saldırganlık gibi duygularını dışa vurabilmektedir. Oyun çocukların çevreleri ile ilişki kurmalarına, duygu ve düşüncelerini yansıtmalarına yardımcı olmaktadır.

Oyun, çocukların kontrol edebildikleri ve kurallarına kendilerinin karar verebildiği bir uğraştır. Çocukların bu kontrolü sağlayabildiklerini hissetmeleri ise oldukça önemlidir. Çocuklar özellikle serbest şekilde oynarken kontrolün kendi ellerinde olduğunu hissederler ve bu duygu da onların benlik gelişimlerini destekler, bağımsızlaşma duygusunu geliştirir. Çocukların oyunun sınırlarını kendilerinin belirliyor olması, oyun içinde kendilerini özgür ve bağımsız hissetmelerini sağlar.

Çocuklarla iletişim kurmanın ve onların dünyalarını paylaşmanın en doğal ve sağlıklı yolu oyundur. Çünkü oyun çocukların gerçek yaşantılarından daha çok benimsedikleri, daha çok içinde yaşadıkları ve mutlu oldukları dünyadır. Yaşadıkları bu oyun dünyasında çocukların kendi kuralları geçerlidir. Çocuklar oynadıkları oyunları istedikleri şekilde başlatırlar, geliştirirler ve yine kendi arzularına göre sonlandırırlar.

Çocuklar oyunda gerçek duygularını, düşüncelerini, sözlerle anlatamadığı üzüntülerini, kaygılarını dile getirirler ve bu yolla sıkıntılarını dışa vurarak rahatlarlar, duygularını kontrol altına alırlar. Bu yönü ile oyun tedavi edici bir özellik de taşır.

1.2. Oyun Dönemleri

Okul öncesi dönemde çocuklar farklı yaşlarda farklı oyun özellikleri sergilerler. Çocukların oyun özelliklerini bilmek, onların gelişim alanlarını desteklemek açısından önemlidir. Çocuklarda oyun dönemleri aşağıda verilmiştir:

- Çocukların oyunlarını 0-2 yaşlarında; nesnelerin renkleri, sesleri ve hareketleri oluşturur. Daha sonra ise diğer kişilerle sosyal etkileşimi olmaksızın, çocuk oyuncaklarıyla yalnız başına oynar. Çocuklar grup etkinlikleri içinde arkadaşlarına katılmaz, çevrelerindeki çocukların oyunlarından etkilenmez ve bağımsız davranırlar. Bu dönemin en belirgin özelliği, çocukların çevrelerindeki hiçbir şeyden etkilenmeden oyunlarına devam etmeleridir.

- Çocuklar 2-4 yaşlarında; aynı ortamda oynarlar, aynı oyuncakları kullanırlar, fakat birlikte oynamazlar ve birbirlerinden bağımsız olarak oyunlarını sürdürürler. Bu yaşlarda, çocukların sosyal etkileşimleri çok az olmakla birlikte, bir oyuncakı istemek, düşüncelerini söylemek gibi durumlarda birbirleriyle çok az da olsa etkileşime girebilirler. Bu oyun dönemi iki yaşında başlar ve üç-dört yaşlarına kadar sürebilir. Çocuklar arasındaki sözel iletişim de çok azdır. Bu durum bireysel özelliklere ve oyun tipine göre değişebilir.



- Yaklaşık üç yaşlarına doğru çocuklar, birlikte oyun oynamaya başlarlar. Birlikte oyun döneminde, çocuklar birbirlerinden fikir ve oyuncak alışverişinde bulunurlar. Çocuklar bir arada grup şeklinde ve birbirleriyle etkileşim halindedirler. Aynı oyunda yer alır aynı araçları kullanırlar. Oyun, doğaçlama olarak çocukların isteklerine göre gelişir. Birbirlerinin fikirlerinden yararlanabilirler, oyun araçları alış veriş yapabilirler. Çocukların her biri aynı oyunu oynamak yerine kendi oyununa devam eder.



- Çocuklar 4-6 yaşlarında, işbirliğine dayanan oyunlar oynamaya başlarlar. Bu dönemde, amaç beraberce belirli bir sonucu başarmaktır. Bu dönemde, çocuklar arasında gerçek bir sosyal etkileşim vardır ve çocuklar oyunun amacına ulaşmak için birlikte hareket ederler. Ayrıca, oyun araçları da amaca uygun olarak paylaşılır. Çocuklar bu dönemde hareket ve düşüncelerinde tek olmadıklarını kabul ederek paylaşma ihtiyacını hissederler. Bu tür oyunlar sosyal etkileşim gerektirdiğinden sosyalleşme de oldukça önemlidir.



1.3. Oyunun Gelişim Alanlarına Etkileri

Fiziksel Gelişim: Oyun sırasında çocukların tüm bedeni hareket halindedir. Yapılan hareketlerin tekrarlanması ve birbirini takip etmesi, çocukların performansını artırır. Koşma, atlama tırmanma, sürünme, sıçrama vb. fiziksel güç gerektiren hareketleri içeren oyunlar, çocukların vücut sistemlerinin (solunum, dolaşım, sindirim, boşaltım) düzenli çalışmasını sağlayarak fiziksel gelişimlerine katkı sağlar.

Hareket Gelişimi: Çocuklar oyunda bedenlerini çalıştırır ve kaslarını çeşitli biçimlerde kullanarak hareket becerilerinde yeterlilik kazanırlar. Oyun sırasındaki fiziksel etkinlikler, çocukların ince ve kaba hareket becerilerinin gelişmesini, vücut bölümlerini koordineli kullanmalarını sağlar. Oyun oynayan çocuklar oyun yoluyla durgun ve etkin dikkat becerilerini geliştirirler. Ayrıca bedensel esneklik kazanarak tepki yeteneklerini geliştirir ve hızlı hareket etmeyi öğrenirler.

Duygusal Gelişim: Oyun çocukların duygularını ifade etmelerini sağlar, yetişkinlerin koyduğu kısıtlama ve kuralların sıkıntısından kurtulmalarına yardımcı olur. Çocuklar oyunlarında özgür olma, kendilerini ifade etme ve çevreleriyle uyumlu ilişkiler kurma ihtiyacını giderirler. Çocuklar rekabet, kıskançlık, kızgınlık, düşmanlık, öfke gibi duygularını oyunlarına yansıtabilir ve sevgi, mutluluk gibi duygularını oyun yoluyla sergileyebilirler. Farkında olmadan iç dünyalarını bu yolla yetişkinlerle paylaşabilirler.

Sosyal Gelişim: Doğumdan okul çağına kadar çocuklarda görülen en büyük çaba; sosyalleşme, diğer insanları anlama ve uyum sağlama çabasıdır. Çocuklar bu dönemde doğru-yanlış, iyi-kötü, haklı-haksız gibi toplumda değeri olan ahlaki kavramları oyun sırasında görür, öğrenir, dener, benimser ve benliğinin bir parçası haline getirebilirler. Sırasını bekleme, paylaşma, işbirliği yapma, kendi haklarını savunma, başkalarının haklarına saygılı olma, çevresi ile uzlaşma, düzen ve temizlik alışkanlıkları edinme, karşısındakini dinleme gibi sosyal beceriler oyun sırasında öğrenilebilir. Özellikle hayali oyunlarda çocuklar yetişkinlerin yaşantılarını taklit ederek, yaşam deneyimleri kazanabilirler. Oyun yoluyla çocuklar kendi cinsiyetlerine yönelik rolleri kız çocuklar annelerini, erkek çocuklar babalarını taklit ederek öğrenirler.

Zihinsel Gelişim: Çocuklar oyun yolu ile çevrelerindeki dünya ile ilgili birçok şey öğrenirler. Oyun oynayan çocukların duyuları çok iyi çalışır. Mantık yürütme, anlama ve zekâları gelişir. Yaşamın ilk üç yılında çocuklar, etraflarında gördükleri nesneleri anlamaya ve açıklamaya yönelik, nesneleri ve olayları belirlemelerini karşılaştırmalarını ve sınıflandırmalarını sağlayan oyunlar oynarlar. Çocuklar gerçek nesnelerin yerini alan zihinsel sembollerini biçimlendirme, nesneleri ve olayları anlatmak için sözcükleri kullanabilme, nesnelerin gruplarını yapabilme ve çok basit düzeyde akıl yürütebilme yeteneğine ulaşırlar. Oyunda, öğrenme ve kavrama gelişimi oldukça önemlidir ve göz önünde tutulmalıdır. Oyun deneyimleri çocukların, zorlayıcı sorunlara farklı çözümler üretebilmelerini, neden sonuç bağlantısı kurabilmelerini ve farklı düşünme tarzları geliştirebilmelerini sağlar. Oyun, akademik yetenekler ile okuryazarlık becerisini artırmak için de önemlidir.

Dil Gelişimi: Oyun ve konuşma arasında sıkı bir etkileşim vardır. Oyun çocukların, sözcük dağarcıklarının gelişmesine, düzgün cümleler kurmalarına, duygularını rahat ifade etmelerine, fikirlerini paylaşmalarına, yeni deneyimler kazanmalarına olanak sağlamaktadır. Çocukların roller üstlendikleri oyunlar dilin akademik kullanımı ve ifade etme becerilerini bütünleştirmede çocuk için bir avantajdır. Böylece oyunlarla çocuklar dili kullanma becerilerini geliştirir. Çocukların kurdukları oyunlar onların dil ve iletişimsel ayırt ediciliğine katkıda bulunmaktadır. Oyun süresince çocukların etkin dinledikleri ve duygularını ifade ettikleri gözlemlenmektedir.

2. OYUNCAKLAR

Çocuklar dünyaya geldikleri andan itibaren gelişimlerini etkileyen ve destekleyen en önemli araç oyun ve oyuncaklardır. Çocukların büyümesi ve sağlıklı gelişmeleri için beslenme, sevgi, bakım ne kadar gerekli ise oyun ve oyuncaklar da o kadar gereklidir. Gelişim evreleri boyunca her çocuk oyun oynamaya ve oyuncağa büyük gereksinim duyar. Çocuklar bütün deneyimlerini oyun ve oyuncaklarla edinirler. Oyunun gerçekleşmesinde oyuncağın önemli bir yeri vardır. Oyun ve oyuncak birbirinden ayrı düşünülemez. Çocuklara sunulan oyuncak ve oyun araçları, onların yaratıcılığını ve hayal dünyasını geliştirir, dış dünyayı tanımlarına ve yetişkin becerilerini kazanmalarına yardımcı olur. Toplum ve çevre ile olan ilişkilerini düzenler. Çocukların zihinsel, dil, hareket, sosyal ve duygusal gelişimlerini destekler.



2.1. Oyuncağın Önemi

Oyun oynamak çocukların kendi deneyimlerini yaşayarak hayatı tanımlarının aracıdır. Çocuklar bunu oyuncakları aracılığı ile yapar. **Oyuncaklar; çocukların beş duyusu ve duygularını uyaran, zihinsel dil, hareket, sosyal ve duygusal gelişimlerini etkileyen, biçimlendiren ve düzenleyen; yeteneklerinin ortaya çıkmasını destekleyen, yaratıcı yönlerini ve hayal güçlerini geliştiren her tür oyun aracıdır.** Bir nesnenin oyuncak olarak adlandırılması için hazır bir ürün olmasına gerek yoktur. Çocukların oyun oynarken kullandığı her türlü araç (çocuğa zarar vermeyecek, sağlık ve güvenliğini tehlikeye atmayacak nitelikte olanlar) oyuncaktır. Kum, su, boş kutular, kâğıtlar, tahta parçaları gibi. Çocukların oynamaktan hoşlandığı bir ev eşyası da onlar için etkili bir oyuncak olabilir. Oyuncaklar, çocukların doğal yeteneklerini ortaya çıkaran oyun yoluyla gelişimlerini destekleyen araçlar olmalıdır.

Çocuklar farklı gelişim evrelerinde çeşitli oyuncaklara ihtiyaç duyarlar veya aynı oyuncakların bazılarını değişik gelişim aşamalarında farklı biçimlerde kullanabilirler. Evde bulunan çeşitli nesneler çocukların hayal gücü ile farklı şekillere girebilir. Örneğin; tencere kapağını direksiyon, oklavayı at, büyük boş bir kutuyu roket, bir çorabı kukla vb. olarak düşünebilir ve oynayabilirler. Evde bulunan artık materyaller ile çocuklarla birlikte oyuncaklar yapılabilir. Bu amaçla evde bulunan mukavva kutular, plastik şişeler, boş makaralar, şampuan kutuları, deterjan kutuları, kumaş parçaları, düğmeler, boncuklar, renkli ipler, fındık ceviz kabukları, renkli gazete dergi sayfaları ve bunun gibi artık materyaller evde toplanabilir. Öncelikle bu materyallerin çocuklar tarafından kullanılacak bir hale getirilmesi gerekir. Oyuncak yapımı için kullanılacak materyallerin çocuğun sağlığını veya güvenliğini tehlikeye atmayacak şekilde temizlenmesi ve hazırlanması önemlidir. Örneğin; şampuan ve deterjan kutuları iyice yıkanmalı ve havalandırılmalıdır.



Çocukların yeteneklerini ortaya çıkartacak oyuncaklar bir eğitim işlevi olarak görülmeli ve oyuncak seçiminde özellikle buna dikkat edilmelidir. Her yaş ve cinsiyetteki çocuk açısından doğru oyuncaklarla oyun oynamanın ciddi yararlar sağladığı bilinmektedir.

Oyuncaklar çocukların;

- Alıcı ve ifade edici dil becerilerini,
- Düşünme becerilerini,
- Kendime güven duygusunu,
- Problem çözme yeteneğini,
- Hayal gücünü,
- Araştırma ve keşfetme isteğini,
- Merak duygusunu geliştirir.

Oyuncaklardan istenen yararın sağlanabilmesi için ev ortamında çocuklar için bir oyuncak köşesi düzenlenmelidir. Bu köşenin çocuğun rahatça hareket edebileceği ve ona zarar vermeyecek bir düzende olması gerekir. Açık rafları olan dolaplar veya oyuncak sepeti veya kutusunda çocuklar oyuncaklarına rahatça ulaşabilmeli, oyununu bitirdikten sonra oyuncaklarını toplayıp yerine kaldıracabilmelidir. Oyuncak köşesinde bulunan oyuncaklar, çocukların ilgisini çekmesi açısından zaman zaman kaldırılmalıdır. Çocukların oyuncaklarını toplama alışkanlığı kazanmalarını sağlamak için model olarak birlikte toplama oyunları oynanmalıdır. Oyuncak köşesinde bulunan oyuncaklar belirli aralıklarla gözden geçirilmeli, temizlik, bakım ve tamirleri yapılmalıdır. Oyuncak köşesi, düzen alışkanlığının kazandırılmasında ve sorumluluk duygusunun geliştirilmesinde çok önemlidir.



2.2. Oyuncakların Genel Özellikleri

Oyun ve oyuncaklar yaş ve cinsiyete göre farklılıklar gösterebilmektedir. Bebekler, şekil, renk ve sese karşı duyarlıdır. Bu açıdan ilk aylarda seçilen oyuncakların bebeğin görsel ve işitsel, dokunsal duyularını geliştirecek özelliklerde olmalıdır. Oyuncaklar, 0-18 ayda kırılmayan, emniyetli, yıkanabilir, küçük parçalar içermeyen, boyası çıkmayan nitelikte seçilmelidir. Daha sonraki aylarda bebekler çevreleriyle daha çok iletişime gireceğinden keşfetme ve merak duyguları artacaktır. Legolar ve büyük parçalı yapbozlar 18. aydan sonra uygundur. Çocuklar yürüme becerisini kazandıkları için çekerek yürüyebilecekleri oyuncaklar, kamyonlar ve arabalar kullanılabilir. Bu oyuncaklar çocukların toplum içinde gördüğü araçları taklit etmelerini de sağlar. Yumuşak bebekler, küçük parçalar içermeyen ve keskin köşeleri olmayan hayvan figürleri, yumuşak toplar bu dönem çocuklarının severek oynadığı oyuncaklardır. Yetişkinin kontrolü altında su ve kumla oynamaları dokunma duyularını, özgüven kazanmalarını ve dikkat becerilerini geliştirir.

Anne babalar oyuncak seçiminde çocuklarının gelişim özelliklerini, cinsiyetlerini, ilgi ve becerilerini ve yaşını dikkate almalıdır. Bunların dikkate alınmadığı oyuncak seçimi hiçbir yarar sağlamayacağı gibi olumsuz etkiler de neden olabilir.

0-6 Aylık Bebek Oyuncakları

Bu yaşa yönelik oyuncaklar esas olarak bakma, dinleme ve ağza almaya yöneliktir. Bu dönemde özellikle yaşamın ilk aylarında parlak, zıt renkli ve ses çıkaran nesneler dikkatlerini çeker. Bu dönemde bebekler nesnelere dokunmaktan, tutmaktan, elleriyle vurarak döndürmekten, saklamaktan, tekmelemekten, ağza almaktan hoşlanırlar. Ayrıca mobil gibi yatakları üzerine asılabilen nesnelerden, dönenceleri izlemekten hoşlanırlar.

Bebeklerin izlemesi ve uzanabilmesi için asılan oyuncaklar, onlarından 15-20 cm uzağa görme alanları içine yerleştirilmelidir. Bebeklerin ellerinde tutacakları oyuncaklar hafif ve elleriyle tutmalarına uygun oyuncaklar olmalıdır. Oyuncakların keskin köşe ve kenarları olmamalı, küçük parçalar, zehirli malzemeler, cam parçalar, parmakların sıkışabileceği delikler ve uzun ipler içermemelidir.



0-6 Aylık Bebekler İçin Alınabilecek Oyuncaklar;

- Çıngıraklar,
- Müzikli oyuncaklar,
- Pamuklu kumaş, sünger vb. değişik materyallerden yapılmış, sıkınca ses çıkaran oyuncak ve toplar,
- Kırılmaz aynalar,
- Dişlikler,
- Resimli bez ya da plastik kitaplar,
- Birbirine geçen plastik halkalar,
- Duyu battaniyesi, sepeti, yastıkları, minderleri.

7-12 Aylık Bebek Oyuncakları

Bu aydaki bebekler oyuncaklarla daha uzun süre ilgilenirler. Oyuncakları; birbirine vurmaktan, nesneleri üst üste yığmaktan, iç içe yerleştirmekten, bir şeyin içine koyup dışına çıkarmaktan, düşürmekten, açıp kapatmaktan, tuşlara basmaktan, bükmekten, sıkmaktan, sallamaktan, sürüklemekten, ısırılmaktan, fırlatmaktan, doldurup boşaltmaktan hoşlanırlar. On-on iki aylık bebekler nesneleri her yönü ile tanımaya çalışırlar ve her şeyi keşfetmek isterler.



7-12 Aylık Bebekler İçin Alınabilecek Oyuncaklar;

- Renkli toplar (topların çapı en az 44 mm. olmalıdır),
- Üst üste istiflenebilen büyük ebatlı oyuncaklar,
- Renkli halkalar,
- Çingiraklar,
- Müzikli oyuncaklar,
- Yumuşak sıkınca ses çıkaran oyuncak ve toplar,
- Kırılmaz aynalar,
- Dişlikler,
- Karton kitaplar,
- Sert kumaş oyuncaklar,
- Kapağa açılınca içinden nesneler çıkan kutular,
- Doldurup boşaltma oyuncakları,
- Banyo oyuncakları,
- İtmeli çekmeli oyuncaklar,
- Duyu battaniyesi, sepeti, yastıkları, minderleri.

1-2 Yaş Çocuk Oyuncakları

Çocuklar bu dönemde başkaları ile işbirliği içinde oynamaya başlarlar. Ancak ağırlıklı olarak tek başlarına oynamayı tercih ederler. Taklit oyunlarına ilgileri artar. Fiziksel aktivitelerden büyük zevk alırlar. Çocuklar kendi çabaları sonucunda hareket eden veya ses veren oyuncaklardan hoşlanırlar. Gerçekçilik isteği artar. Nesnelerin niteliklerine ilgi göstermeye başlarlar. Parlak renkli oyuncakları tercih etmektedirler. Oyuncaklar kırılmaz olmalı, çocuk üstüne çıktığında ya da içine girdiğinde ağırlığını taşıyabilmeli ve küçük parçalara ayrılmamalıdır. Oyuncaklar çocuğun kaldırabileceği ve taşıyabileceği ağırlıkta olmalıdır.



1-2 Yaş Çocuklar İçin Alınabilecek Oyuncaklar;

- Bebek arabaları,
- Alış veriş arabaları,
- El arabaları,
- Üç tekerlekli bisiklet (yetişkin kontrolünde oynatılmalıdır),
- Tüm park oyuncakları (yetişkin kontrolünde oynatılmalıdır),
- Tahta bloklar,
- Legolar,
- Küpler,
- İç içe geçirilerek şekiller üretebileceği oyuncaklar,
- Yapbozlar (iki-üç parçalı büyük tahta yapbozlar),
- Parçaları uygun boşluklara yerleştireceği yapbozlar,
- Çok parçalı evcilik oyunları,
- Çeşitli şekilleri yerleştireceği şekil oyuncaklar,
- Kum ve su oyuncakları (yetişkin kontrolünde oynatılmalıdır),
- Oyuncak bebekler ve bebek elbiseleri,
- Hayvan oyuncaklar (büyük-küçük),
- El kuklaları,
- Boy aynası,
- Taşıt araçları (kamyon, tren, uçak vb.),
- Zil, davul, ksilefon, borazan,
- Boya kalemleri (yetişkin kontrolünde kullanılmalı),
- Oyun hamuru (yetişkin kontrolünde oynatılmalı),
- Müzik kutusu,
- Kitaplar (basit, kısa öykülerin, tanıdık konuların yer aldığı),
- Eşleştirme, sınıflandırma oyuncakları (renklere, şekillere, seslere, kavramlara göre).

2-3 Yaş Çocuk Oyuncakları

İki-üç yaşta çocukların ellerini ve parmaklarını kullanmalarında belirgin bir gelişme olur. Parmakların hareketleri daha hassas ve etkin hale gelir ve eklemlerin esnekliği artar. Çocuklar hem kendileriyle hem de nesneler/oyuncaklar ile deney yapmaya devam eder ve sürekli olarak, dünya algısını yenileyen şaşırtıcı bağlantıları araştırmak ve bulmak için yeni yöntemler keşfederler. Bu süreçte taklit becerileri ile birlikte rol yapma becerisi de ortaya çıkmaya başlar. Çocuklar artık; inşa etmekten, evcilik oynamaktan, tırmanmaktan, ayırıp tekrar birleştirmekten, şekil vermekten ve yoğurmaktan çizim yapmaktan, sayfalarını çevirip bakabileceği kitaplardan hoşlanırlar.



2-3 Yaş Çocuklar İçin Alınabilecek Oyuncaklar;

- İpinden çekebileceği oyuncaklar: Bebek arabaları, alışveriş arabaları, el arabaları gibi itme-çekme oyuncakları,
- Üç tekerli bisiklet,
- Tüm park oyuncakları,
- Tahta bloklar,
- Legolar, küpler, iç içe geçirerek şekiller üretebileceği oyuncaklar,
- Yapbozlar (2-2.5 yaş: 4-5 parça, 3 yaş: 6-12 parça),
- Mıknatıslı tahtalar,
- Çok parçalı evcilik oyunları,
- Rakam/sayma oyuncakları,
- Çeşitli şekilleri yerleştireceği şekil oyuncakları,
- Renkli/şekilli tombala,
- Kum ve su oyuncakları,
- Oyuncak bebekler ve bebek aksesuarları,
- Oyuncak hayvanlar,
- El ve parmak kuklaları,
- Çeşitli rolleri canlandırabileceği kostümler,
- Çocuk boyuna uygun ebatlarda fırın, ocak, buzdolabı gibi değişik ev gereçleri,
- Tüm ev temizlik ve yemek gereçleri,
- Tam boy aynası,
- Su oyuncakları (yetişkin kontrolünde oynatılmalıdır),

- Şişirilebilir toplar,
- Sallanan at vb. oyuncaklar,
- Tamir setleri,
- Yumuşak tebeşir, pastel boya ve kâğıtlar,
- Farklı boyutlar da üst üste konulabile ya da iç içe geçebilen küpler,
- Müzik aletleri, zil, tef, ksilofon, davul, ritim çubukları,
- Farklı boyutlarda kamyon, tren, uçaklar vb. oyuncak taşıtlar,
- Farklı boyutlar ve özelliklerde resimli çocuk kitapları,
- Evde çocuğun oyuncak olarak kullanabileceği gerçek ev eşyaları (eşyaların çocuğa zarar vermeyecek nitelikte olması önemlidir).

2.3. Oyuncak Seçerken Dikkat Edilecek Noktalar

Çocukların doğal yeteneklerini ortaya çıkaran, oyun yoluyla gelişimini destekleyen oyuncakların seçimi en önemli noktadır. Oyuncak seçerken aşağıdaki noktalara dikkat edilmelidir:

- Oyuncaklar çocukların yaşına ve gelişim özelliklerine uygun olmalıdır.
- Anne ve babalar kendi istek ve beğenileri yerine, çocuklarının istek ve gereksinimlerine uygun oyuncak tercihi yapmalıdırlar.
- Oyuncaklar sağlam ve dayanıklı olmalıdır.
- Çocuklar için tehlike yaratabilecek nitelikteki (sivri, paslı, kesici, delici, boyası çıkabilen vb.) oyuncaklar ve oyun malzemeleri tercih edilmemelidir.
- Oyuncaklar kolay temizlenebilen bir materyalden yapılmış olmalı, canlı, parlak renkte ve estetik özelliğe sahip olmalıdır.
- Oyuncakların seçiminde önce basit, sonra karmaşık oyuncaklar tercih edilmelidir.
- Sadece öğretme amaçlı oyuncaklar yerine, hem eğlenceli hem de eğitsel özellikleri olan, problem çözmei sağlayan, merak uyandırıcı oyuncaklar tercih edilmelidir.
- Oyuncakların çok pahalı olması önemli değildir. Önemli olan oyuncağın niteliği ve çocuğa uygunluğudur.
- Kız ve erkek çocuklar aynı oyuncaklar alınabilir.
- Özellikle küçük yaş grubu çocuklar için kolay çıkabilen ve yutulma riski olan oyuncaklar tercih edilmemelidir.



Oyuncak seçimi ve alımı kadar, çocuklarla etkin bir şekilde bu oyuncaklarla oynamak da önemlidir. Oyuncak ilk alındığında çocukla beraber oynamak, özelliklerini göstermek, kullanma şeklini anlatmak, çocuğun oyuncaktan zevk almasını sağlar.

Bazı oyuncaklar için gerekli güvenlik önlemleri alınmadığında tehlikeli durumlar ortaya çıkabilir.

- Bisiklet, salıncak, kaydırak, oyun alanı malzemeleri, spor oyuncakları **dikkatli ve güvenli** kullanılmadığında **düşme ve yaralanmalara** sebep olabilir.
- Oyuncakların içinde bulunan boyalar, vernik, cila vb. gibi maddeler ve pille çalışan oyuncaklarda bulunan çeşitli ebatlarda düşük kaliteli piller **dikkatli ve güvenli** kullanılmadığında **zehirlenmelere** neden olabilir.
- Oyuncakların kırılabilir ve ayrılabilir parçaları (pelüş oyuncakların gözleri, dolgu bebeklerin giysilerinin düğmeleri ve benzeri aksesuarları), küçük mıknatıslı oyuncaklar, oyuncak bozuk paralar, oyuncaklardaki yaylar, teller, plastik oyuncaklar, balonlar, belirsiz oyuncaklar, oyuncak bebek parçaları, kurşun kalem, oyuncakların paketleri ve çantaları, büyük boyutlu oyuncak kutuları, çocuğun yaş seviyesi için uygun olmayan küçük parçalı takmalı, sökmeli oyuncaklar, marketlerde satılan çikolata içinde bulunan oyuncaklara **dikkat edilmeli** aksi taktirde **boğulmalara** neden olabilir.
- Yaylar, oyuncakların küçük sökülebilir-ayrılabilir parçaları, tabanca, tüfek gibi çok gürültülü oyuncaklar, telefon, sesli oyuncak hayvanlar, müzik kutuları, ziller ve diğer bebek oyuncakları gibi gürültülü ve rahatsız edici sesler çıkaran oyuncaklar, dart okları, pervaneli oyuncaklar ve fırlatılabilir oyuncaklar (oyuncak helikopter vb.) **güvenli** kullanılmadığında **görme ve işitme kayıplarına** neden olabilir

2.4. Oyuncak Güvenliği



- Oyuncak satın alırken oyuncak için yaş etiketi, uyarıları, güvenlik mesajları ve kurulum yönergeleri okunmalıdır.
- Kırılan ya da bozulan oyuncaklar tamir edilmeli, eğer tamir edilemiyorsa en kısa süre de atılmalıdır.
- Oyuncaklar ve parçaları zorlanmaya karşı sağlam ve mekanik dayanıklılığa sahip olmalıdır.
- Oyuncaklara yapışık plastik etiketler, fiyat etiketlerinin plastik bağları ve benzeri şeyler kesilmeli ve atılmalıdır.
- Dolgu oyuncaklar yıkanabilir özellikte olmalıdır.
- Oyuncakların ambalajları boğulma riski içermemelidir.
- Elektrikli oyuncaklar risk taşıdığından dolayı yetişkin kontrolünde kullanılmalıdır.
- İp ve ipli oyuncaklar, bağcık, sicim, kordon, kemer gibi malzemelerin kullanımına dikkat edilmeli, bu tip parçaları olan oyuncaklar alınmamalı, alındığı takdirde yetişkin kontrolünde kullanılmalıdır.
- Oyuncaklar, çocukların işitme fonksiyonlarını etkileyecek düzeyde ses ve gürültü üretmemelidir.
- Üç tekerlekli bisiklet çocuğu taşıyabileceği ağırlıkta olmalı, devrilmemeli, dengede durmalı mümkünse kask, dizlik gibi güvenlik ekipmanları ile satın alınmalı ve yetişkin kontrolünde kullanılmalıdır.
- Pille çalışan oyuncaklarda içindeki kimyasalın akmayacağı kaliteli pillerin kullanılması ve özellikle oyuncuğın pil koyma yerinin vidalı bir emniyetle kapatılması önemlidir.
- Oyuncaklar yanıcı bir madde veya kıvılcımla temas ettiğinde kolayca alev almayan malzemelerden üretilmiş olmalıdır.
- Tüm oyuncaklar kurşunsuz boya ile boyanmış olmalıdır.
- Kokulu oyuncaklar, alerjiye neden olabilecek esanslar içermemelidirler.

2.5. Evde Oyuncak Yapımı Örnekleri

Etkinlik 1: Hafıza Kartı Hazırlama.

Materyaller: Karton, el işi kağıdı, boya kalemleri, resimler

İki-üç yaş grubu çocuklarınız için hafıza kartı oluşturabilirsiniz. Kartonlardan aynı boyutlarda kare şeklinde altı parça kesin. Bunları istediğiniz renkte el işi kağıdı, el işi kağıdı yoksa defter kağıdı ile kaplayın. Her iki parçaya kendinizin çizdiği aynı iki resmi koyabilir veya kitap ve dergilerden aynı iki resmi alıp yapıştırabilirsiniz. Bunlar basit hayvan, meyve, taşıt, çizgi film karakterleri olabilir. Böylece ikişerli eşleştirme kartlarına sahip olabilirsiniz. Çocuğunuzla karşı karşıya oturun. Çocuğunuza oyunu anlatın. Başlamadan önce kartlardaki resimler hakkında sohbet edin ve gösterin. Kartları resimli yüzeyleri yere bakacak şekilde kapatın. Sonra oyuna ilk başlayan iki kart açsın. Eğer kartlar eş çıktı ise o iki kartı alabilir. Bu kez kartları çocuğunuz açsın aynı kartı bulursa alsın. Bulamazsa iki kartı da geri kapatsın. Tekrar siz açın, aynı kartı bulup yerdeki kartlar eşleşip bitene kadar oyuna devam edin. Çocuğunuzun oyun hoşuna gittiye ve daha fazla kartla oynayabileceğini düşünüyorsanız kart sayısını artırabilirsiniz.

Etkinlik 2: Mobil Yapımı

Materyaller: Üç tane 40 cm uzunluğunda çıta, yedi-sekiz adet 20 cm uzunluğunda tel.

0-6 aylık bebeğiniz için değişik şekillerde mobiller hazırlayabilirsiniz. Bunun için evde bulunan küçük kumaşlardan toplar dikip içini doldurabilirsiniz. Bunların üstüne yüz çizebilirsiniz. Üç çıtaı kumaşlarla kaplayın. Uçurtma yapar gibi çapraz üst üste getirin ve iple sağlam bir şekilde birleştirin. Uç kısımlarına çentik atın Yaptığınız mobilleri buralara sağlam bir şekilde bağlayın. Aynı şekilde üst yalıtımı sağlam olan tellerden 20 cm uzunluğunda yedi-sekiz adet bulup bunları bir halkaya birleştirebilirsiniz. Bunları yay şeklinde açıp evde bulunan kumaşlarla kaplayıp, uçlarına daha küçük halkalar geçirebilirsiniz. Yaptığınız mobilleri buraya bağlayabilirsiniz. Bebeğin yattığı odanın tavanına renkli kartonlardan balık şekilleri kesip orta yerlerinden ip geçirip kartona asarak akvaryum hazırlayabilirsiniz. Balıkların iplerini mavi rafyadan yapabilirsiniz.

Etkinlik 3: Bebek Yapımı

Materyaller: Farklı renklerde kumaşlar, örgü ipliği, elyaf, kalın iğne, dikiş ipi ve iğnesi.

Küçük bir kılıf diki. Sonra dikiğiniz kılıfın dört köşesini yuvarlak şekilde katlayıp onu da diki. Ters çevirip içini elyaf doldurun çok sıkı olmasın. Sonra kılıfın ağzını dikiş alt kısımdan tam ortasına kadar bacak olacak şekilde diki. Kolları da aynı şekilde diki. Dikiş işi bittiğinde gövde hazırdır. Baş için desensiz ten rengindeki bir kumaşı yuvarlak yastık yapar gibi diki. İçini elyaf doldurmadan önce zevkinize ve kabiliyetinize göre ağzını, burnunu, saçlarını, kaşlarını gözlerini değişik renkteki örgü iplikleriyle yapın. Kolay olsun diye önce kalemle çizebilirsiniz. Sonra içini elyaf doldurup ağzını diki ve gövde ile dikerek birleştirin. En son elinizdeki örgü iplikleriyle saçını yapabilirsiniz. Elyaf ve kumaş bulmak sorunsal pratik olarak evdeki bir yastığı bu iş için kullanabilirsiniz.

Etkinlik 4: Çorap Kukla Yapımı

Materyaller: Gri düz renkli yetişkin çorabı, karton, kırmızı kumaş parçası (10 cm), göz için beyaz ve siyah parça, kumaş yapıştırıcısı.

Bir-iki yaş çocuklarınız için çoraptan kukla yapabilirsiniz. Bunun için evde kullanmadığınız gri renk yetişkin çorabını alın. Çorabı elinize giyin. Başparmağınızın geldiği ve diğer dört parmağınızın geldiği kısmı işaretleyin. Bu işaretlediğiniz yerlere gagaları yerleştireceğiz. Daha sonra kartondan 7 cm uzunluğunda eş kenar iki üçgen kesin. Elde ettiğiniz üçgenleri kırmızı kumaş parçası ile yapıştırıcı kullanarak kaplayın. Çorapta işaretlediğiniz yere üçgenleri yapıştırın kuşumuzun gagası hazır. Beyaz kumaş parçasından iki küçük yuvarlak kesin. Siyah kumaş parçasında beyaz yuvarlaklardan daha küçük yuvarlak parçalar kesin. Kesmiş olduğunuz siyah parçaları beyaz yuvarlağın içerisine yapıştırıcı ile birleştirin. Gözler hazır. Gözleri gaganın üzerine yapıştırın. Kuş sesleri çıkararak çocuğunuzu kuklası ile oynatın.

Etkinlik 5: Kaplumbağa Yapımı

Materyaller: Çocuğunuzun giymediği triko bir kazak, kullanmadığınız kumaş parçaları, düğme, iplik, iğne.

Çocuğunuzun giymediği kazakını yere koyun, kollarını ortadan ikiye kesin. Triko kazakın alt kısımlarını ovalleştirerek kesin. Ovalleştirdiğiniz yerden başlayarak, alt açık olan kısmı diki. Daha sonra gövdede kalan kolları ve gövdeyi doldurun (elyaf, pamuk, artık kazak parçaları gibi) uygun bir kumaştan kaplumbağanın kafasını yapın boyun kısmına dikerek sabitleyin. Kestiğiniz kolları dikerek doldurun ve kaplumbağanın gövdesinin alt tarafına ayakları olarak sabitleyin. Kafa kısmına iki tane aynı renkten düğme diki, gözlerini yapın.

Etkinlik 6: Ellerimizle Şekillendirelim

Eğitimci önceden aşağıdaki tarife uygun olarak pişmiş tuz seramiği hazırlar.

Pişmiş Tuz Seramiği

Materyaller: Bir bardak un, 1/2 bardak nişasta, bir bardak soğuk su, bir bardak tuz, dört bardak kaynar su, alabildiği kadar un.

Yapılışı:

Bir bardak un, nişasta ve soğuk su bir kap içinde karıştırılır. Tuz dört bardak kaynar suda eritilir. Önceki karışım yavaş yavaş kaynar suya ilave edilir. İyice karıştırıldıktan sonra tencere ateşe konulur ve iyice koyulaşınca kadar karıştırılarak pişirilir. Daha sonra soğumaya bırakılır. Soğuyunca istenilen kıvama gelene kadar un ilavesi ile yoğrulur. Gıda boyası ile renklendirilir. Plastik torba veya ağzı kapalı bir kaptaki buzdolabında birkaç gün saklanabilir.

NOT: Kuruduğu zaman çatlama yapıp şekillerin bozulmasına yol açmadığı için en çok tercih edilen yoğurma maddesi pişmiş tuz seramiğidir.

Dört ayrı masaya önceden hazırlanmış tuz seramikleri yerleştirilir. Masalara ayrıca pasta kalıpları, küçük oklavalar ve artık materyaller yerleştirilir. Katılımcıların tuz seramiği ile oynamalarına fırsat verilir. Ortaya çıkan ürünler üzerinde konuşulur ve ürünler sergilenir.

Oyun sonunda katılımcılara aşağıdaki sorular sorulur ve yanıtlar alınır;

Tuz seramiği ile oynarken ne hissettiniz?

Bu tür yoğurma maddeleri çocuğunuzun gelişimine nasıl katkıda bulunur?

KAYNAKÇA

Aynal, Öztürk, Ş. (2011). Bölüm 11: Çocukta oyun gelişimi ve yaratıcılık. M.E. Deniz (Ed.), Erken Çocukluk Döneminde Gelişim, (s.351-391). Ankara: Ertem Basım Yayıncılık.

Güven, N. (2003). Erken çocukluk döneminde bağımsız oyun gelişimi. M. Sevinç (Ed.), Erken Çocuklukta Gelişim ve Eğitimde Yeni Yaklaşımlar, (s.502-508). İstanbul: Morpa Kültür Yayınları.

Özdoğan, B. (2004). Çocuk ve oyun (Geliştirilmiş 4. Baskı). Ankara: Anı Yayıncılık.

Sevinç, M. (2009). Erken çocukluk gelişimi ve eğitiminde oyun. İstanbul: Morpa Kültür Yayınları.

Sheridan, M.D. (2005). Play in early childhood from birth to six years. London and New York: Routledge
Taylor & Francis Group.

Şen, M. (2010). Erken çocukluk eğitiminde oyun ve önemi. İ.H.Diken (Ed.), Erken Çocukluk Eğitimi, (s.403-430). Ankara: Pegem Akademi.

Yalçinkaya, T. (2003). Oyuncak yapımı ve oyuncak yapımında kullanılan birkaç malzeme. M. Sevinç (Ed.), Erken Çocuklukta Gelişim ve Eğitimde Yeni Yaklaşımlar, (s.483-489). İstanbul: Morpa Kültür Yayınları.

0-3 YAŞ ÇOCUĞU OLAN AİLELER İÇİN RESİMLİ ÇOCUK KİTAPLARI EL KİTABI

İÇİNDEKİLER

1. RESİMLİ ÇOCUK KİTAPLARI.....	67
1.1. Kitapların Çocukların Gelişimine Etkileri.....	68
1.2. Resimli Çocuk Kitaplarının Genel Özellikleri.....	69
1.3. Yaşlara Göre Resimli Çocuk Kitaplarının Özellikleri.....	71
1.4. Etkileşimli Kitap Okuma.....	73
1.5. Evde Yapılabilecek Kitap Örnekleri.....	76

1. RESİMLİ ÇOCUK KİTAPLARI

Kitaplar, insan yaşamında çok küçük yaşlardan itibaren önemli bir yeri olan, onun bireysel gelişimini destekleyen, bilgi ve donanımını arttıran eserlerdir. Bebeklik döneminden itibaren çocuğun yaşamına giren resimli kitaplar yoluyla dil, zihinsel ve sosyal duygusal gelişim alanlarında çocuğun gelişimi desteklenir, sunduğu zengin uyarıcılar sayesinde çocuğa etkili öğrenme fırsatları sunar.

Kitaplar bebeklikten başlayarak çocukları renkler, çizgiler, harfler ve sözcüklerle tanıştırır. Çocukların anadilini öğrenmesini sağlar. Çocukların oynama, eğlenme, görme, duyma, dokunma yoluyla tanıma ve keşfetme gereksinimlerini karşılar. Duygu ve düşünce dünyalarını besler, yaratıcılık ve hayal dünyalarını geliştirir. Kitapla karşılaşma önce sadece resimlerle olmakta, daha sonra resim-sözcük, resim-cümle, resim-cümleler, resim-öykü, az resim-çok metin ve nihayet resimsiz metinlere doğru bir gelişme süreci izlenmektedir. Resimli kitaplar, okul öncesi dönemde dil gelişimini destekler, çocukların kendilerini tanımasına, sosyalleşmelerine yardımcı olur, bilgi ve duygusal doyum yalnızlığı azaltırlar.

Çocuklar okuma alışkanlığını öncelikle ailede, sonra da okulda kazanırlar. Anne baba kitaba değer veriyorsa ve okuma alışkanlığı kazandırmak için çocuklarına model oluyorsa çocuklar da kitap okuma alışkanlığını daha kolay kazanırlar. Çocukların kitabı sevmeleri için onları bebeklikten itibaren sık sık kitapla karşılaştırmak ve renkli, müzikli kitaplardan başlayarak kitaptan zevk almaları sağlanmalıdır. Kitap okuyan çocuklar ileride eğitim süreçlerinde daha başarılı olurlar.

Çocuklara kitabı sevdirmek kadar çocuğa hangi kitapları okumak gerektiği de bir o kadar önemlidir. Çocuk için seçilen kitaplar onun yaş ve gelişim düzeyine uygun olmalıdır.



1.1. Kitapların Çocukların Gelişimine Etkileri

Resimli çocuk kitaplarının temel amacı çocuğun ruhsal ihtiyaçlarını karşılamak, gelişimine katkı sağlamak, okuma alışkanlığı kazandırmak, estetik değerler kazandırmak ve eğitime yardımcı olmaktır. Çocukların hayal güçlerini geliştirir.

- Çocukların alıcı ve ifade edici dil gelişimlerini destekler, sözcük dağarcıklarını zenginleştirir, dili etkin ve düzgün bir şekilde kullanmalarını sağlar.
- Çocukların gelişmekte olan iç ve dış dünyalarına katkıda bulunur.
- Çocukların gerçek yaşamla bağlantı kurmalarına yardımcı olur.
- Çocukların kendilerini ve içinde yaşadığı toplum insan ilişkilerini tanımasına yardımcı olur.
- Gözlem yeteneklerini geliştirerek keşfetme olanağı sunar.
- Çocukların dil, zihinsel ve sosyal duygusal gelişimlerine katkıda bulunur.
- Birlikte kitap okuma çocukla anne baba arasında iletişim kurulmasına yardımcı olur.
- Çocukları kitaplardan insanları ve hayvanları tanımayı, sevmeyi öğrenir.
- Sevme, anlama, saygılı olma, hediye etme, paylaşma gibi birçok sosyal kavramları öğrenirler.
- Kişiliklerinin bir parçası olan duyguları, değer yargılarını ve anlayış tarzlarını geliştirirler.
- Çocukların kavramsal gelişimini destekler, somut ve soyut kavramları öğrenmelerine yardımcı olur.
- Çocukların dinleme, konuşma, okuma ve yazma becerilerinin gelişimini destekler.
- Çocukların okudukları veya dinledikleri kitaptaki kahramanlarla özdeşim kurarak iyiye, güzele ve doğruya yönelmelerine yardımcı olur.
- Kitaplar çocuklara değişik kültürlerden örnekler sunarak onların yaşam deneyimlerinin gelişmesini sağlar.
- Kitaplar çocukların diğer insanlarla yaşayacağı problem durumlara karşı farklı çözüm yolları bulmalarına yardımcı olur.
- Kitaplar çocukların cinsiyet ayrımı gözetmeksizin her insanın birçok işte başarılı olabileceğini algılamalarını sağlar.
- Kitaplar çocukların, her an ulaşabileceği, yalnızlığını giderebileceği, konuşabileceği bir arkadaşıdır.



1.2. Resimli Çocuk Kitaplarının Genel Özellikleri



Bebek ve çocuklar için hazırlanan kitapların resimleme, içerik ve biçimsel olarak belirli özelliklere sahip olması gerekmektedir.

Fiziksel Özellikleri

Boyut: Sürekli aynı boyutlardaki kitaplar yerine farklı boyutlardaki kitaplar tercih edilmelidir. İki yaşa kadar çocukların ellerine verilen kitaplar kolay tutma, sahip olma, benim diyebilme duygusunu tadabilmeleri için küçük boyutta olmalıdır. Büyük boyutta, yetişkinle birlikte bakılan kitapların ise çocuğun rahatça görebileceği, yetişkinin rahatça okuyabileceği ve kucağa sığabilecek kitaplar olması gerekir.

Kapak: Kapak çocuğun kitapla ilk tanışma aracıdır. Bu nedenle çocuğun dikkatini çekebilecek nitelikte olmalı; renkli, resimli, çekici özellikler taşımalıdır. Kapak kağıdı, sağlam ve kaliteli olmalıdır. ABC, banyo ya da dokunma kitaplarının kapak ve sayfaları yıpranmayı önlemek, dayanıklılığı artırmak ve çocuğa çevirme kolaylığı sağlamak için kalın mukavva ya da plastikten yapılmış olmalıdır.

Kağıt: En iyi kalitede birinci hamur kağıt olmalı, mürekkebi dağıtmamalı, renkleri değiştirmemeli, kolay yırtılmamalı ve mat olmalıdır. Bir yaş öncesi çocuklar kitapları ağızlarına aldıkları için yıkanabilir olması tercih edilmelidir. Çocuğun sağlığına zarar verecek nitelikte kağıt üzerinde çıkabilir boya ya da parçalar olmamalıdır. Bir yaştan önce kağıt yerine plastik ya da bez kitaplar, bir yaştan sonra ise çocuğun sayfaları çevirebilme becerisini artırdığı için kartondan yapılmış kitaplar kullanılmalıdır. İki yaştan sonra sayfaların kalınlığı incelmeye başlamalıdır.

Cilt: Çocuklar kitaplarına yetişkinlerin gösterdikleri özeni gösteremeyebilirler. Resimli çocuk kitapları çocuklar tarafından sürekli ellenir, sayfaları çevrilirken çekiştirilir, oyuncakların arasında oyun materyali olarak koyulur. Bu nedenle de ciltlerinin olabildiğince sağlam olması gerekmektedir. Resimli çocuk kitabının dayanıklı olması onun sağlam olması ile ilgilidir. Çocuğun elinde kitabın dağılmaması, cildin bozulmaması önemlidir. Çocuklar için en uygun ve sağlam olan ciltleme şekli iplik dikiş olan ciltlemedir.

Sayfa Düzeni: Sayfalar aralıklı satırlardan oluşmalı, sayfa kenarlarında boşluklar bulunmalıdır. Sayfalar tek sütun halinde düzenlenerek okuma rahatlığı yaratılmalıdır. Bu sayfalarda resim yazı uyumu sağlanmalıdır. Çocuk metni ve ona ait resmi aynı sayfada görebilmelidir.

Yazım Şekli ve Cümleler: Çocuk kitaplarında yazım şekli oldukça önemlidir. Okul öncesi dönem çocukları için hazırlanan kitaplarda süslemeli harflerden kaçınmak, olabildiğince sade harfler kullanmak gerekmektedir. Çocukların kitabın resimlerine bakarken diğer taraftan harfleri de tanımaya başladığı gözden kaçırılmamalıdır.

Resimli kitaplardaki yazıların harf büyüklüğü son derece önemlidir. Okul öncesi dönem çocukları için okunacak kitaplarda önerilen harf büyüklüğü 18-22 ve/veya 14-16 punto, okumaya başlayan çocuk için ise 16-18 punto olmalıdır.

Tek özneli, çocuğun anlayabileceği nitelikte basit cümleler kullanılmalıdır.

Resimler: Çocuğun öğrenme dünyasını zenginleştirmeli, yaratıcı güçlerini harekete geçirmelidir. Öyküdeki ayrıntılar resimde de olmalı, metin resim bütünlüğü sağlanmalıdır. Çocuğun hayal gücünü geliştirebilmeli, yazarın sözle anlattığını görsel olarak net bir biçimde yansıtabilmelidir. Konulardaki hareket ve duyguyu verebilmelidir.

İçerik Özellikleri

Resimli çocuk kitaplarında karakterler; çocuk, yetişkin, gerçek ya da kişilik verilmiş hayvan, makine ya da eşyalar olabilir. Öyküdeki yeni sözcükler, çocuğun yaş ve kavram düzeyine uygun olmalıdır. Ses tekrarları içeren sözcükler bulunmalıdır. Sonuç olumlu olmalıdır, ayrıca öykü aniden kesilmemeli, belirli bir sonla bitmelidir.

Kitaplardaki resimlendirmeler çok önemlidir. Çocuk resmin metinde geçen her şeyi anlatmasını beklediğinden resimler gerçeğe uygun, ilgi çekici, hareketli olmalı ve detayları öyküye uymalıdır. Resimdeki mizah unsuru çocukların yaş düzeyine uygun olmalıdır. Çocuk okumayı bilmediğinden, kitabı resimlerinden okuyabilmelidir. Bunun için de resmin, ait olduğu metin yanında yer alması çok önemlidir.

Çocuğa seçilen kitapların içerik yönünden somut olması önemlidir. Çocukları korkutacak (öcü, canavar gibi) ifadelerin kullanılmaması, hayal dünyalarını olumsuz etkileyecek anlatımlara yer verilmemesi gerekir.

Resimli çocuk kitaplarının başı ve sonunun olmasının yanı sıra hitap edeceği yaş grubunun dikkat süresi de önemlidir. Okulöncesi dönem çocukların dikkat süresi kısadır. Bu nedenle iyi bir çocuk kitabının içeriğinde bunu dikkate alması, söylenmek istenilen şeylerin olabildiğince az sözcükle anlatılması gerekmektedir. Gereksiz detaylar çocuğun dikkatinin dağılmasına neden olacak ve öyküden uzaklaştıracaktır. Resimde görülen kişilerin, mekanların ve eşyaların uzun uzun tanımlanmasına gerek yoktur.

İki buçuk-üç yaş çocuğu için resimli çocuk kitabının en fazla 16 sayfa olması uygun olacaktır. Yaş büyüdükçe dikkat süresi artacağı ve çocuklar daha uzun öyküleri dinleyebileceği için beş yaş üzeri çocuklar için resimli çocuk kitapları 32 sayfa olabilecektir.

1.3. Yaşlara Göre Resimli Çocuk Kitaplarının Özellikleri

Çocukları erken yaşlarda kitapla tanıştırmak okuma alışkanlığı kazandırmanın en önemli yoludur. Çocukların oturmaya başlaması ile birlikte onların duyu gelişimlerini destekleyecek dokunsal, işitsel ya da banyo kitapları alınarak kitapla tanışmaları sağlanmalıdır. Çocukların sürekli gelişme ve değişme sürecinde olması, onların seviyesine hitap eden eserlerin yaşlara göre farklılık göstermesi gereğini ortaya çıkarmaktadır. İyi bir çocuk kitabı çocukların gelişme ve büyüme çağlarına uygun olmak zorundadır. Çocuk kitapları hangi yaş grubuna sesleniyorsa, resimler de ilgili yaş grubunun özelliklerini taşımalıdır. İyi hazırlanmış bir kitap, bir bilgi edinme ve öğrenme aracı olduğu kadar çocuğun eleştirel düşünmesini ve hayal etmesini sağlar. Ayrıca kitap kahramanı ile özdeşim kurarak, hayallerini, beklentilerini kurgusal bir ortamda gerçekleştirmesini ve duygusal olarak rahatlamasını destekler.

Kitaplarda, çocuğun resim ile metinde gelişen olaylar arasında ilişki kurabilmesine yardım edebilecek oranda basit ve sade ayrıntılara yer verilmelidir. Gelişimsel olarak yaş ilerledikçe, çocuk kitaplarındaki metin ve resimleme oranlaması değişir, yaş büyüdükçe kitaplarda daha az resim daha çok yazı olur.

Bir-iki yaşlarındaki çocukların ilgi alanı yakın çevresidir. Bu yaşlarda çocuklar yakın çevresindeki nesne, olay ve durumları, tanımak, algılamak, adlandırmak isterler. Resimlemenin daha fazla olduğu bu dönemde, metin daha azdır ve geri plandadır. Bu nedenle, bu yaşlar için hazırlanacak olan kitaplar çocukların yakın çevresindeki insanları, hayvanları ve eşyaları tanıtan ayrıntılardan arındırılmış tek bir resimden ve resme ait tek sözcükten oluşmalı ve dayanıklı olmalıdır.

Çocuğun ilk aktif algılaması kulakla, sonra da gözle olması nedeniyle fiziksel oyunlara karşı duyarlıdır. Çocuğun ağlama ve babıldama dönemlerinden sonra duygu ve isteklerini anlatabilme çağı, genetik özellikleri ve gördüğü ilgiye bağlı olarak on sekiz ay ile iki yaş arasındadır. Konuşma evresinden başlayarak dil gelişimi ve zevkleri oluşmaktadır. Bu yaş grubu yazılacak eserlerde kullanılan sözcük sayısının onların anlamalarını bildiği ve çok kullandıkları kırk sözcüğü geçmemesi gerekmektedir. Ayrıca mecaz anlatımlara yer verilmemesi, bir sözcüğün ikinci üçüncü anlamını çağrıştıracak cümleler kurulamaması önemlidir. Tek zamanlı sözcükler kullanılmalı, karışık anlatım şekillerine yer verilmemelidir. Ninniler, resimli kitaplar, tekerlemeler, tekrar sözcüklerin çok olduğu şiirler bu yaş grubu çocukların hoşlandığı edebiyat ürünleridir. Bu yaş grubu çocuklarda cinsiyet farkı önceden bilgilendirilmemiş ise oluşmamıştır. Cinsiyet farkı, çocukların izledikleri filmler, aile içi ilişkiler, anne ve babanın yönlendirmesi sonucu ortaya çıkmaktadır. Bu nedenle cinsiyet farkını kesin hatlarıyla ortaya koyan eserlere yer verilmemelidir.

Gelişimsel olarak iki-üç yaşlar arasında ise öğrenme alanı daha genişlemiştir. Bu yaşlardaki çocuklar için tek olaylı, neşeli ve gerçekçi öykülerden oluşan kısa metinler ve bu metinlerin fazla ayrıntılı olmayan resimlemelerle anlatımları ön plana çıkmaya başlar. Metnin resimlemelerle açıklayıcı bir biçimde verilmesi, çocukların görsel ve işitsel bağlantıları kurmasını kolaylaştırır. Çocuklar metinde sözü edilen ya da metni destekleyen öğeleri resimlemede görebilmelidir. Bu nedenle, kısa cümleler ile anlatılan metinlerin aktarımlarında, sayfalar arası geçişlerde fazla ayrıntılı olmayan ancak metin ile ilişkilendirilmiş resimleme tercih edilir.



1.4. Etkileşimli Kitap Okuma

Kitap okurken çocukla ilişki içinde olmalıdır. Kitap okuma zamanı sadece sözcükleri okumak değil, anne baba ile ilişki kurmaktır. Anne babanın kucağında çocuk, kitap okurken kendisi ile ilgilendiğini düşünür ve güven duygusu geliştirir. Kitap okurken en önemli nokta, anlatıcı veya okuyucu kişinin sesini kullanarak öyküdeki atmosferi yaratmasıdır. Okumasıyla, tonlamasıyla, vurgularıyla, ritim ve ses melodisiyle çocuğun dikkatini çekebilmelidir.

Seçilen resimli öykü kitaplarının soru sormaya ve rehberlik etmeye uygun olması gerekir. Kitapla çalışırken çocuklara, açık ve anlaşılır sorular sorulmalı, "evet", "hayır" yanıtı sorular yerine daha çok çocuğa cevap olanağı sağlayacak açık uçlu sorular (Ne, nerede, nasıl, kim, ne zaman, niçin?) sorulmalıdır. "Bu resimdeki hayvanın adı neydi?", "Bu meyve hangi renk?", "Bu resimdeki inekler nasıl ses çıkarıyor?" gibi basit sorular çocuğun kitaba olan ilgisini artıracak ve dikkatini kitaba toplayacaktır. Bu tür sorular çocuğun düşünme, hayal etme, hissetme ve bunları ifade etme yeteneklerinin gelişmesini destekleyecektir.



Anne Babalara Etkileşimli Kitap Okuma Önerileri

- Okuma zamanında çocuğunuzu kucağınıza alın.
- Yaş grubuna uygun seçtiğiniz kitabı, çocuğun resimlerini görebileceği şekilde tutun.
- Çocuğun ilgisini çekecek ses tonu ile kitabın resimlerini çocuğa gösterin.
- Resimlerle ilgili çocukla konuşun.
- Bir yaştan sonra kitap okurken, çocuğunuzla yan yana oturabilir veya onu kucağınıza alabilirsiniz. Bu şekilde çocuğun resimleri görerek incelemesini sağlamış olursunuz. Çocuğunuz ile kitaptaki resimlerin renkleri, sayıları hakkında konuşabilir ve ona sorular sorabilirsiniz.
- Yatmadan önceki 15 dakikalık zamanı iki-üç yaş grubu çocuklarınız için kitap okuma zamanı olarak belirleyebilirsiniz. Gün içerisinde de çocuğunuz istediği sürece kitap okuyabilirsiniz.
- Çocuğunuz her istediğinde aynı kitabı tekrar tekrar okuyun.
- Okuduğunuza kitabı ses tonunuzu farklılaştırarak canlandırın.
- Çocuğunuzun ilgi alanlarına göre kitap seçin. Bunun için denemeler yapabilirsiniz.
- Çocuğunuz kitap okurken oturmuyorsa önce kısa sürelerle sadece resimlere bakın ve kitap bittiğinde sözel olarak ödüllendirin. Örneğin; "Aferin, okuduk" deyin.
- Çocuğunuzun uygun kütüphanelere götürün.
- Kitap okumayı hayatınızın bir parçası haline getirin. Çocuğunuza yolda, arabada, evde bol bol öykü anlatın. Bu öykülerin kahramanları çocuğunuz ya da çocuğunuzun en sevdiği karakterler olabilir.
- Okuduğunuz kitap hakkında "Kimler vardı? Neler olmuştu? Öyküdeki ... nasıldı? Öykünün sonunda ne oldu?" gibi sorular sorun.

Çocuklara kitabı sevdirmek için;

- Okumaya karşı olumlu tutum geliştirin.
- Bunun için siz anne babalar okumaya karşı tutum ve davranışlarınıza dikkat edin.
- Çocuklar yetişkinleri taklit eder. Gün içerisinde kitap, dergi ya da gazete okuyarak ona model olun.
- Evinizde okumayla ilgili materyallerin bulunduğu bir köşe oluşturun. Bu köşe de çocuğunuzun erişebileceği bir alana onun kitaplarını yerleştirin.
- Evdeki uygun yerlere sizin ve çocuğunuzun dikkatini çekecek kitaplar yerleştirin.
- Aile için özel okuma saati belirleyin. Bu sürenin 15 dakikadan az olmamasına dikkat edin.
- Çocuğunuza sık sık gelişim düzeyine ve yaşına uygun kitap okuyun.
- Çocuğunuzun kitapları incelemesine ve okurken sayfaları çevirmesine kendi kendine kitapla ilgili konuşmasına, kitabı okuyormuş gibi yapmasına fırsat verin fırsat verin.
- Kitap almak için kitapçıya çocuğunuzla birlikte gidin. Kitapçıda kitaplara dokunmasına, bakmasına, alıp incelemesine izin verin, birlikte kararlaştırdığınız bir kitabı alın.



1.5. Evde Yapılabilecek Kitap Örnekleri

Etkinlik 1: Çilek Kitabım

Materyaller: Kalın karton, makas, boya kalemleri, gazete ve dergilerden kesilmiş meyve resimleri, yapıştırıcı, iğne iplik.

Evde dokuz-on aylık bebekler için kartondan kitap yapabilirsiniz. Kartonu alın ve meyveler için hazırlayacaksanız meyve şeklinde örneğin, çilek şeklinde beş-altı parça kesin. Her parçaya bir meyve çizebilir veya dergilerden, kitaplardan kestiğiniz meyve resimlerini yapıştırabilirsiniz. Bu kartonları dikerek birbirine birleştirin. Çocuğunuzla birlikte hazırladığınız kitabı okuyun.

Öneri: Bu kitabı değişik meyveler şeklinde oluşturabileceğiniz gibi kitabın sayfalarını basit hayvan figürleri şeklinde oluşturup hayvanları tanıtabilirsiniz, çiçek şeklinde oluşturup aile üyelerinin fotoğraflarını koyarak aile albümü hazırlayıp çocuğunuzla birlikte inceleyebilirsiniz.

Etkinlik 2: Örgüden Kitap Hazırlama

Materyaller: Tığ veya şiş ve farklı renklerde ip.

Tığ ile 10X10 cm uzunluğunda her renkten kare parçalar örün. Her parçanın üzerine, zeminden farklı meyve ya da hayvan resimleri işleyebilir ya da kumaştan keserek sağlam bir şekilde dikebilirsiniz. Hazırladığınız sayfa şeklindeki parçaları tığ ile birleştirin.

Bu etkinliği evinizde bulunan artık sert kumaşlardan da yapabilirsiniz. Bunun için kumaşı kare şeklinde kesin, kenarlarını elinizde ya da makinede zıt renklerle sürfile yapın. Üzerine kumaşlardan kesilmiş zıt renklerde geometrik şekiller (kare, üçgen, daire), hayvan, meyve, ağaç veya ev şekilleri dikin. Kumaş olarak etamin kullanabilir ve üzerini işleyebilirsiniz.

Öneri: Diktiğiniz kumaş üzerine evde bulunan düğmeler, deri parçaları, farklı dokudaki kumaşlar (peluş, kadife, kot, triko, keçe, saten, tül gibi) sağlam bir şekilde dikilerek çocuğun dokunma duyusunu geliştirecek dokunma kitapları da hazırlayabilirsiniz.

Etkinlik 3: Tırtılım

Materyaller: Büyük karton, makas, yapıştırıcı (solvent içermeyen), kuru boya (zararlı madde içermeyen), hayvan resimleri.

Büyük ebatlarda bir kartonu tırtıl şeklinde çizin ve kesin. Zararlı olmayan boyalarla istediğiniz renge boyayın. Kıvrım yerlerinden katlayın. Her katın yüzüne bir hayvan resmi çizin ya da yapıştırın. Çocuğunuzu kucağınıza alın ve tırtıl şekilli kitabı çocuğa hayvanları tek tek göstererek açın. En son tırtılınızı gösterin.

Etkinlik 4: Şekillerim

Materyaller: Büyük karton, makas, yapıştırıcı (solvent içermeyen), değişik dokularda kumaş parçaları (saten, sünger, kadife, yünlü, buklet, keçe, kot, triko, deri, pazen, halı, penye vb. kumaş).

Büyük kartonu üç parçaya kesip, parçaları ortadan katlayın ve üst üste koyun. Orta kısımlarından iğne ile diki. Böylece altı sayfalık bir kitap yapabilirsiniz. Her sayfaya farklı kumaş parçalarını değişik geometrik şekillerde yapıştırın. Çocuğunuzla oturup bu kitabın sayfalarına dokunabilir ve değişik öyküler anlatabilirsiniz.

Etkinlik 5: Hayvanlarla Tanışalım

Materyaller: Kare şeklinde değişik renklerde keçe parçaları, hayvan resimleri, pul, düğme, değişik büyüklükte boncuk türleri, fermuar, iğne, iplik

Kare şeklinde keçe parçalarını kesin. Kullanacağınız keçe parçasının üzerine zıt renklerde tercih edebileceğiniz farklı hayvan figürleri kesin. Fil, aslan, zürafa, su aygırı, kuş, köpek, inek vb. hayvan resimlerini kitaplardan kalıp alarak keçe veya farklı kumaşlardan kesip daha önce hazırladığınız kare keçe sayfalarına sağlam bir şekilde diki. Hayvanların vücut ayrıntılarını boncuk, pul, düğme kullanarak oluşturabilirsiniz. Elde ettiğiniz sayfaları sıkıca birbirine diki.

KAYNAKÇA

Bozdağ, F. (2000). Çocuk kitaplarında metin dil ve resimleme ilişkisi. S. Sever (Ed.), 1. Ulusal Çocuk Kitapları Sempozyumu. "Sorunlar ve Çözüm Yolları." (s.Ankara: Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi TÖMER Dil Öğretim Merkezi.

Can Yaşar, M. (2010). Picture story books as a learning tool during early childhood period. D. Şahhüseyinoğlu & I. Dzintra (Eds.), How Do Children Learn Best? (p.170-175). Ankara: Children's Research Center.

Can Yaşar, M. ve Yazıcı Uysal, Z. (2008). Erken çocukluk dönemi çocuk kitaplarında biçimsellik (Metin, dil ve resimleme). Türk Halkları Çocuk Edebiyatı Uluslararası Kongresi, Qafqaz Üniversitesi Eğitim Fakültesi, Materiallar 2-ci kitab, (s.936-940). Bakü/Azerbaycan.

Gönen, M., Burçak, F., Uysal, H. ve Bediz, E. (2013). Bölüm 5: 0-3 yaş dönemi kitaplar. M. Gönen, (Ed.), Çocuk Edebiyatı, (s.77-89). Ankara: Eğiten Kitap.

Güleç, H. ve Geçgel, H. (2006). Çocuk edebiyatı. Ankara: Kök Yayıncılık.

Kandır, A., Can Yaşar, M., İnal, G., Yazıcı, E., Ceylan, Ş., Yazıcı, Z., Çalışandemir, F., Özbey, S. ve Uyanık, Ö. (2012). Erken çocukluk eğitimi dizisi 3, 5-7 yaş çocukları için dil etkinlikleri. Ankara: Efil Yayınevi.

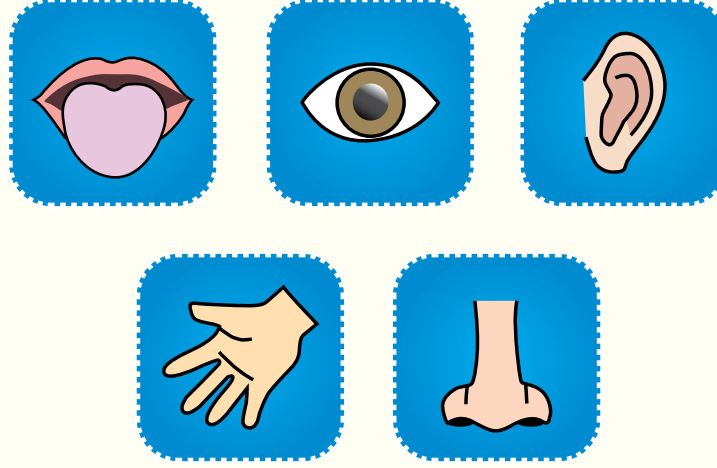
0-3 YAŞ ÇOCUĞU OLAN AİLELER İÇİN DUYU EĞİTİMİ EL KİTABI

İÇİNDEKİLER

1. DUYU EĞİTİMİ.....	80
1.1. Duyuların Önemi.....	80
1.2. Duyuların Gelişimi.....	81
1.3. Ev Ortamında Duyu Eğitimi.....	83
1.4. Duyu Eğitiminin Çocuğun Gelişimine Katkıları.....	84
2. ANNE BABALARA DUYULARIN UYARILMASINA YÖNELİK ÖNERİLER.....	85
2.1. Görme Duyusunun Uyarılması.....	85
2.2. İşitme Duyusunun Uyarılması.....	86
2.3. Dokunma Duyusunun Uyarılması.....	88
2.4. Koklama Duyusunun Uyarılması.....	89
2.5. Tat Alma Duyusunun Uyarılması.....	90

1. DUYU EĞİTİMİ

1.1. Duyuların Önemi



Bebegin çevresi ile iletişime geçebilmesinde, bilgi ve deneyim kazanabilmesinde duyu organlarının payı büyüktür. Bebekler duyuları aracılığıyla dünyayı keşfeder, yeni bilgiler edinir, haz alır, hatta tehlike oluşturabilecek durumları fark edebilir.

Yeni doğan bebekler, ani ışığa ve sese karşı tüm vücut olarak tepki verirler. Ayak tabanlarına, avuçlarına, yanaklarına dokunulduğunda, bu durumdan haberdar olduklarını gösteren tepkiler verirler. Değişik tatları fark ettikleri, verilen yiyecekleri yiyip yememelerinden anlaşılabilir. Keskin kokuları fark edebildikleri çok hafif bir kokuyu fark etmekte güçlük yaşadıkları da bilinmektedir. Bütün bu tepkiler, bebeklerin doğuştan getirdikleri doğal tepkilerdir. Gelişme sürecinde doğuştan var olan bu tepkiler zamanla yerini amaçlı hareketlere bırakır. Bebekler doğal tepkilerden amaçlı hareketlere geçişinde duyu organlarını kullanırlar. Her duyu organı, hem kendi görevlerini yerine getirir ve geliştirir, hem de diğer duyu organları ile işbirliği içinde çalışır. Örneğin; bebek önce duyduğu sese sadece vücut olarak tepki verirken, daha sonra o sesin geldiği yöne doğru döner, bakar ve o sese ulaşmak üzere uzanır. Yine başlangıçta, bütün uyarıcılara tepki verirken, daha sonra uyarıcının özelliğine özgü tepkiler vermeyi öğrenir. Örneğin; bebek önce, gördüğü tüm yüzlere gülerken, zamanla sadece tanıdık yüzlere gülmeye başlar. Normal bir gelişme sürecinde duyu organları görevlerini yerine getirebilmek için basitten karmaşığa doğru bir olgunlaşma gösterir.

Öğrenme duyu organları yoluyla gerçekleşmekte, yeni doğan bebekler çevreyi tanımak için duyularını kullanmaktadırlar. Bu nedenle yaşamın ilk yıllarından itibaren duyuların uyarılması gerekmektedir. Bu noktada ailelere düşen en önemli görev, bebeklerinin duyuları yoluyla çevreyi tanımalarına, farklılıkları ayırt etmelerine, benzerlikleri bulmalarına ve nesneler arasındaki ilişkileri anlamalarına destek olmaktır.

1.2. Duyuların Gelişimi

Görme

Bebeklerin en zayıf duyusu görme duyusudur. Yetişkinler kadar net görme ancak dört-beş yaşlarında gerçekleşir. Görme keskinliğinin iyi olmamasına rağmen bebekler, gözleriyle yavaş hareket eden bir nesneyi izleyebilirler. Doğumdan sonraki ilk aylarda, görme alanı içinde; 45-90 derecelik açıda, 15-25 cm uzaklıktaki parlak cisimleri fark ederler. İki haftalıktan itibaren ise dikkatlerini çeken hareketli nesneleri kısa süreli takip etmeye başlarlar, Bu dönemde bebekler ilk olarak anne yüzünü izlerler. Gördükleri nesneleri 180 derece izlemeleri ancak iki aydan itibaren başlar. Yaklaşık üç aylıkken renkleri ayırt edebilir ve birbirine zıt renkler içeren karmaşık ve hareketli şekiller ile insan yüzüne bakmayı tercih ederler. Görme duyusunun gelişmesi dört aylıktan sonra başlar ve bebekler gördükleri eşyayı uzanıp almak isterler.

Yeni doğan döneminde görme duyusunun desteklenmesi için yetişkin, bebeği onun yüzünü görebilmesi için kendine yakın tutmalı, ona parlak canlı renkte nesneler göstermelidir. Özellikle zıt renkli, hareketli ve sesli mobiller yatağının üzerine asılmalı ve dikkati çekilmeye çalışılmalıdır.

İşitme

İşitme duyusu bebeğin yeni kavramları öğrenmesi ve konuşabilmesi için gereklidir. Bebeklerde işitme duyusu anne karnından itibaren gelişmiştir. Bebekler anne karnındayken sesleri işitebildikleri için bazı seslerle sakinleşip bazı seslerle daha canlı ve hareketli bir duruma geçebilirler. Bebekler doğumdan sonra ani ve kuvvetli seslere irkilme ile tepki gösterirler. İkinci ayda başlarını sesin geldiği yöne çevirebilirler. Sesin geldiği kaynağa tamamen yönelmeleri ve tanıdık seslere keyifle cevap vermeleri altıncı ayda gözlemlenir. Ancak erken doğan bebeklerle, doğum sonrası tıbbi bakım gerektiren bebeklerde bu süreç farklılık gösterebileceği için özel olarak değerlendirilmesi gerekmektedir.

Doğum öncesi dönemden itibaren bebeklerle konuşmak, onlara müzik dinletmek ve doğum sonrası sesli oyuncaklarla oynamalarını sağlamak; onların işitme duyusunun desteklenmesi açısından çok önemlidir. Böylelikle bebeklerin konuşmayı öğrenmesi de desteklenmiş olacaktır.

Dokunma

Dokunma duyusu anne karnında uyarılmaya başlar. Annenin hamilelik esnasında göbeğini okşaması ilk dokunsal uyarılardır. Yumuşak ve özenli dokunmalar bebekler için çok önemlidir. Bu, bebeklere sevdiklerini ve önemli olduklarını hissettirir. Doğum sonrasında bebeklerin yanaklarına yumuşakça dokunulduğunda başlarını dokunulan yöne doğru çevirirler. Doğal olarak yapılan bu hareket dokunmaya karşı bebeklerin ne kadar duyarlı olduklarını göstermektedir. Aynı şekilde bebeklerin yüzleri sırtüstü yatarken bir örtü ile örtüldüğünde, başlarını ve kollarını kullanarak örtüyü kaldırmaya çalışırlar. Bu içgüdüsel ve otomatik bir tepkidir.

Bebekler doğdukları andan itibaren dokunmalara karşı hassastırlar; acı ve ağrı hissedebilirler. Annelerin el teması bebekleri rahat hissettirirken, bezlerinin ıslaklığı onları rahatsız hissettirir. Yeni doğan dönemde duygusal doyum için dokunma duyusu çok önemlidir. Dokunma duyusu anne ve bebek arasındaki ilişkinin gelişimi kadar beyin gelişimi için de çok önemlidir.

Dokunma duyusunu desteklemek amacıyla sert, yumuşak, kaygan ve pütürlü gibi farklı doku yüzeylerine sahip oyuncak ve materyallerle bebeklerin gelişiminin desteklenmesinin yanı sıra banyo sonrası uygulanacak bebek masajının önemi de araştırmalarla kanıtlanmıştır.

Tat Alma Duyusu

Bebekler, tatlı, tuzlu, acı veya ekşi gibi farklı tatları ayırt edebilirler. Tatlı besinleri, acı ve ekşi besinlere göre daha çok tercih ederler. Bebeklerin değişik tatlarla karşılaştıklarında tepki gösterdikleri bilinmektedir. Bu özellik yetişkin tarafından ek gıdalara geçme sırasında dikkate alınmalı ve tatları karıştırmadan her defasında tek bir besin maddesi kullanarak ek besinlere geçiş yapılmalıdır.

Ek besinlere geçildikten sonra da bebeğin yemekleri karışım halinde değil tek tek ayrı tatlar olarak sunulmalıdır.

Koku Alma

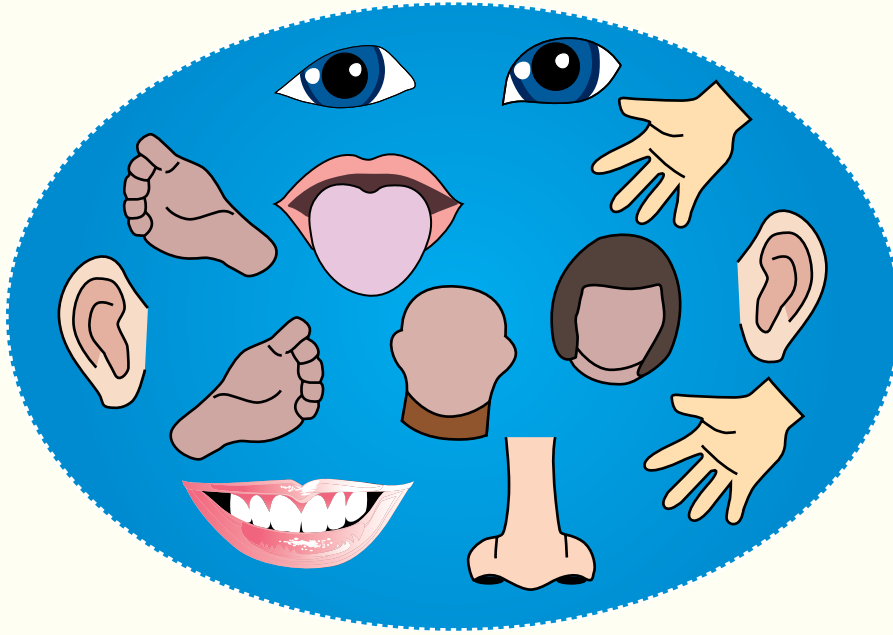
Bebeklerin doğduklarında koku alma duyuları da gelişmiştir. Meme emen bir haftalık bebeklerin biberonla beslenen bebeklere göre anne kokusuna daha duyarlı oldukları ve annelerinin kokularını ve kendi annelerinin sütlerinin kokularını diğerlerinden ayırt edebildikleri bilinmektedir. Yetişkinler gibi hoş ve hoş olmayan kokuları ayırt edebilirler. Bebekler hoşlandıkları kokulara gülümseyerek hoşlanmadıkları kokulara da yüzlerini çevirerek tepki verebilirler.

Bebekler kokuları ayırt edebilseler de erken dönemde parfüm gibi keskin kokular onlarda astımı tetikleyebileceğinden yoğun kokuların çocuğun bulunduğu ortamda kullanılmaması önerilmektedir. Bebekler kokuları ayırt edebilseler de erken dönemde parfüm gibi keskin kokular onlarda astımı tetikleyebileceğinden yoğun kokuların çocuğun bulunduğu ortamda kullanılmaması önerilmektedir.

1.3. Ev Ortamında Duyu Eğitimi

Sağlıklı her çocuk, duyuusal bir kapasite ile dünyaya gelir. Büyüme ve gelişme sürecinde, olgunlaşan ve deneyimlerle öğrenen çocuk, bu kapasitesini, ulaşacağı en üst düzeye getirebilir. Çocukların, her yönden gelişimlerini destekleyerek kendi bilgi dağarcıklarını oluşturmalarını sağlayacak çeşitli uygulamaların yapılması büyük önem taşımaktadır. Bu uygulamalar arasında duyu eğitimi önemli bir yer tutmaktadır. Duyu eğitimi, çocuk doğduğu andan itibaren başlayan bir eğitimidir. Duyu eğitimi, çocuklarda beş duyunun etkin biçimde kullanımını sağlayarak beyin yapılarının daha hızlı gelişmesine neden olur ve kavram gelişiminin temelini oluşturur.

Çocuk öğrenmeye başladığı an duyular kullanılmaya başlanmıştır. Erken çocukluk döneminde çocuğun öğrenmesi için uyaranların somut olması gerekmektedir. Bu dönemde duyuların uyarılmasına yönelik etkinliklere yer verilmesi, çocukların nesnelerle birebir oynamalarına ve incelemelerine olanak tanıdığı için, çocukların uyaranları daha somut biçimde algılamalarını sağlar. Bu nedenle, somut uyaranlar kullanarak duyulara ağırlık veren etkinliklerin gerçekleştirilmesi ve ortam düzenlemelerinin yapılması gerekir. Çocuklar ev ortamında duyularını kullanmaya yönelik birçok fırsatla karşılaşır. Çocuğun içinde bulunduğu her ortam ve her nesne duyu eğitiminde kullanılabilir.



1.4. Duyu Eğitiminin Çocuğun Gelişimine Katkıları

Duyu eğitimi çocukların;

- Kendi bedenlerinin farkına varmalarını,
- Kendilerini diğer bireylerden, canlılardan ve nesnelerden ayıran özelliklerinin farkına varmalarını,
- Duyu organlarına ait fonksiyonlarının farkına varmalarını ve ayırt etmelerini,
- Duyu organlarını bir amaca ulaşmak için bilinçli olarak kullanabilme yeteneklerini geliştirmelerini,
- Olayları, nesneleri, ilişkileri, durumları, konumları tüm yönleri ile tanıma, inceleme ve değerlendirebilme becerilerinin gelişimini,
- Çevrelerini fark edip keşfetmelerini,
- Çocukların, çevredeki benzerlik ve farklılıkları algılamalarını,
- Çocukların hayal dünyalarını genişleterek farklı deneyimler kazanmalarını,
- Kendilerini tehlikeli durumlardan korumalarını,
- Duyulara yönelik yeni sözcük ve kavramlar öğrenmelerini sağlar.

2. ANNE BABALARA DUYULARIN UYARILMASINA YÖNELİK ÖNERİLER

Çocukların beş duyularını uyatabilecek etkinlik ve oyunlarla gelişimlerinin desteklenmesi gerekmektedir. Anne baba olarak, her bir etkinliği bazen bir bazen de iki ya da üç duyuya hitap edebilecek nitelikte gerçekleştirebilirsiniz. Çocuklara yönelik duyu eğitiminde odaklanma (dikkat), algılama, eşleştirme, ayırt etme ve bellekte tutma gibi öğrenme süreçleri de ele alınmalıdır. Duyulara yönelik çalışmalar, oyun sırasında ya da beslenme sırasında, uykuya geçişte, banyo sırasında ve gezilerde de gerçekleştirebilirsiniz.



2.1. Görme Duyusunun Uyarılması

Ev ortamında bulunabilecek yün, kurdele, tuvalet kâğıdı rulosu, şampuan şişesi, mandal gibi çeşitli nesnelerle bebek ve çocukların görsel algı, görsel dikkat, görsel bellek, görsel ayırt etme gibi etkinlikler gerçekleştirebilirsiniz. Örnek olarak; bebekler için tuvalet kâğıdı rulolarından ya da renkli yün ya da kurdelelerden oluşturulmuş ponponlardan mobiller hazırlayabilirsiniz. Sağlam bir ipin üzerine üzeri yünlerle sarılmış ya da üzerlerine gazete ya da dergilerden kesilmiş parlak ve/veya zıt renklerde, farklı desenleri olan resimler yapıştırılmış rulolar geçirebilir ya da bir kasmağa uzunlu kısıklı iplere tutturulmuş ponponlar bağlayarak bebeklerin yataklarına, görme alanları içine asabilirsiniz.



Yürümeye başlamış bir çocuğun boy seviyesine asılabilecek renkli görsel özellikteki nesneler de çocuğun görme duyusunu uyarıcı niteliktedir. Örnek olarak; poşet dosyalar içine yerleştirilmiş çeşitli resim ya da fotoğrafları bir duvara yan yana asabilirsiniz. Bu nesneleri, haftada bir ya da on günde bir gibi belirli aralıklarla değiştirmeye özen göstermelisiniz.

Bebeginizin tutabileceği büyüklüklerde farklı kavanoz kapaklarının içine aile bireylerinin ya da magazin dergilerindeki farklı kişilerin yüzlerini yapıştırarak onları oynamasını sağlayabilirsiniz. Böylece bebeğiniz hem farklı yüzleri ayırt etmeyi hem de farklı yüz ifadelerini ayırt etmeyi öğrenebilir.

Çocukların görsel dikkat ve belleklerini desteklemek amacıyla da iki buçuk- üç yaşlarından itibaren kibrit kutuları ya da pet şişe kapaklarını kullanarak bunların üzerine çift olarak hazırladığınız elma, muz, pırasa, soğan, kare, daire, üçgen vb. resim, şekil ya da desenler yapıştırabilirsiniz. Çocuğunuzla birlikte kapak ya da kutuları ters çevirip eşini bulma oyunu oynayabilirsiniz.

2.2. İşitme Duyusunun Uyarılması

Bebeginiz ya da çocuğunuza çeşitli ninniler, şarkılar, tekerlemeler söyleyebilirsiniz, yumuşak ya da hızlı/ yavaş ritimlerde farklı müzikler dinletebilir, ses çıkaran oyuncaklarla oyunlar oynayarak işitsel dikkat, algı, bellek ve ayırt etmeye yönelik oyunlar gerçekleştirebilirsiniz.



Örnek olarak; bebeğinizin ses dinleme ya da sese dikkat etmesini sağlamak amacıyla bir şapka lastiği üzerine top şeklinde zil, tahta boncuk gibi nesneler dikebilir ve bu sesli bileklikleri bebeğinizin el ve ayak bileklerine bağlayabilirsiniz. Bebeğiniz el ve ayaklarını hareket ettirdikçe ses duyacaktır, zamanla ses duymak için el ve ayaklarını amaçlı biçimde hareket ettirecektir. Bu şekilde hazırlanmış sesli bileklikler bebeklerin el ve ayaklarını fark etmelerine de yardımcı olacaktır.

Evde bulabileceğiniz çalar saat, kurulunca ses çıkaran oyuncak, müzik kutusu gibi ses çıkaran bir nesneyi bir örtünün altına saklayabilir ve çocuğunuzun sesin geldiği yere dikkat etmesini sağlayıp bulma oyunu oynayabilirsiniz.

Saklama kapları ya da pet şişeler içine kuru bakliyatlar, makarna, fındık, çekirdek vb. gibi malzemeler koyarak ses çıkaran marakaslar hazırlayabilir, bebek ya da çocuğunuzun metal ya da tahta kaşıklar, tencere kapakları, saklama kapları ile ses çıkarak oyunlar oynamalarını sağlayabilirsiniz. Örnek olarak; kâğıt havlu rulolarının içine ceviz, taş, zil, şeker, madeni para gibi çeşitli nesneler koyarak iki ucunu da kapatın. Ruloların üzerini içindeki nesnelerin dökülmeyeceği şekilde çeşitli kumaşlarla kaplayın. Hazırlanan sesli kâğıt havlu rulolarını sallayarak çıkan sesi çocuğunuza dinletin. Sonra çocuğunuzla birlikte ruloları yerde yuvarlayarak oyunlar oynayarak çocuğunuzun çıkan sese dikkat etmesini sağlayın. Çocuğunuzun yaşı büyüdükçe ses çıkaran ruloları birlikte de hazırlayabilirsiniz.

Bebek ya da çocuğunuzla bu tarzda oyunlar oynarken güvenli bir ortam sağlamanız önemlidir. Çocuğunuzun yutarak boğulmasına neden olabilecek küçük parçalara sahip nesneler ile boynuna dolanabilecek ip gibi malzemeleri kullanırken dikkatli olmalı, onu bu tipteki nesnelerle yalnız bırakmamaya özen göstermelisiniz.

2.3. Dokunma Duyusunun Uyarılması

Bebek ya da çocuğun farklı dokunsal özelliklere (yumuşak, sert, kaygan, pürüzlü, tüylü, sıcak, soğuk vb.) sahip nesnelerle ve/veya su, parmak boyası gibi sıvılarla oyunlar oynama fırsatı sunabilir ya da banyoda, beslenme ya da uykuya geçiş sırasında bu nesnelerle etkileşime geçmesini sağlayabilirsiniz.

Örnek olarak; dokulu parmak boyası hazırlamak için, bir çay bardağı suya iki tatlı kaşığı nişasta ve istediğiniz renkte gıda boyası ekleyip kaynatabilirsiniz. Soğuduktan sonra içine pirinç, mercimek, kum, mısır taneleri vb. katıp bebek ya da çocuğunuzla gazete kâğıtları üzerinde boyama ve karalamalar yapabilirsiniz.

Bir torbanın içine çocuğunuzun çeşitli oyuncaklarını atıp gözü kapalı olarak torbanın içindeki bir oyuncakı dokunarak bulmasını isteyebilirsiniz.

Ayrıca evde bulunan farklı dokudaki nesnelerle bir dokunma sepeti hazırlayabilirsiniz. Bu sepetin içine yumuşak kıllı fırçalar, tahta, metal ve plastik kaşıklar, süngerler, pamuk parçaları, ambalaj kâğıtları, ponponlar, makaralar, kutular vb. koyabilir, bebeğiniz ya da çocuğunuz bunlara dokunduğunda yumuşak, sert, kaygan, pürüzlü, soğuk, ılık vb. özelliklerini ifade ederek dokularını tanımlayabilirsiniz. Dokunma sepetindeki nesneleri, bebeğiniz hepsine dokunup tanıdıktan sonra yenileri ile değiştirmelisiniz.

Dokunma duyusunda bebek ya da çocukları sadece ellerini kullanarak dokunma konusunda sınırlandırmamanız gerekmektedir. Çocuğunuzun ayak, diz, dirsek, sırt vb. gövdesinin çeşitli kısımlarını dokunma amacıyla kullanabilmesi için de fırsatlar verilmelidir. Örnek olarak; poşet, kâğıt, baloncuklu naylon, zımpara kâğıdı, kadife, saten, etamin, yünlü kumaş gibi evde bulabileceğinizi çeşitli dokulardaki nesnelerle bir yolluk hazırlayabilir ve çocuğunuzun yalın ayak bu yolluk üzerinde yürümesini sağlayabilirsiniz.



Evde bulunan farklı dokudaki kumaşlarla (kadife, saten, basma, ynl, peluş, peluşmhali kaydırmaz, poşet vb.) bir dokunma minderi ya da dokunma battaniyesi hazırlayabilirsiniz. Bebeğinizin bu battaniye üzerinde emeklemesine destek olarak farklı dokuları hissetmesini sağlayabilirsiniz.

Banyo sırasında farklı dokudaki lif, sünger ya da bezlerle çocuğunuzu yıkayabilir, vücuduna masaj yapabilirsiniz. Pamuk, yumuşak bir fırça, ponpon gibi nesnelerle bebeğinizin yanak, ense, sırt, göbek, ayak tabanı gibi çeşitli kısımlarına dokunarak uyaran verebilirsiniz.

2.4. Koklama Duyusunun Uyarılması

Çeşitli baharatlar, aromalar veya kokulu malzemeler koklatma, çevredeki, farklı ortamlardaki ya da yiyeceklerdeki çeşitli iyi ya da hoş olmayan kokuları fark etme, ayırt etme vb. oyunlar oynayabilirsiniz.

Banyoda farklı kokuda sabunlar kullanabilir, banyo sonrasında farklı kokudaki losyon ve kremlerle çocuğunuza masaj yapabilirsiniz. Kokular hakkında konuşarak fark etmesini sağlayabilirsiniz

Mutfakta yemek pişirirken yiyeceklerin kokularına çocuğunuzun dikkatini çekebilir, yiyeceklere karabiber, tarçın, kimyon, kekik, hindistancevizi gibi çeşitli baharatlar ekleyerek farklı kokular oluşturabilirsiniz.

Evdeki tarçın, hindistan cevizi, nane, kekik, limon, vanilya, lavanta, papatya, adaçayı gibi baharatlarla koku keseleri hazırlayabilirsiniz. Kese hazırlamak yerine, tlbent gibi ince bir kumaşın içine bu baharatları koyarak koklama, eşli hazırlanmış koku malzemeleriyle kokunun eşini bulma oyunları oynayabilirsiniz.



2.5. Tat Alma Duyusunun Uyarılması

Çocuklar büyüdükçe onlara farklı tatlarda yiyecekler sunmak ve bu yiyecekleri tatmalarına fırsat vermek gerekmektedir.

Öncelikli olarak tek bir tat ile başlayıp çocuğunuza bu tadı anlatarak algılamasına destek olabilirsiniz.

Özellikle ek besinlere geçildiğinde bebeğinize yeni besinleri tek tek vermeli ve bir besine alıştıktan sonra diğer besine geçmelisiniz. Bu dönemde tat duyusunun gelişimi için bebeğe bulamaç halinde besinler vermemelisiniz ve tadından hoşlanmadığı yiyecekleri ona zorla tattırmak ya da yedirmek için ısrarcı olmamalısınız.

Bebek ve/veya çocuğunuzla yukarıda anlatılan duyulara yönelik etkinlikleri zenginleştirip farklılaştırmak sizlerin elindedir. Önemli olan evinizde ya da yakın çevrenizde bulunan nesneleri kullanarak bebek ya da çocuklarınız için farklı ve yeni duysal deneyimler sunmak ve onların gelişimlerine destek olmaktır. Bebek ve/veya çocuklarınızla gerçekleştirdiğiniz etkinlik ve oyunların onların gelişimlerindeki etkilerini kısa süre içinde görmek sizi daha da farklı nesneler bulma ve etkinlikler tasarlama konusunda teşvik edecektir.



KAYNAKÇA

Aydoğan, Y. (2006). Ev ortamının çocuğun gelişimine göre düzenlenmesi. Aile ve Toplum, 3(10), 27-33.

Dunn, W. (2007). Supporting children to participate succesfully in everyday life by using sensory processing knowledge. Infants and Young Children, 20(2), 84-101.

Howard, V.F., Williams, B. & Lepper, C.E. (2011). Özel gereksinimi olan küçük çocuklar. G. Akçemete (Çev. Ed.). Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.

Trawick-Swith, J. (2013). Erken ocukluk döneminde gelişim. B. Akman (Çev. Ed.). Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.

Uyanık Balat, G., Deretarla Gül, E., Çelebi Öncü, E. (2005). Okul öncesi dönemde duyu eğitimi ve etkinlikler. İstanbul: Kare Yayınları.

0-3 YAŞ ÇOCUĞU OLAN AİLELER İÇİN ÖZEL GEREKSİNİMLİ BİREYLERE YÖNELİK FARKINDALIK EL KİTABI

İÇİNDEKİLER

1. ÖZEL GEREKSİNİMLİ BİREYLERE YÖNELİK FARKINDALIK OLUŞTURMA.....	93
2. EV MERKEZLİ EĞİTİM.....	95
3. KAYNAŞTIRMA EĞİTİMİ.....	96
3.1. Kaynaştırmanın Önemi.....	98
3.2. Kaynaştırma Yoluyla Eğitimde Eğitimcinin Uygulama Ölçütleri.....	99
3.3. Erken Çocukluk Döneminde Kaynaştırma.....	99
3.4. Erken Çocukluk Döneminde Kaynaştırmanın Amaçları.....	100
3.5. Erken Çocukluk Döneminde Kaynaştırma ve Dikkat Edilmesi Gereken Konular.....	100
4. KAYNAŞTIRMA UYGULAMALARI.....	101
5. AİLE BİREYLERİNİN KATILIMIYLA YAPILABİLECEK ETKİNLİK ÖRNEKLERİ.....	102

1. ÖZEL GEREKSİNİMLİ BİREYLERE YÖNELİK FARKINDALIK OLUŞTURMA

"Aile doğanın başyapıtlarından biridir."

George SANTAYANA

Bebeklik döneminden itibaren, çocuğun gelişimini desteklemeye yönelik hizmet planı yapılırken çocuğu tek başına düşünmek oldukça yanlıştır. Çünkü çocuk, ailesi ile bir bütündür. Dolayısıyla çocuğa yönelik her türlü eğitim veya gelişimsel destek süreci planlanırken; anne ve babaları da süreç içine alan bir plan yapmak gerekmektedir.

"Küçük bir çocuk, babasının ceketine asılıp aslancılık oynamak istediğinde en ciddi baba bile emekleyip gürelemekten geri durmaz."

Charlotte GRAY

Çocuğu en iyi tanıyan ailesidir. Aile, çocuğun sevdiği sevmeyişi şeyler, alışkanlıkları gibi çocukla ilgili her türlü bilgiye sahiptir. Dolayısıyla eğitim açısından izlenecek yol konusunda aileden alınacak bilgi, oldukça önemlidir. Ayrıca özel gereksinimli çocuk bir erken çocukluk eğitimi kurumundan yararlanıyorsa, okul-aile işbirliği ve aile katılımına gerekli önem verilmelidir. Çünkü özel eğitim bir ekip çalışmasını gerektirir. Aile bu ekibin önemli bir parçasıdır ve vereceği doğru destek ile özel gereksinimli çocuğun eğitime önemli katkı sağlayabilir. Özel gereksinimli çocukların eğitimlerinde en az aile kadar önemli olan diğeri bir durum da bu çocukların olabildiğince erken dönemde eğitim programlarına dahil edilmeleridir.

Özel gereksinimli çocukların ailelerinin, çocuklarını normal gelişim gösteren çocuklarla bir araya getirme aşamasında kaygıları vardır. Çocuklarının diğeri çocuklar arasında örseleneceğini, iletişim kurulmayacağını ve yalnız bırakılacağını düşünürler. Normal gelişim gösteren çocukların ailelerinin de farklı kaygıları bulunmaktadır. Çocuklarının, özel gereksinimli çocukların gösterebildikleri davranış sorunlarını (ısıрма, vurma gibi) taklit edeceklerini ya da bu davranışlara maruz kalacaklarını ve eğitimcinin tüm dikkatini özel gereksinimli çocuğa verip kendi çocuğuyla yeterince ilgilenmediğini düşünürler. Özel gereksinimli çocukların erken dönemde eğitime başlamaları onların olası davranış sorunlarının giderilmesinde son derece etkilidir. Erken eğitim programına başlayan özel gereksinimli çocuklar sosyal ortamlarda grup arkadaşlarıyla uygun iletişim becerilerini geliştirmede başarılı olurlar.

Erken çocukluk eğitiminin temel amacı; her çocuğun gelişimini kendi koşullarında en yüksek düzeye çıkarmaktır ve bu eğitimin özel gereksinimli ya da risk altındaki çocukların zihinsel, dil, hareket, sosyal duygusal gelişim ve özbakım becerilerinin kazanımında önemli bir yeri vardır.

Erken eğitim programları 0-3 yaş döneminde gelişimsel geriliği olan ya da gelişimi risk altında bulunan çocuklara ve onların ailelerine sunulan programlı ve sistemli bir yaklaşımdır.

Erken dönemde başlanan özel eğitim desteği;

- Gelişimsel geriliği olan/ olma riski taşıyan çocuğun ve ailenin içinde bulunduğu durumun olumsuz etkilerini en aza indirme,
- Çocuğun sağlıklı gelişimini ve ailenin gereksinimlerini destekleme,
- Çocuğun ve ailenin durumunu anlama,
- Çocuğu gelişimsel açıdan değerlendirme, uygun hizmet sunma,
- Çocuğun çevresiyle etkileşimini kolaylaştırma, gibi konuları kapsamaktadır.

Erken özel eğitim programları, sistemli bir destekle özel gereksinimli çocukların kapasitelerini ortaya çıkarabilmekte ve temel eğitim için alt yapıyı sağlamaktadır. Ailelere erken dönemde yapılacak yardım ve ev merkezli destek hizmetlerinin verilmesi, çocuklarının gelişimlerinin desteklenmesine yönelik daha istekli olmalarını sağlayacak ve bilgi düzeylerini arttıracaktır.

Erken dönemde verilmesi gereken özel eğitimin başarılı olabilmesi için en temel faktör "aile"dir. Ailenin çocuğa verebileceği özel eğitim desteği güçlü bir alt yapıyı gerektirmektedir ve bu konuda ailelerin uzmanlar ile işbirliği yapması oldukça önemlidir.

Erken eğitim programlarının çocuklar için en az kısıtlayıcı ortamlarda uygulanması gerekmektedir. Bu ortam 0-3 yaş çocukları için genellikle "ev merkezli" olabilir. Çocuklar gelişimsel olarak hazır olduklarında okul öncesi eğitime alınabilmekte ve "kaynaştırma" programından yararlanabilmektedirler.



2. EV MERKEZLİ EĞİTİM

Özel gereksinimli çocukların gelişimlerinde erken müdahale ve erken özel eğitim programları büyük önem taşımaktadır. Erken özel eğitim programlarının temeli de ev merkezli eğitim programlarına dayanır. Ailelere verilecek ev merkezli eğitim programı, onların özel gereksinimli çocuklarının gelişimlerinin daha hızlı ve olumlu yönde olmasını sağlamak açısından önemlidir.

Ev merkezli erken eğitim uygulamalarında temel amaç, özel gereksinimli çocukların eğitiminde aile katılımını arttırmaktır. Ev merkezli eğitim uygulamaları, ailenin ihtiyaçlarının onların kendi yaşadıkları ortamda belirlemek, planlamayı aile ile birlikte yapmak, çocuğun gelişimine yönelik ihtiyaçlarının onun kendisini en güvende hissettiği ev ortamında karşılamak ve aileye doğrudan bilgi ve eğitim vermek için en uygun ortamlardır.

Özel gereksinimli çocuklar eğitim kurumlarında eğitim programlarına dahil edilseler de özellikle bebeklik döneminde ev eğitim programlarıyla desteklenmeleri son derece önemlidir. Bebeğin bakım ve beslenmesinden birinci derecede sorumlu olan annesinin desteği ile ev ortamında gelişimsel olarak desteklenmesi gerekmektedir. Böylece kalıcı öğrenmenin sağlanması ve bebeğin gelişiminin en uygun şekilde desteklenmesi sağlanmış olacaktır.

Özel eğitim kurumlarında eğitim alan özel gereksinimli çocuklar için de ev merkezli eğitim önemlidir. Evde kurumda geçirdikleri süreden çok daha uzun süre zaman geçiren bu çocukların anne baba ve evdeki diğer aile bireyleriyle bir arada olduğu yadsınamaz bir gerçektir. Bu bağlamda ailenin çocuğun gelişiminin desteklenmesinde kurumda eğitim veren eğitimci kadar hatta daha fazla sorumluluğu olduğu bilinmektedir.

Kurum eğitimi sırasında uygulanan programın kalıcılığının sağlanabilmesi için de ev ortamında aile desteğinin önemi büyüktür. Öğrenme ile ilgili güçlük yaşayan özel gereksinimli çocuklara beceri kazandırmada tekrar gerekli bir durumdur. Dolayısıyla ev ortamında kurumda öğretilen becerilerin tekrar edilmesi, desteklenmesi becerinin kalıcı hale gelmesini sağlayacaktır.

Ailelerin kendi çocuklarına beceri öğretmeye çalışmaları onların da kendilerine olan güvenlerinin ve yeterliliklerinin artmasını sağlayacaktır. Ev merkezli eğitim uygulamaları ile erken özel eğitim programlarına dahil olan aileler çocuklarının gizli kalmış yönlerini daha iyi keşfedebilecekler böylece onların gelişimlerini desteklemede daha başarılı olabileceklerdir. Ev merkezli eğitim programları için ailelerin, hastanelerin gelişim takip üniteleri ve çocuk gelişimi bölümü olan üniversitelerin ilgili bölümlerinde görev yapan çocuk gelişimciler ile özel eğitim bölümlerindeki özel eğitimcilere başvurulması gerekmektedir.



3. KAYNAŞTIRMA EĞİTİMİ

Kaynaştırma, özel gereksinimi olan bireylerin, gereksiniminin tipine, derecesine ve kullanılacak kaynakların olanaklara bağlı olarak, mümkün olduğunca normal okul programlarına yerleştirilmeleri ve yaşitlarıyla eşit eğitim koşullarında birlikte eğitim almaları olarak tanımlanır.

"Başka şeyler bizi değiştirebilir, ama aileyle başlarız ve aileyle son buluruz."

Anthony BRANDT

Kaynaştırma, eğitimde fırsat eşitliği ile özel gereksinimli çocukların mümkün olduğunca normal akranları ile aynı ortamlarda ve en az kısıtlayıcı eğitim ortamlarında eğitim almalarıdır. Kaynaştırma, özel gereksinimli çocuğu normal sınıfa yerleştirmenin yanı sıra çeşitli düzenlemeleri, özel gereksinimli çocuğa gerekli özel eğitim desteğini, sınıf öğretmenine özel eğitimle ilgili desteği gerektiren bir uygulamadır. Kaynaştırmada özel gereksinimli çocukların, ailesi ve akranlarıyla en fazla birlikte olabileceği, en az kısıtlayıcı, ortama yerleştirilmesi amaçlanmıştır. En az kısıtlayıcı ortam, özel gereksinimli bireyin beklentilerinin destek eğitimle yerine getirilebileceği, özel gereksinim durumunun olmaması durumunda devam edeceği sınıf olarak tanımlanmıştır.

Özel gereksinimli çocukların bebeklik döneminden itibaren eğitim öğretimin her aşamasında en az kısıtlayıcı ortamda eğitim alma hakları bulunmaktadır. Yapılan bu tanım, çocuğun gereksinimlerinin karşılandığı eğitim ortamına vurgu yapmaktadır. Kaynaştırma olarak isimlendirilen bu uygulama, özel gereksinimli çocukların mümkün olduğunca az sınırlandırılmış bir ortamda eğitim almaları esasına dayanmaktadır. Bu çocukların eğitim açısından ilgi ve ihtiyaçlarının en iyi şekilde belirlenmesinin en az sınırlandırılmış ortamda gerçekleşebilmesi esastır.

En az kısıtlayıcı ortam özel gereksinimli çocuğun, kaynaştırma programına alınabilmesi için çocuğun ayrıntılı bir şekilde gelişimsel olarak değerlendirilerek düzeyinin belirlenmesini ve onun için en az kısıtlayıcı eğitim ortamının neresi olduğuna karar verilmesi gerektiğini içermektedir. Bu ortam, normal gelişim gösteren çocuklarla birlikte oyun parkını paylaşmaktan, tüm gün aynı ortamı, yapılacak etkinlikleri paylaşmaya kadar giden farklı kaynaştırma düzeylerini ifade etmektedir.

Özel eğitimin temel ilkeleri dikkate alındığında da kaynaştırma uygulamalarının gerekliliğinin vurgulandığı görülmektedir. Ayrıca bu çocukların gelişimlerinin desteklenmesinde "eğitimin" önemli bir süreç olduğu görülmektedir.

Aileler, özel gereksinimli çocuklarını kreş veya oyun grubu gibi kurumlarda kaynaştırma programına dahil etmeden önce, çocuklarının öncelikle kendi yakın çevrelerinde bulunan sosyal ortamlarda (akraba ve komşu ziyaretleri gibi) bulunmasını sağlamalıdır. Özel gereksinimli çocukların gelişiminde akran desteği son derece önemlidir. Çocuklar, akranlarından taklit yoluyla ve gözlemle edindikleri deneyimleri davranışa dönüştürmeyi eğitimci tarafından yapılan öğretime göre daha çok tercih ederler. Bu bağlamda, ailelerin çocuklarını hem kendisiyle aynı yaşta, hem kendisinden büyük çocuklarla bir araya getirmesi önemlidir. Özel gereksinimli çocukların gelişimleri genel olarak akranlarından daha geridir, bu nedenle akran etkileşiminde yaş olarak kendilerinden daha küçük çocuklarla bir araya getirilebilirler.

Özel gereksinimli çocukları aileleri, çocuklarını bebeklik döneminden itibaren, normal gelişim gösteren çocukla aynı öğrenme ortamlarda bulundurması gerekmektedir. Çocuklarını diğer insanlarla bir araya gelebileceği ortamlarda (pazar yeri, market, alışveriş merkezleri, sinema, tiyatro, sergi, şenlik, panayır gibi) götürmesi, iletişim ve etkileşimde bulunmasını sağlaması son derece önemlidir.



3.1. Kaynaştırmanın Önemi

Özel gereksinimli çocukların, topluma katılmaları ve kabul edilmeleri sağlıklı iletişim kurmalarına ve çevrelerine uyum sağlayabilmelerine bağlıdır. Sınırlı bir çevrede büyüyen özel gereksinimli çocukların bazı problemleri olabilmektedir. Dolayısıyla kaynaştırma programları, bu çocukların toplumsal yaşama uyumu açısından oldukça önemlidir.

Özel gereksinimli çocuğun toplumla iç içe olması ve kendisini toplumun bir parçası olarak görmesi amacıyla yapılan program olarak özetleyebileceğimiz kaynaştırma eğitimi; bu çocukların normal gelişim gösteren akranları ile yapıcı ilişkiler kurmasına yardımcı olan bir programdır. Bu programın hedeflerinden biri; özel gereksinimli olan ve normal gelişim gösteren her iki gruptaki çocukların yaşamla ilgili birtakım becerileri birbirleriyle kuracakları olumlu ilişkiler sonunda daha kolay geliştirebilmeleridir.

a) Özel Gereksinimli Çocuklar İçin Kaynaştırmanın Önemi;

Kaynaştırma programları ile özel gereksinimli çocuklar, akademik ve sosyal alanlarda gelişme fırsatı bulabilmekte, aynı zamanda tüm yaşamı boyunca sosyal hayata uyumu kolaylaştırıcı olumlu davranışlar kazanmaktadır. Kaynaştırma programları ile özel gereksinimli çocuklar, normal gelişim gösteren akranlarını; gözlemlene, model alma, işbirliği kurma, paylaşma ve karşılıklı iletişim kurabilme olanaklarından yararlanabilmektedirler.

Kaynaştırma;

- Özel gereksinimli çocuklar için ayrı özel sınıflar ve özel okulların getirdiği etiketlemeyi ortadan kaldırmayı,
- Özel gereksinimli çocukların sosyal statüsünü arttırmayı,
- Özel gereksinimli çocuklar için iyi bir öğrenme çevresi oluşturmayı,
- Özel gereksinimli çocuğa gerçek bir yaşam çevresi sağlamayı,
- Her çocuk için daha kabul edilebilir hizmet sunmayı,
- Daha fazla çocuğun eğitimden yararlanmasını sağlamayı,
- Çocukların eğitiminden kaynaklanan büyük harcamaları önlemeyi,
- Kaynaştırmanın olumlu sonuçlarını vurgulamayı amaçlar.

b) Normal Gelişim Gösteren Çocuklar İçin Kaynaştırmanın Önemi;

Kaynaştırmanın sadece özel gereksinimli çocuklar için değil normal gelişim gösteren çocuklar için de önemli katkıları bulunmaktadır. Kaynaştırma programı ile normal gelişim gösteren çocuk, özel gereksinimli akranı ile ilişki kurma fırsatını elde etmekte, sonraki yaşamında da kullanabileceği deneyimler kazanmaktadır.

Kaynaştırma, normal gelişim gösteren çocuğun toplumsal duyarlılığının artmasını sağlar ve kendisinden farklı olanlara karşı olumsuz tutumunun değişerek bireysel farklılıkların farkında olmasına yardımcı olur. Ayrıca çocuğun, özel gereksinimli arkadaşına model olması, onunla ilgili bir takım sorumlulukları yerine getirmesi, çocuğun özgüven kazanmasını sağlayacaktır. Bunun yanı sıra toplumda özel gereksinimli bireylerin olduğunu kabul etmelerini, onlara karşı önyargısız ve hoşgörölü olmayı öğrenmelerine yardımcı olacaktır.

3.2. Kaynaştırma Yoluyla Eğitimde Eğitimcinin Uygulama Ölçütleri

- Kaynaştırma programına alınacak çocukların erken yaşta tanılanmış olması ve ailesinin işbirliğine açık olması,
- Kaynaştırma programına alınacak çocukların gereksinimlerinin göz önünde bulundurularak uygulamanın gerçekleştirileceği ortamda fiziksel düzenlemelerin yapılması,
- Özel gereksinimli çocuğa kaynaştırma programı uygulanacak kurumda destek eğitim hizmetlerinden yararlanmasi için gerekli düzenlemelerin (bireyselleştirilmiş eğitim programı, psikolojik danışma ve rehberlik servisi vb.) yapılması,
- Kaynaştırma programı uygulanacak kurumlarda tüm kurum personeli ve ailelerin özel gereksinimli çocuğun gelişim özellikleri hakkında bilgilendirilmesi,
- Özel gereksinimli çocuğun gelişimsel özellikleri ve ihtiyaçları dikkate alınarak uygun kaynaştırma uygulamalarından (saatlik-yarı zamanlı- tam zamanlı vb.) yararlanmasi,
- Kaynaştırma programı kapsamında çocuğun gereksinimleri ve bireysel özellikleri dikkate alınarak bireyselleştirilmiş eğitim programlarının uygulanması,
- Kaynaştırma programına alınan özel gereksinimli çocuk için tıbbi ve eğitsel tanılama-izleme-değerlendirme ekibinin okul- aile ile danışma ve işbirliği içinde çalışması esastır.

3.3. Erken Çocukluk Döneminde Kaynaştırma

Erken çocukluk dönemi, çocuğun daha sonraki davranışlarını önemli ölçüde etkilemektedir. Çocuğun gereksinimlerini karşılaması ve topluma uyum sağlaması erken çocukluk döneminde verilecek iyi bir eğitim ile sağlanabilecektir. Çocuğun erken çocukluk eğitimi ile yaşama uyum sağlaması, günlük yaşam becerilerini kazanması, paylaşma-işbirliği-yardımlaşma gibi sosyal becerileri kazanması, ilköğretime hazırlanması sağlanabilmektedir.

Erken çocukluk dönemi, çocuğun gelişimi açısından kritik yıllar olarak bilinmektedir. Bu dönemde uygulanacak kaynaştırma programları ile özel gereksinimli çocuk; edindiği kazanımları akranları arasında deneyimleme fırsatı bulacak, kuracağı arkadaşlıklar ile diğer çocukları model alacaktır.

Araştırmalar, erken çocukluk dönemde kaynaştırmanın hem özel gereksinimli hem de normal gelişim gösteren çocukların tutumları, etkileşimleri ve öğrenmeleri konusunda olumlu yönde etkileri olduğunu göstermektedir. Ayrıca özel gereksinimli çocuğun gelişimsel açıdan becerilerinde artış sağlamaktadır.

Erken dönemde eğitime başlayan özel gereksinimli çocuk; akranları arasında, öğrendiği yeni davranışları uygulama fırsatı bulabilecek, uygun sosyal davranışları geliştirmek için öğretmen ve akranlarını model alarak, toplumda bağımsız yaşam için gerekli becerileri geliştirebilecektir. Özel gereksinimli çocuk, normal gelişim gösteren akranları ile birlikte çeşitli etkinliklerde bulunduğu için kendine olan güveni artacak ve olumlu benlik kavramı geliştirebilecektir.

Sonuç olarak; kaynaştırmanın başarısı, özel gereksinimli çocuğun erken dönemde gerekli özel eğitim ve normal eğitim hizmetlerinden yararlanmasına bağlıdır.

3.4. Erken Çocukluk Döneminde Kaynaştırmanın Amaçları

- Normal gelişim gösteren çocukların ve özel gereksinimli çocuğun, ortak etkinlikler içinde birbirlerinden en iyi şekilde yararlanmalarını sağlamak ve gelişimlerini desteklemek,
- Normal gelişim gösteren çocukların, özel gereksinimli akranlarını yakından tanıyarak onları kabul etmelerini kolaylaştırmak ve onların eğitimine katkıda bulunacak fırsatları yaratmak,
- Özel gereksinimli çocuklarda olumlu benlik gelişimine yardımcı olmak,
- Özel gereksinimli çocukların sosyal gelişimlerinin destekleyerek, toplumda bağımsız bireyler olmasına yardımcı olmak,
- Özel gereksinimli çocukların mesleki beceri edinmelerine destek olmak,
- Özel gereksinimli ve normal gelişim gösteren çocukların birarada eğitimlerinin zihinsel, dil, hareket, sosyal ve duygusal gelişim açısından bir bütünlük oluşturmalarını sağlamak,
- Özel gereksinimli çocuğa sahip ailenin yaşadığı duygusal ve toplumsal sorunları azaltmak,
- Özel gereksinimli çocukların gelecekteki yaşamlarında olabildiğince bağımsız davranabilmelerini sağlamak,
- Özürlü engele dönüşmesini engellemek,
- Özel gereksinimli çocuğun ilköğretim çağına geldiğinde normal eğitim ortamlarından yararlanmasını sağlamaktır.

3.5. Erken Çocukluk Döneminde Kaynaştırma ve Dikkat Edilmesi Gereken Konular

Özel eğitimde kaynaştırma hizmetlerinin sağlanması durumunda, bazı özelliklere dikkat edilmelidir.

Bunlar;

- eğitim programının bireyselleştirilmesi,
- ortamın fiziksel olarak uygun hale getirilmesi,
- günlük planların uygun olması,
- çocukların bireysel özelliklerinin dikkate alınması, şeklinde sıralanabilir.

4. KAYNAŖTIRMA UYGULAMALARI

Erken çocukluk eğitiminde, kurumda kaynaŖtırma ortamında bulunan özel gereksinimli çocuğun eğitim öğretiminde bazı stratejilere yer verilmelidir. Bunlar:

- Çocuğun dikkatini etkinliğe çekebilmek.
- Çocuğun hazır bulunuşluk düzeyi bilmek ve ona uygun yönergeler sunmak.
- Çocuğa gerçekten yapamayacağından emin olunan durumlarda yardımcı olmak.
- Çocuğa öğretilen bilginin kalıcılığını sağlamak ve zihinsel süreçler açısından bir sonraki aşamaya adaptasyonu sağlamak için sık tekrarlar yapmak.
- Becerilerin öğretiminde aşamalı öğretim programının izlenerek basitten karmaşığa doğru bir yol izlemek.
- Beceri öğretiminde her bir beceri basamağının uygulama sonrası değerlendirmesi yapmak.
- Gerekli yerlerde değişikliklere yer vermek.
- Çocuktaki davranış sorunları, grubun huzurunu bozacak nitelikte ise mutlaka özel eğitim destek ekip üyelerinden destek almak.
- Eğitim ortamı içinde çözülebilecek davranış sorunları için kararlı olmak ve sorunlarla başa çıkmak.
- Çocuğa beceri öğretiminde akran desteğini almak.
- Çocuğun başarıları karşısında ödüllendirmek.

KaynaŖtırma programına alınan çocuğun bulunduğu eğitim ortamı sorumlusunun, çocuklara, ortama ve programa uyum sağlaması için destek hizmetten yararlanılması gerekebilmektedir. Erken çocukluk döneminde gelişimsel destek gerekebilmektedir. Çünkü çocuklar küçüktür ve onları bir arada tutma, programa dikkatlerini çekme, programı uygulama, değerlendirme oldukça zordur. Özellikle erken çocukluk döneminde çocukların çoğu temel ihtiyaçlarının giderilebilmesinde yetişkin desteğine ihtiyaç duyarlar.

Erken çocukluk eğitiminde kaynaŖtırma programına katılan çocuğu ailesine yönelik aşağıda belirtilen durumların dikkate alınması önemlidir.

- Çocuğun mümkün olduğunca her türlü sosyal ortamda (sinema, tiyatro, sergi, akraba ve komşu ziyaretleri gibi) bulunmasını sağlamak.
- Çocuğun akranlarıyla bir araya gelebileceği park, doğum günü kutlaması gibi akran ortamlara bulunmasını sağlamak,
- Çocuğun öğrenmek adına gösterdiği her türlü çabayı desteklemek ve ödüllendirmek.

5. AİLE BİREYLERİNİN KATILIMIYLA YAPILABİLECEK ETKİNLİK ÖRNEKLERİ

Etkinlik 1

Katılımcılardan, özel gereksinimli çocuğa sahip anneler veya alan uzmanları tarafından yazılan gerçek yaşam öykülerini içeren kitapları okumalarını isteyin.

Örnek kitap listesi:

Fusun Akkök (1997). Bayan Perşembeler. İstanbul: Özgür Yayınları.

Fusun Akkök (1997). Farklı Özelliği Olan Çocuk Anne Babalarının Yaşadıkları. N. Karancı (Editör) Farklılıklarla Yaşamak: Aile ve Toplumun Farklı Gereksinimleri Olan Bireylerle Birlikteliği. Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları.

Elçin Tapan (1996). Ben Mutlu Bir Down Annesiyim. İstanbul: Yapı Kredi Yayınları.

Elçin Tapan (1999). Devam Eden Öykümüz. Ben Mutlu Bir Down Annesiyim 2. İstanbul: Yapı Kredi Yayınları.

Helen Keller (2002). Her şey Su İle Başladı. Çeviren, İpek van den Born.

Christy Brown (2006). Sol Ayağım. Çeviri: Kaan Mutlu. Nokta Yayınları. İstanbul.

Kitapları okuduktan sonra her kitapla ilgili anne baba olarak birbirinizle duygu ve düşüncelerinizi paylaşabilirsiniz.

Etkinlik 2

Katılımcılara, özel gereksinimli çocuklar tarafından yazılan onların duygu ve düşüncelerini ifade eden aşağıdaki şiirleri okuyun. Neler hissettiklerini ve düşüncelerini paylaşın.

BEN ENGELLİ DEĞİLİM ANNE

Sizin ayaklarınız var yorgun.
Benim koltuk değneklerim var,
Ayaklarınızla yarışacak kadar güçlü.
Sizin gözleriniz var gökyüzünü gören,
Benim yüreğim var,
Gökkuşağı renklerini bilen.
Sizin elleriniz var,
Resimler çizen, şiirler yazan.
Benim umutlarım var,
Bütün dünyayı kucaklayan.
Ben engelli değilim anne.
Sen de engelli annesi değilsin.
Bunu bil ve sakın üzülme.

Ülkü DUYSAK

HAYAT HERKESE GÜZEL

Gücünüz yerindeyse,
Sağlıklıysa başınız,
Bir sakat görürseniz,
Sevgiyle yaklaşınız.
İnan kimse istemez,
Eksik olsun bir yeri.
Sağlamsan yavrum şükret,
Değerlendir günleri.
Özürlü kardeşlerim,
Asla üzölmeyiniz.
Hayat herkese güzel,
Bizlerse sizinleyiz.

Mehmet ŞAHİN

ENGELLİLER

Engelliler de yapar
Okumayı yazmayı.
Bilir onlarda,
Gideceğı yeri bulmayı.
Engelliler de bilir,
Eğlenmeyi, coşmayı.
Sakın ha siz
Hor görmeyin onları

ENGELLİ OLMAK

Engelli vatandaşların sorunlarını dinliyorum,
Haklı olarak ihtiyaçlarından söz ediyorlardı,
Onlar fiziksel engelliler, göze gözüküyorlar,
Bir de zihinsel engelliler var ki gözökmüyorlar...
Hayat zaten çok kısa, hemen gelip geçiyor,
Onu yaşarken biraz olsun tad almak gerekiyor,
Kendi ihtiyaçlarını karşılamaları için eğitilmeli,
İnsan olarak yaşamaları için güven verilmeli...
İnsanın yarın başına neler geleceğı bilinmiyor,
Hayat garantimiz yoktur, yarına Allah Kerim,
Böyle gelmişiz böyle gitmemeli, anlayabilmeli
Engelli olmak nasıl bir imtihan, o da bilinmeli...

ENGELLİ BİR ÇOCUĞA

Gül çocuk,
Seni fark etmeyen yüreklere,
Seni küçümseyen bakışlara,
Sana el kaldıran ellere gül.
Gül çocuk,
Seni hayattan soğutan sözlere,
Sesini duymak istemeyen kulaklara,
Seni öpmeyen dudaklara gül.
Gül çocuk,
Seni anlamak istemeyen beyinlere,
Sevgini görmeyen yüreklere,
Seni yok sayan insanlara gül.

Etkinlik 3

Evinizin yakınında bulunan bir özel eğitim kurumuna ziyarette gidin ve oraya çocuklarını getiren ailelerle tanışıp iletişim kurmaya çalışın. Bu mümkün değilse tanıdığınız ve özel gereksinimli çocuğu olan bir anne baba ile bir araya gelin. Bu anne babalara duygu ve düşüncelerini sorabilir, kaygılarının ne olduğunu, beklentilerini ve gelecekle ilgili planlarını öğrenmeye çalışabilirsiniz.

Etkinlik 4

Özellikle özel gereksinimli çocukların ön planda olduğu dans-tiyatro gösterilerini izleyin. Resim sergilerini gezin. Verdikleri konserleri izleyin.

Özel gereksinimli sporcuların katıldığı yarışmalar veya organizasyonlarla ilgili gazete haberlerini okuyun. İşitme, zihinsel, görme ve bedensel engelli çok sayıda sporcumuz olduğu ve Paralimpik olimpiyatlar hakkında bilgi edinin, internetten ilgili videoları izleyin.

Böylece özel gereksinimli çocukların da başarılı olabileceği alanların olduğunu görebileceksiniz.



Etkinlik 5

Resimli çocuk kitapları, çocukların gerek kendi başlarına gerekse yetişkinlerle bir arada iken keyifli zaman geçirmelerini sağlayan, ayrıca öyküde kahramanlarla özdeşim kurmalarına fırsat vererek onların empati becerilerini geliştiren önemli araçlardır. Bu amaçla katılımcılardan çocuklarına özel gereksinimli çocuklarla ilgili yazılmış çocuk kitapları okumalarını isteyin.. Böylece çocukları özel gereksinimli diğer çocukların yaşantıları, duygu ve düşünceleri hakkında bilgi sahibi olabileceklerdir.

Resimli Çocuk Kitapları Listesi:

- **Bir Türlü Yerimde Duramıyorum**
 - **Yapabilirim**
 - **Down Sendromlu Bir Arkadaşım Var**
 - **Bende Disleksi Var**
 - **Duyamamak Böyle Bir Şey**
- (Belirtilen kitaplar TÜBİTAK yayınlarına aittir).

Etkinlik 6

Katılımcılara, özel gereksinimli bireylerle ilgili aşağıdaki soruları sorun.

- Özel gereksinimli çocuk, hayatını bizim çocuklarımız gibi sürdürebilir mi, buna ihtiyaç duyar mı?
- Özel gereksinimli çocuklar bizim çocuklarımız gibi eğitim başta olmak üzere eşit hak ve özgürlüklere sahip midir?

Etkinlik 7

Katılımcılara özel gereksinimli bireylere yönelik yapılan yerli ve yabancı sinema filmlerini izlemelerini önerin. Daha sonra birlikte konuşarak katılımcıların ne düşündüğünü, ne hissettiğini paylaşın.

Filmler: Konu ile ilgili çok sayıda sinema filmi bulunmaktadır, aşağıda birkaç tanesi örnek olarak verilmiştir.

Yabancı Filmler:

Rain Man (Yağmur Adam)
Sekizinci Gün
My Left Foot (Sol Ayakım)
Scent of Women (Kadın Kokusu)
Lorenzo's Oil (Lorenzo'nun Yağı)
Başka Tanrının Çocukları
A Beautiful Mind (Akıl Oyunları)
Nell
Shine
Kelebek ve Dalgıç
Soul Surfer (Sörfçü Kız)
Her Çocuk Özeldir /Yerdeki Yıldızlar (Taare Zameen Par)
I am Khan (Benim Adım Kan)
I am Sam (Benim Adım Sam)
Forrest Gump
Helen Keller'ın Hikayesi
Eşref Armağan (Belgesel)

Yerli Filmler:

Abimm
Başka Dilde Aşk
Janjan

KAYNAKÇA

- Birkan, B. (2009). Ünite: 4: Erken çocukluk eğitimi. G. Akşamete (Ed.), Genel Eğitim Okullarında Özel Gereksinimi Olan Öğrenciler ve Özel Eğitim, (s.141-168). Ankara: Kök Yayıncılık,
- Bütün Ayhan, A. ve Babacan, A. (2013). Bölüm: 22: Kaynaştırma. N. Aral, Ü. Deniz ve Kan, A. (Ed.), Okul Öncesi Öğretmenliği /Alan Bilgisi. (s.665-690). Ankara: Alan Bilgisi Yayınları.
- Şahin, S. (2011). Bölüm11: Okul öncesi eğitimde özel gereksinimli çocukların sınıfa katılımı. G. Uyanık Balat ve H. Bilgin (Ed.), Okul Öncesi Eğitimde Sınıf Yönetimi. (s.221-238). Ankara: Eğiten Kitap
- Batu, S. (2000). Kaynaştırma, destek hizmetler ve kaynaştırmaya hazırlık etkinlikleri. Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Özel Eğitim Dergisi, 2(4), 35-45.
- Blackman, J.A. (2002). Early Intervention: A global perspective. Infant and Young Children, 5(2), 11-19.
- Cole, D.A. & Meyer, L.H. (1991). Social integration and severe disabilities: A longitudinal analysis of child outcome. The Journal of Special Education, 25(3), 340-351.
- Cook, B.G. & Semmel, M.I. (1999). Peer acceptance of included students with disabilities as a function of severity of disability and classroom composition. The Journal of Special Education, March, 22.
- Diamond, K.E., Hestenes, L.L. & O Connor, C.E. (1994). Integrating young children with disabilities in preschool: Problems and promise. Young Children, January. 68-75.
- English, K., Goldstein, H., Shafer, K. & Kaczmarek, L. (1997). Promoting interactions among preschoolers with and without disabilities: effects of a buddy skills-training program. Exceptional Children, 63(2), 229-243.
- Galant, K. & Hanline, M.F. (1993). Parental Attitudes toward mainstreaming young children with disabilities. Childhood Education, 69(5), 293-297.
- Morrison, G.S. (1998). Early childhood education today. New Jersey: Prentice Hall.

Odom, S.L. (2000). Preschool inclusion: What we know and where we go from here. *Topics in Early Childhood Special Education*, 20, 20-27.

Rose, D.F. & Smith, B.J. (1993). Preschool mainstreaming: Attitude barriers and strategies for addressing them. *Young Children*, May, 59-62.

Salend, S.J. (1998). *Effective mainstreaming: Creating inclusive classrooms*. New Jersey: Merrill.

Sasso, G. & Rude, H.A. (1988). The social effects of integration on nonhandicapped children. *Education and Training in Mental Retardation*, March, 18-23.

Shickedanz, A.J. (1994). Early childhood education and school reform: Consideration of some philosophical barriers. *Journal of Education*, 176(1), 29-47.

Wolery, M. & Wilbers, J.S. (1995). *Including children with special needs in early childhood programs*. Washington: NAEYC.

NOTLAR

NOTLAR

Lined area for notes.

AİLE DESTEK EĞİTİM
REHBERİ (EBADER)
GELİŞİM KARTLARI

AİLE DESTEK PROGRAMI GELİŞİM KARTLARI

Çocuğun gelişiminin en hızlı olduğu dönem bebeklik dönemidir. Bu dönemde anne başta olmak üzere bebeğin bakımından sorumlu olan kişilerin bebekle olan olumlu iletişimi ve etkileşimi onların gelişimlerinin desteklenmesinde büyük önem taşımaktadır. Çocukların bebeklik döneminden itibaren gelişimsel yönden en iyi şekilde desteklenmesi, sağlıklı ve mutlu nesillerin yetişmesinde de temel olacaktır.

Gelişim bir bütündür, dolayısıyla gelişim alanlarını birbirinden ayırmak mümkün değildir. Bebeğin gelişimini onun hareket, bilişsel, dil ve sosyal duygusal alanlarını ayırt etmeksizin her yönüyle desteklemek son derece önemlidir. Bu bağlamda bazı durumlara dikkat edilmesi gerekmektedir. Bebeğin gelişimini desteklerken, her gelişim alanı ile ilgili ayrı ayrı hangi durumlara dikkat edilmesi gerektiği aşağıda belirtilmiştir.

HAREKET GELİŞİMİ ALANINI DESTEKLEMEDE DİKKAT EDİLMESİ GEREKEN NOKTALAR

Değerli anne babalar, çocuğun kendi bedenini fark etmesi, neler yapabileceğini öğrenmesi ve çevreyi keşfetmesi için hareket gelişiminin desteklenmesi oldukça önemlidir. Hareket gelişiminin desteklenmesinde dikkat etmeniz gereken bazı noktalar aşağıda açıklanmıştır.

- Çocuklar, farklı genetik yapı ve çevresel koşullara sahiptir. Bu nedenle, çocuğunuzun hareket gelişimini diğer çocuklarla kıyaslamaktan kaçının.
- Yapabileceğine inandığınız becerilerde çocuğunuza deneme fırsatı verin.
- Çocuğunuza, becerilerini geliştirmesi için verdiğiniz destek, özgüveninin gelişmesi için de oldukça önemlidir.
- Becerileri geliştikçe, çocuğunuza verdiğiniz desteği yavaş yavaş azaltın.
- Çocuğunuzun bir hareketi yapabilmesi büyüme ve olgunlaşması ile yakından ilişkilidir. Bu nedenle, zamanından önce, bir hareketi yapması için çocuğunuzu zorlamayın.

- Çocuğunuzun, güvenli bir şekilde hareket edebilmesi için çevreyi uygun hale getirin. Örneğin; evde, prizleri kapatın.
- Çocuk emekleme ve yürümeye başladıktan sonra evi dolaşmak isteyecektir. Evde çocuğun rahatça gezebileceği bir düzenleme yapın. Ancak düzenlemede her şeyi ortadan kaldırmanın bir çözüm olmadığını unutmayın. Çünkü çocuğun algı gelişimi için çevresinde, keşfedeceği ve bilgi edinebileceği nesnelerin bulunması gerekmektedir.
- Çocuk, dünyayı duyuları aracılığı ile keşfeder. Örneğin; hiç dokunmadığı bir nesneye dokunarak, tadını bilmediği nesnenin tadına bakarak, elindeki nesneyi koklayarak, o ana kadar hiç işitmediği sesi duyarak çevreyi tanımaya çalışır. Bu nedenle, çocuğunuzun tüm duyularını kullanmasına yardımcı olun. Örneğin; eline verdiğiniz farklı dokudaki nesneler, yumuşak sert, pürüzlü gibi, dokular hakkında ön bilgi kazanmasını sağlayacaktır.
- Çocuğunuz, ev dışı dünya ile yaşamının erken dönemlerinde tanıştırın. Örneğin; çocuğun toprağa elleri, ayakları ile dokunması, çim üzerinde yürümesi, yerdeki güvercinin uçuşmasını görmesi, topun arkasından koşan çocukları görmesi, yoldan geçen itfaiye aracına başını çevirip bakması, çevresindeki nesneler ve hareketler konusunda bilgi edinmesini sağlayacaktır.
- Bedenini ve çevresini tanımak üzere keşifte olan çocuğunuzun engellemeyin ve onun yaptıklarını yaramazlık olarak nitelendirmeyin. Ancak olası tehlikeler için çocuğunuzun yalnız bırakmayın.
- Çocuğunuzun giysilerinin, rahat hareket etmeye fırsat veren, üşümeyi, terlemeyi önleyici özellikte olmasına ve ayakkabılarının rahat, ayak numarasına uygun olmasına özen gösterin.
- Çocuğunuza ismi ile hitap edin.

NOTLAR

Lined area for notes.

HAREKET GELİŞİMİ İLE
İLGİLİ ETKİNLİKLER



Hareket Gelişimi

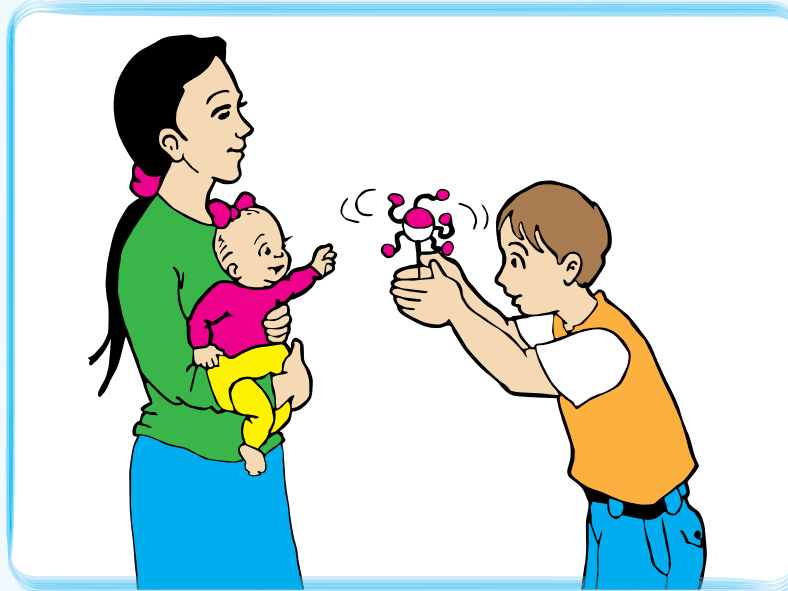
3. AY

Değerli anne babalar,

Bu oyun, bebeğinizi kucağınıza aldığınızda başını dik tutması amacıyla hazırlanmıştır. Oyun için bebeğin dikkatini çekecek parlak renkli, sesli oyuncığa ve bir yetiştikine ihtiyaç vardır. Bebeğinizi, karşıyı görecektir şekilde kucağınıza alın. Sizin ve bebeğinizin karşısına geçen yetiştik, çeşitli sesler çıkararak, elindeki nesneleri bebeğin görebileceği ortalama 30-40 cm mesafeden sallayarak dikkatini çekmeye çalışsın. Bebeğiniz anne göğsüne yaslanmış olduğu başını kaldırıp dik tutmaya başladığında onu okşayarak "Benim güzel bebeğim" diyerek nazikçe öpün. Bu aylarda bebeğin vücut kontrolünü tam olarak kazanmadığını dikkate alarak bebeğinizin belini elinizle kavramayı unutmayın.

Aşağıdaki soruları cevaplayın:

1. Bebeğiniz, oyuncuğun sesini duyduğunda ne yaptı?
2. Başını kaldıracı mı? Başını dik tutabildi mi?





Hareket Gelişimi

5. AY

Değerli anne babalar,

Bu oyun, bebeğinizin elindeki nesneyle oynamasını sağlamak amacıyla hazırlanmıştır. Bu oyun için renkli pelüş oyuncaklar ve çingırağa ihtiyaç vardır. Eğer evde oyuncak yoksa, kendiniz de örgü, bez gibi değişik malzemeler kullanarak; bebek, ya da küçük kutuları kullanarak; araba yapabilirsiniz. Bu oyuncaklara, her hafta bir tane ekleyin. Bebeğinizi yastıkla destekleyerek oturur pozisyona getirin. Bebeğinize gülümseyin, onunla konuşarak sevdiği ve ilgisini çeken oyuncakları tek tek gösterin. Oyuncakların özellikleri hakkında bebeğinizle konuşun. Örneğin; "Bak bebeğin ağız, bu da bebeğin burnu..." gibi. Daha sonra oyuncakları bebeğinize uzatın ve alması için onu cesaretlendirin. Sesli oyuncaklar varsa elini sallayarak sesi keşfetmesine yardımcı olun.

Aşağıdaki soruları cevaplayın:

1. Bebeğiniz, oyuncakları görünce ne yaptı?
2. Oyuncağı tutabildi mi?
3. Eline aldığı oyuncacağı inceleyip oynamak istedi mi?





Hareket Gelişimi

9. AY

Değerli anne babalar,

Bu oyun, bebeğinizin işaret parmağını kullanarak dürtme-deşme hareketini yapabilmesi amacıyla hazırlanmıştır. Bu oyun için tepsili mama sandalyesi, havlu, gıda boyası ve oyun hamuruna ihtiyaç vardır. Bebeğinizi mama sandalyesine oturtun ya da bebeğiniz kucağınızda olacak şekilde masaya oturun. Oyun hamurunu tepsi içinde masaya ya da mama sandalyesinin üzerine koyun. Bebeğinizin hamuru incelemesine izin verin. Gerektiğinde, parmağınızla hamura bastırma gibi dürtme,deşme hareketleri ile model olun. Bebeğinizin de yapması için onu cesaretlendirin. Oyun hamurunu evde kendiniz de yapabilirsiniz. Yaptığınız oyun hamurunun kurumaması için naylon poşete koyarak buzdolabında saklayabilirsiniz.

Oyun hamurunun hazırlanması;

Bir subardağı un ve bir çorba kaşığı toz boya bir kaptan iyice karıştırılır. Karışımın üstüne bir su bardağı formika tutkalı, bir tatlı kaşığı tuz ve bir tatlı kaşığı zeytinyağı eklenerek hamur iyice yoğrulur. Hamur sert ise biraz daha tutkal, yumuşak ise biraz daha un ekleyebilirsiniz.

Aşağıdaki soruları cevaplayın:

1. Bebeğiniz, oyun hamurunu görünce ne yaptı?
2. Parmaklarıyla oyun hamurunu keşfetmek, incelemek istedi mi?
3. Parmağını hamura iz çıkaracak şekilde batırabildi mi?





Hareket Gelişimi 13-15. Ay

Değerli anne babalar,

Bu oyun, yürürken itilip çekilen bir oyuncakçı çekebilmesi amacıyla hazırlanmıştır. Çocuğunuzla birlikte onun ilgi duyduğu oyuncakları halının üstüne koyup oynamaya başlayın. Oyun sırasında oyuncakları tek tek, kasası olan bir kamyon veya oyuncak alışveriş arabası gibi büyük bir oyuncakçı arkasına doldurmasını sağlayın. Kasa dolduktan sonra çocuğunuzun kamyonu ön ya da arka tarafından iterek veya alışveriş arabasını sapından tutup hareket ettirmesini isteyin. Eğer kamyonun ön tarafında ip bağlanacak bir düzenek varsa ip bağlayın. Çocuğunuzun ipi tutup çekerek kamyonu hareket ettirmesini sağlayabilirsiniz. Kamyonun arkasını veya alışveriş sepetini çocuğunuzun itmekte veya çekmekte zorlanacağı kadar fazla doldurmadığına emin olun. Hareket ettirirken çevredeki eşyalara çarpmamaya çalışması için çocuğunuzun yönlendirin. Kamyonu veya alışveriş arabasını boşalttıktan sonra yeniden doldurup, yürürken iterek veya çekerek hareket ettirmesini sağlayın.

Aşağıdaki soruları cevaplayın:

1. Çocuğunuz oyuncakları kamyonun arkasına veya alışveriş sepetine tek tek koyabildi mi?
2. Çocuğunuz, yürüyerek, kamyon veya alış-veriş arabası doluyken çevredeki eşyalara çarpmadan itmekte zorluk çekti mi?
3. Kamyonu ipi kullanarak çekebildi mi?





Hareket Gelişimi

17. Ay

Değerli anne babalar,

Bu oyun, çocuğunuzun karalama yapmasını sağlamak amacıyla hazırlanmıştır. Oyun için A3 kâğıdına, pastel boya/ kalın tahta kalem/ine ihtiyaç vardır. Pastel boyaları ve kâğıdı masaya/ sehpaye yerleştirin. Çocuğunuz sandalyeye oturması için yönlendirin ve "Gel birlikte resim yapalım" diyerek uygulamaya davet edin. Çocukla birlikte, siz de masaya oturun ve kâğıdı birlikte karalayın. "Ayyyayyyy ne güzel resim yaptık" diyerek mutluluğınızı belirtin. Daha sonra çocuğunuzun yapmış olduğu çalışmayı görebileceği bir yere asın. Kâğıt, kalem yoksa tebeşir ile betona, ağaç dalı parçası ile ıslak toprağa karalamalar yaptırabilirsiniz.

Aşağıdaki soruları cevaplayın:

1. Çocuğunuz kâğıt/ beton/ toprak üzerinde pastel ya da keçeli kalem/ tebeşir/ ağaç dalı parçası ile yaptığı çizimde, darbelerini güçlü bir şekilde kullanarak iz bırakabiliyor mu?
2. Yapmış olduğu çalışmanın nerede olduğunu sorduğunuzda, çalışma yaptığınız alanı gösterebiliyor mu?





Hareket Gelişimi

21. Ay

Değerli anne babalar,

Bu oyun, çocuğunuzun iki eliyle makas kullanmasını sağlamak amacıyla hazırlanmıştır. Bu oyun öncesinde, parmaklarının güçlenmesi için çocuğunuz ile birlikte gazete yırtma oyunu oynayın. Bu oyun için ucu küt çocuk makası, not kağıdı/ gazete sayfasına ihtiyaç vardır. Makası iki elinizle tutun. Açma kapama hareketleri yapın ve çocuğunuzun dikkatini çekmeye çalışın. Çocuğunuzun eline makası verin çocuğun arkasına geçin gerektiğinde çocuğunuzun ellerinden tutup onun da iki elini kullanarak makasla açma-kapama hareketi yapması için onu cesaretlendirin. Sonra çocuğunuzun önüne kağıtlar koyun ve "Haydi şimdi seninle bu kağıtları bu makasla keselim" deyin. Siz çocuğunuzun karşısına geçin ve kağıdı yatay tutun. Çocuğunuzun da iki elinde tuttuğu makası kağıtla temas ettirmesine ve kesmeye çabalamasına yardımcı olun. Amaç, çocuğun kağıt kesmesi değil makası iki eliyle kullanabilmesidir.

Aşağıdaki soruları cevaplayın:

1. Çocuğunuz, makası açıp kapama hareketini yapabildi mi?
2. Makası iki eliyle kullanabildi mi?





Hareket Gelişimi

25. Ay

Değerli anne babalar,

Bu oyun, çocuğunuzun her basamağa iki ayağını birden koyarak merdiveni yardımsız inmesini sağlamak amacıyla hazırlanmıştır. Bu oyun için renkli yün, orlon ipler (2 metre uzunluğunda, farklı renkte 6 adet), pet şişe (6 adet), makas, koli bandı ve merdivenlere ihtiyaç vardır. Çocuğunuzla merdivenlerin basamaklarında durun. Altı farklı renkte rafyayı/yünü (ip/ kurdele) makaraya sarın. Makaraların ortasından ince bir çubuk geçirin. Çubukların uçlarına 5x5x5 cm ebadında straforları ekleyip koli bandı ile yere sabitleyin. Üç makarayı arkadan çocuğunuzun beline bağlayın. Kalan üç ipi de kendi belinize bağlayın. Çocuğunuzla yan yana durarak ya da elini tutarak iki basamak inin ve onun gelen ipi görmesini sağlayın. Benzer şekilde merdivenleri birlikte inin. İnmiş olduğunuz merdiven basamaklarının sonunda arkanızı dönüp basamak boyunca ilerlemiş olan altı farklı renkteki ipi izleyin ve "Gökkuşağı gibi rengârenk oldu" deyin. Oyun süresince çocuğu yalnız bırakmayın.

Aşağıdaki soruları cevaplayın:

1. Çocuğunuz merdivenleri inerken güvenli iniyor muydu?
2. Merdivenleri geri dönüp baktığında çocuğunuzun tepkisi ne oldu?





Hareket Gelişimi

28. Ay

Değerli anne babalar,

Bu oyun, çocuğunuzun dört, beş küpten kule yapmasını sağlamak amacıyla yapılmıştır. Oyun için 4-5 tane küp/boş ilaç kutusu/takı (ziynet) kutusuna ihtiyaç vardır. Çocuğün ilgisini çekmek için imkânınız varsa kutuları, renkli kâğıtlar ile kaplayın. Çocuğunuzun önüne kutuları (küpleri) koyun ve inceleyip keşfetmesine izin verin. Önce kutuları üst üste koyarak kuleler yapın ve ona model olun. Daha sonra yaptığınız kuleyi "Bumm" diyerek yıkın. Çocuğunuza "Şimdi sıra sen de" diyerek onun da kutuları tek tek üst üste koyması ve kulesini yapmasında onu cesaretlendirin.

Aşağıdaki soruları cevaplayın:

1. Çocuğunuz, siz kutuları (küpleri) dizerken, sizi dikkatli bir şekilde izledi mi?
2. Kule yapabildi mi?
3. "Bu kuleyi kim yaptı?" diye sorduğunuzda (kendini gösterebiliyor mu ya da "Ben yaptım" diyebiliyor mu?) cevaplayabiliyor mu?
4. Kendisi de kule yapmak için istekli gözüküyor mu?





Hareket Gelişimi

30. Ay

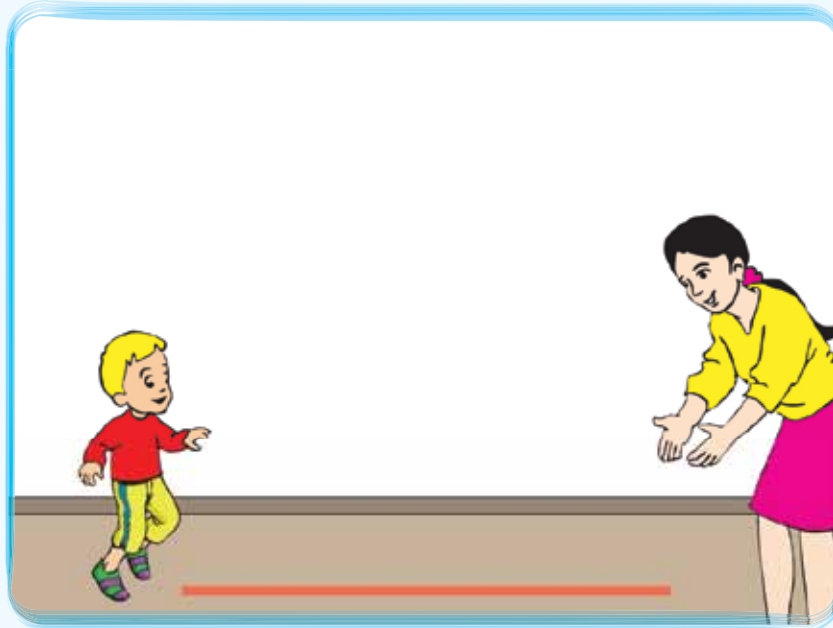
Değerli anne babalar,

Bu oyun, çocuğunuzun çizgi üzerinde yürümesini sağlamak amacıyla hazırlanmıştır.

Bu oyun için 10 cm genişlik ve 200 cm uzunluğunda yün ip, kurdele ile yerde bir yol oluşturun. Selobant ile ip/kurdeleyi yere sabitleyin. Ya da sabun ile yolu, halı üzerine çizin. Halı desenlerini de yol olarak düşünüp uygulamayı yapabilirsiniz. Çocuğunuza "Haydi seninle köprüden geçme oyunu oynayalım, dikkat edelim, suya düşmeyelim" deyin. Çocuğunuza model olarak çizgi üzerinde yürümesi için onu cesaretlendirin. Çocuğunuzla yolda yürürken sokakta çizgilerin üstünden yürüme oyununu oynayabilirsiniz.

Aşağıdaki soruları cevaplayın:

1. Çocuğunuz çizdiğiniz çizgi üzerinde yürürken dikkatini yola veriyor muydu?
2. Başlangıçtan bitiş noktasına kadar bağımsız olarak yürüyebildi mi?





Hareket Gelişimi

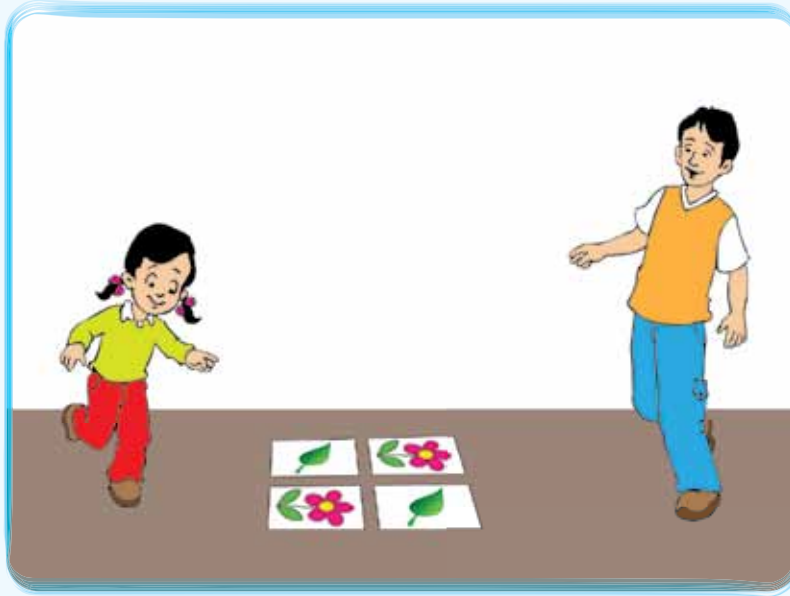
35. Ay

Değerli anne babalar,

Bu oyun, çocuğunuzun ortalama 4-5 sn. kadar tek ayak üzerinde durmasını sağlamak amacıyla hazırlanmıştır. Bu oyun için gazete kağıdı/elişi kağıtlarından kesilmiş çiçek, yaprak figürleri kullanılacaktır. Kare bir alan çizin. Çiçek ve yaprak resimlerini, kare şeklindeki alana koyun. Çocuğunuza "Haydi şimdi seninle bir oyun oynayacağız çiçeklere gelince tek ayakla, yapraklara gelince çift ayakla basacağız" deyin. Çocuğunuz her tek ayakla bastığında "Çok güzel, ayağını indirme devam et" deyin. Gerektiğinde ona model olun. Bu oyunu dışarda kaldırım taşları üzerinde veya betona tebeşirle çizerek de uygulayabilirsiniz. "Leylek gelmiş tek ayak durmuş, karga gelmiş çift ayak durmuş" gibi tekerlemelerle de eğlenceli hale getirebilirsiniz.

Aşağıdaki soruları cevaplayın:

1. Çocuğunuz, yerdeki resimleri görünce nasıl tepki verdi?
2. dört beş saniye kadar tek ayak üzerinde durabildi mi?



BİLİŞSEL GELİŞİM ALANINI DESTEKLEMEDE DİKKAT EDİLMESİ GEREKEN NOKTALAR

Değerli anne babalar,

Çocuğunuzun bilişsel gelişimini en iyi şekilde destekleyebilmeniz için dikkat edeceğiniz bazı noktalar aşağıda sunulmuştur:

- Çocuğun çevresini tüm duylara yönelik uyarıcılarla zenginleştirin. Görsel ve işitsel uyarıcılar kadar dokunsal, tat almaya ve koklamaya yönelik uyarıcılarla da etkileşime girmesini sağlayın.
- Çocuğun gelişimine uygun, güvenli ve ulaşılabilir nitelikteki her türlü malzemeyi oyun materyali olarak kullanabilirsiniz.
- Çocuğun karşılaştığı problemleri onun yerine çözümlemeyin. Çocuğa denemesi ve çözüm yolları bulması için zaman tanıyın.
- Çocuğunuzun, yetişkinlerden farklı olarak kendine has düşünce tarzının olduğunu ve bunun gelişimsel bir özellik olduğunu unutmayın.
- Gerekli güvenlik önlemlerini aldıktan sonra çocuğunuzun çevreyi keşfetmesine olanak tanıyın.
- Erken yıllarda, ayrılık kaygısının en yoğun olduğu dönem 9. aydır. Çocuğunuzdan uzaklaştığınızda sizi bırakmak istememesi, ağlaması normal bir gelişim özelliğidir. Ayrılıklarda yaşanan bu durumu anlayışla karşılayın.
- Çocuğunuzla konuşurken göz kontağı kurmaya ve ses tonunuzun yumuşak olmasına dikkat edin.
- Çocuğunuz, özellikle ilk yıllarda, her şeyi ağzına götürerek dünyayı tanımaya çalışacaktır. Bu nedenle, zarar verebilecek nesnelerin çocuğun yakınında olmamasına dikkat edin.
- Gelişimde bireysel farklılıkların olabileceğini her zaman aklınızda tutarak çocuğunuzu hiçbir çocukla kıyaslamayın.
- İşitsel ve görsel uyarıcılarla çalışırken çocuğunuzun tepki verip vermediğine dikkat edin ve tepki vermediğinde bir uzmana başvurun.

NOTLAR

NOTLAR

Lined area for notes.

**BİLİŞSEL GELİŞİM ALANI
İLE İLGİLİ ETKİNLİKLER**



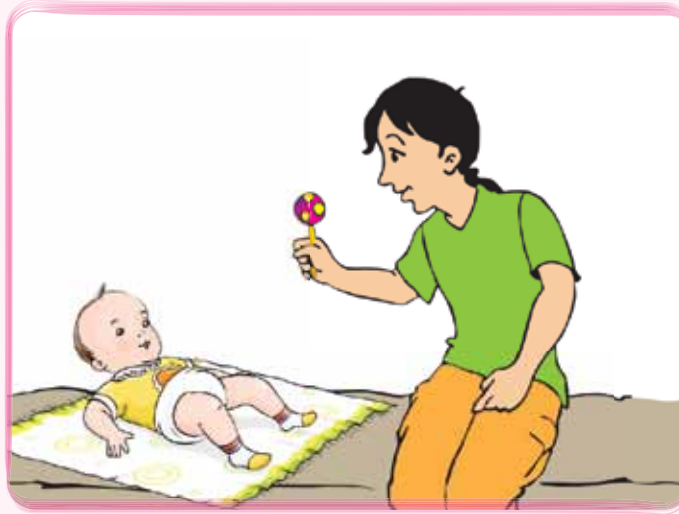
Bilişsel Gelişim 1-2. AY

Değerli anne babalar,

Bu oyun, çocuğunuzun, parlak tondaki ya da zıt renkli nesneye bakması, sese tepki vermesi ve görme alanı içindeki hareketleri izlemesi amacıyla hazırlanmıştır. Bu oyun için, parlak kırmızı ya da turuncu renkli ponpon veya renkli çingırağa ihtiyacınız olacaktır. Çingırağınız yoksa 0,5 ml' lik plastik su şişesinin içine nohut, fasulye, pirinç gibi gıdaları koyarak ses çıkartabileceğiniz bir oyuncak yapabilirsiniz. Şişenin ağzını mutlaka yapıştırın. Bebeğinizi ihtiyaçlarının giderildiği keyifli olduğu bir zamanda sırt üstü yatırın. Parlak renkli oyuncacı bebeğinizin göz hizasına getirin ve nesneyi sallayın, bebeğinizin adını söyleyerek ses çıkaran nesneye bakmasını sağlayın. Bebeğinizin nesneyi gördüğünden emin olduktan sonra nesneyi yavaşça görüş alanından çekin ve bebeğinizin nesneyi takip etmesini sağlayın. Aynı etkinliği çingırak ya da ses çıkaran bir oyuncak kullanarak tekrar edin. Çingırağı önce göz hizasında sallayın, daha sonra görüş alanından çekerek, bebeğinizin sesin geldiği yöne başını çevirmesini sağlayın.

Aşağıdaki soruları cevaplayın:

1. Bebeğiniz, parlak/zıt renkli nesneye baktı mı?
2. Sesi duyunca ne yaptı?
3. Görme alanı içindeki hareketleri izledi mi?
4. Nesne görme alanından çekildiğinde ne yaptı?





Bilişsel Gelişim

7. AY

Değerli anne babalar,

Bu oyun, görme alanı içinde saklanan nesneyi araması amacıyla hazırlanmıştır. Oyun için çocuğun dikkatini çeken herhangi bir nesneye (sevdiği bir oyuncak, şişe, meyve suyu kutusu, örtü, ponpon, çingirak gibi) ihtiyacınız olacaktır. Bebeğinizi karşınıza alarak destekli bir şekilde oturtun, elinize bir nesne alarak onun dikkatini çekin ve beraber oynayın. Bebeğinizin dikkatini çektiğinizden emin olduktan sonra nesneyi bebeğin önündeki örtünün altına saklayın. "Hani oyuncak nerede?" gibi cümleler kurarak bebeğe uyarın verin. Bebeğin örtüyü kaldırarak nesneyi bulmasını bekleyin. Bebek nesnenin nerede olduğunu bulamazsa nesnenin bir kısmını açıkta bırakarak bulmasına yardımcı olun, bu oyunu farklı nesnelerle oynayın.

Aşağıdaki soruları cevaplayın:

1. Bebeğiniz, nesne ile dikkatini çekmeye çalıştığınızda ne yaptı?
2. Nesneyi örtünün altına sakladığınızda neler yaptı?
3. Nesneyi örtünün altında sakladığınızda nerelerde aradı?
4. Nesneyi örtünün altında aradı mı?





Bilişsel Gelişim 11. AY

Değerli anne babalar,

Bu oyun, bebeğin, kutuların içindeki nesneleri bulma, nesneyi amacına uygun ya da gösterildiği biçimde kullanma, nesnelere çeşitli yolları deneyerek ulaşması amacıyla hazırlanmıştır. Bu oyun için kapağı kolay açılabilen bir kutu seçin. Kutunun içine bebeğinizin sevdiği bir oyuncakı yerleştirin. Kutuyu sallayarak içindeki nesnenin ses çıkarmasını sağlayın ve bebeğinizin dikkatini kutuya çekin. Bebeğinizin kutunun kapağını açarak içindeki oyuncakı almasını bekleyin. Bebeğiniz yapamadığı takdirde oyuncakın yerini gösterin ya da oyuncakı kutudan çıkararak model olun. Ardından içinde oyuncak olan kutuyu bebeğinizin gözü önünde kolayca ulaşamayacağı bir yere yerleştirin. Bebeğinize "Kutumuz burada, hadi onu buradan al" deyin. Bebeğinizin kutuya ulaşması için örtü, sandalye gibi malzemeler kullanmasını bekleyin. Gerekirse elinize bir çubuk alarak ya da kutunun üzerinde bulunduğu örtüyü çekerek kutuya nasıl ulaşabileceğini gösterin.

Aşağıdaki soruları cevaplayın:

1. Bebeğiniz, oyuncakı kutuya yerleştirdiğinizde ne yaptı?
2. Kutuyu sallayıp ses çıkardığınızda ne yaptı?
3. Kutunun kapağını açarak oyuncakı aldı mı?
4. Kutuyu kolayca ulaşamayacağı yere bıraktığınızda kutuya ulaşmak için herhangi bir araç kullandı mı?





Bilişsel Gelişim 13-15. AY

Değerli anne babalar,

Bu oyun, çocuğunuzun çeşitli nesneleri oyun aracı olarak kullanması amacıyla hazırlanmıştır. Bu oyun için, mutfak eşyaları, plastik derin kap, tahta kaşıklar gibi malzemelere ihtiyacınız olacaktır. Mutfakta kullandığınız plastik kap ve tahta kaşıkları çocuğunuzun bulunduğu odaya getirin. Çocuğunuzun önce baş parmağı ve işaret parmağını kullanarak kısaç hareketi ile bir miktar makarnayı plastik kabın içine koymasını sağlayın. Sonra da tahta kaşıklarla karıştırın ve çocuğunuzun da kaşıkları kullanarak makarnayı karıştırmasını sağlayın. "Hadi şimdi yemek yapalım, makarnayı karıştıralım." gibi sözlerle çocuğunuzu oyun oynamaya yönlendirin. Makarnayı karıştırdıktan sonra yine kısaç hareketi ile makarnaları kaptan boşaltmasını sağlayın. Bu etkinliği yaparken çocuğunuzun makarna gibi küçük nesneleri ağızına almamasına dikkat edin.

Aşağıdaki soruları cevaplayın:

1. Çocuğunuz, mutfak eşyalarını gördüğünde ne yaptı?
2. Mutfak eşyalarını oyun aracı olarak kullandı mı?
3. Birlikte makarnayı karıştırdığınızda ne yaptı?





Bilişsel Gelişim 16-18. AY

Değerli anne babalar,

Bu oyun, çocuğunuzun basit problem durumlarına çözüm üretmesi amacıyla hazırlanmıştır. Oyun için masa, oyuncak bebek, araba, resimli çocuk kitabı, masa örtüsü gibi nesnelere ihtiyacınız vardır. Çocuğunuzla karşılıklı olarak oturun. Dikkatini çekin ve sevdiği bir oyuncak ile beraber onunla oyun oynayın. Oyun sırasında, oyuncakı çocuğunuzun uzanıp alamayacağı yükseklikteki bir masanın üzerine koyun. Oyuncakı masanın üzerinden alabilmesi için (masanın örtüsünü çekerek alması, bir çubuk kullanarak alması, sandalyenin üzerine çıkıp alması gibi) çocuğunuzun cesaretlendirin. Çocuğunuzun davranışlarını gözlemleyin. Oyuncakı alamazsa ona farklı yöntemler denemesi için rehberlik edin.

Aşağıdaki soruları cevaplayın:

1. Bebek, nesne ile dikkatini çekmeye çalıştığınızda ne yaptı?
2. Nesneyi masanın üstüne koyduğunuzda ne yaptı?
3. Nesneyi masanın üstünden almak için neler yaptı?
4. Nesneyi masanın üstünden aldı mı?





Bilişsel Gelişim 22-24. AY

Değerli anne babalar,

Bu oyun, çocuğunuzun yer bildiren yönergelere uygun tepkide bulunması, art arda söylediğiniz üç cümleyi/yönergeyi anlaması ve yerine getirmesi amacıyla hazırlanmıştır. Bu oyun için çorap, eldiven, sepet, oyuncak bebek gibi nesnelere ihtiyacınız olacaktır. İç içe konulmuş çoraplar, yün yumaklar gibi eşyaları yere koyun. "Bu eşyaları yerine koymamda bana yardımcı olur musun?" diyerek çocuğunuzun dikkatini eşyalara çekin. Daha sonra "Çorabı al sepete koy, yumağı al kutuya koy ve hepsini rafa koy" deyin. Yapmasını istediklerinizi art arda söyleyin. Eğer çocuğunuz zorlanırsa, başka cümlelerle oyunu tekrarlayın. Bu oyunu birkaç kez tekrar ettikten sonra, çocuğunuza bir eşyayı seçerek onu kutunun farklı yerlerine (altına, üstüne, yanına, arkasına gibi) koymasını için yönergeler verin.

Aşağıdaki soruları cevaplayın:

1. Çocuğunuz, nesneleri ortaya koyduğunuzda ne yaptı?
2. Bu eşyaları yerine koymamda bana yardımcı olur musun? dediğinizde ne yaptı?
3. Yönergelerinizi verdiğinizde ne yaptı?





Bilişsel Gelişim 22-24. AY

Değerli anne babalar,

Bu oyun, çocuğunuzun bazı eşyaları oyun aracı olarak kullanması amacıyla hazırlanmıştır. Bu oyun için evde bulunan tencere, sopa, süpürge, saç fırçası gibi eşyalara ihtiyacınız olacaktır. Oyun ortamına çocuğunuzun bildiği çeşitli eşyaları ve oyuncakları getirin. Çocuğunuzun yanına oturun. "Ben sana misafir geldim, bana çay yapar mısın? ya da "Haydi atlarımızı getir atçılık oynayalım" diyerek çocuğunuzun materyalleri farklı amaçlarla kullanması için teşvik edin. Örneğin, sopayı ya da süpürgeyi at olarak kullanması, tencere kapağını direksiyon gibi kullanması ve saç fırçasını mikrofon olarak kullanması gibi. Çocuğunuz, eşyaları farklı amaçlarla kullanması ve çeşitli rolleri denemesi için yönlendirin. Bu oyuncakları ortaya koyduğunuzda ona bu oyuncaklar ile ne yapılabileceğini sorun.

Aşağıdaki soruları cevaplayın:

1. Çocuğunuz sopayı ya da süpürgeyi at olarak kullandı mı?
2. Eşyalarla farklı roller denedi mi?





Bilişsel Gelişim 25-30. AY

Değerli anne babalar,

Bu oyun, çocuğunuzun, tek basamaklı sayıları art arda söylemesi ve nesneleri tek özelliğine göre gruplayabilmesi, amacıyla hazırlanmıştır. Bu oyun için, renkli boncuklar, pet şişe kapakları, pullar, kutu/sepete ihtiyacınız olacaktır. Çocuğunuzun, renklerine göre bir araya getireceği boncukları, pet şişe ve pulları yere dökün ve çocuğunuzla karşılıklı oturun. Daha sonra oyuncakların renkleriyle ilgili konuşun, sorular sorun. Çocuğunuza "Kırmızı/mavi/sarı olanları yan yana getir" gibi cümleler söyleyerek eşyaları gruplandırmasını sağlayın. Bu gruplama sırasında eşyaları tek tek saydın ve sonrasında yanınıza üç kutu/sepel alıp onların içine oyuncakları renklerine göre gruplayarak tek tek sayıp doldurmasını isteyin.

Aşağıdaki soruları cevaplayın:

1. Çocuğunuz, nesneleri ortaya koyduğunuzda ne yaptı?
2. Nesneleri saymasını istediğiniz de ne yaptı?
3. Nesneleri özelliklerine göre gruplamasını söylediğinizde ne yaptı?





Bilişsel Gelişim 31-36. AY

Değerli anne babalar,

Bu oyun, çocuğun, "Tek" ve Çift kavramını anlaması ve kullanması amacı ile hazırlanmıştır. Bu oyun için, eldiven, çorap, ayakkabı, terlik gibi eşyalara ihtiyacınız olacaktır. Bunun için çocuğunuz ile beraber karşılıklı oturun ardından daha önce yanınıza aldığınız renkli çoraplardan tekini elinize alın ve diğer tekini bulup çocuğunuza gösterin. Benzer şekilde çocuğunuzun da bir çorabın ya da eldivenin diğer tekini bulmasını isteyin. "Ben bu çorabın tekini bulamadım bulmamda bana yardımcı olur musun?" gibi yönergelerle çocuğunuzu yönlendirin. Etkinliğe tüm çoraplar ve eldivenler bir araya getirilene kadar devam edin. Bu oyunu çamaşır toplama gibi durumlarda da oynayın. Çocuğunuza eşini bul kartları hazırlayıp eğlenceli bir oyun haline getirin.

Aşağıdaki soruları cevaplayın:

1. Çocuğunuz, çorabın ya da eldivenin diğer tekini istediğiniz de ne yaptı?
2. Çorabın ya da eldivenin diğer tekini verdi mi?



DİL GELİŞİMİNİ DESTEKLEMEDE DİKKAT EDİLMESİ GEREKEN NOKTALAR

Değerli anne babalar,

Çocuğunuzun dil gelişimini en iyi şekilde destekleyebilmeniz için dikkat edeceğiniz bazı noktalar aşağıda sıralanmıştır.

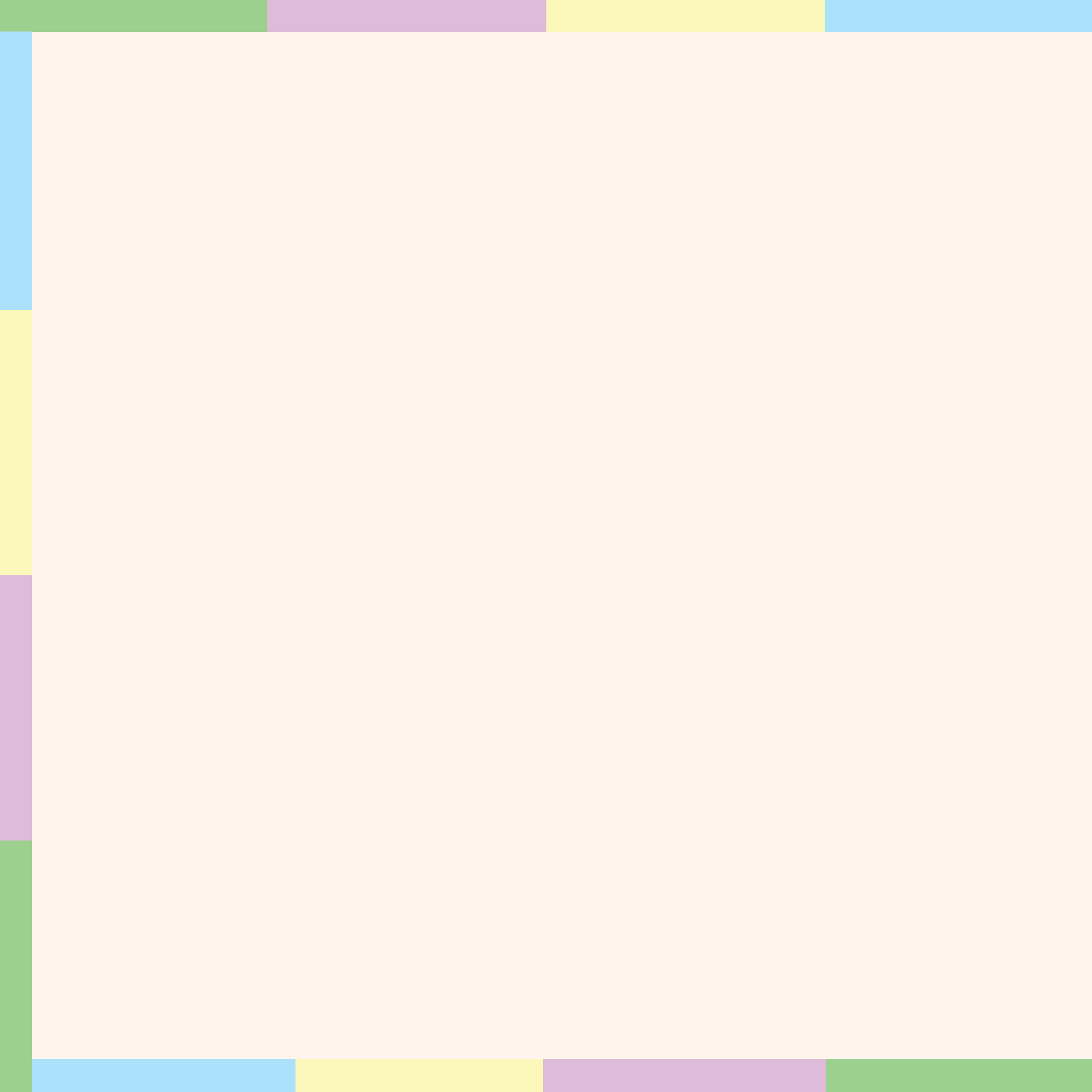
- Çocuğunuz ile olan tüm iletişimlerinizde aynı seviyede olmaya dikkat edin.
- Yüksek ses ile yapılan konuşmalar, çocuğunuzun ürkmesine neden olacağından konuşurken sevecen bir ses tonu kullanın.
- Etkinlik sırasında çocuğunuza müzik dinletirken onun kulağına zarar verecek şekilde yüksek seste olmamasına özen gösterin.
- Çocuğunuz ile konuşurken, karşılıklı durarak, ağız hareketlerinizi görüp, kolaylıkla sizi takip edebileceği şekilde konuşmanızın onun dil gelişimini destekleyeceğini unutmayın.
- Çocuğunuzun soru sorması için yönlendirin. Merak duygusunu engellemek için sorduğu sorulara elinizden geldiğince cevap verin. Verdiği cevapları soruya çevirin.
- Gün içerisinde, size uygun bir zaman dilimini belirleyerek, ortalama yirmi dakika çocuğunuza mutlaka kitap okuyun. Çocuğunuza kitap okurken, öncelikle, renkli, resimli kitabın kapağını göstererek öykünün adını söyleyin. Sonra, kitabın sayfalarını çocuğun göreceği şekilde sırayla açarak okuyun. Kitap bittikten sonra çocuğunuza kitabın resimleri hakkında sorular sorabilir, resimlerini anlatmasını isteyebilirsiniz. Bir seferde en fazla üç kitap okuyun.
- Çocuklar, sevdikleri şeyleri tekrar tekrar duymaktan hoşlanırlar. Bu nedenle, çocuğunuz, bir kitabı üst üste birkaç kez okumanızı isterse okuyun.
- Çocuğunuza kitap okurken ses taklitleri yapın.
- Çocuğunuzun dil gelişimini desteklemek için her fırsatta onunla etrafınızdaki nesneler, varlıklar, resimler, olaylar ve durumlar, hakkında konuşun. Özellikle, çocuğunuzun dikkati bir yere yönelmişse (bu bir varlık ya da olay olabilir), bu fırsatı değerlendirerek onunla mutlaka konuşun.
- Çocuğunuzla her fırsatta tekerleme ve parmak oyunu, konuşmayı anlama oyunları oynayın.

- Çocuğunuzun çeşitli müzikler, şarkı, ninni dinlemesini sağlayın.
- Tüm bu etkinlikleriniz sırasında, çocuk merkezli olun. Zengin uyarıcı sosyal ortam sağlayarak, çocuklarla iletişimde somut ve açıklayıcı ifadeler kullanın. Konuşmalarınızla model olun, hatalara odaklanmayın. Çocukla konuşmayı genişletin. İletişiminizde, açık uçlu sorular sorma, yeniden düzenleme, yönlendirme ve iletişimi teşvik etme yöntemleri kullanarak, çocuğu olumlu yönde motive edin.

NOTLAR

Lined area for notes with horizontal orange lines.

DİL GELİŞİMİ İLE İLGİLİ
ETKİNLİKLER



Dil Gelişimi 2. AY

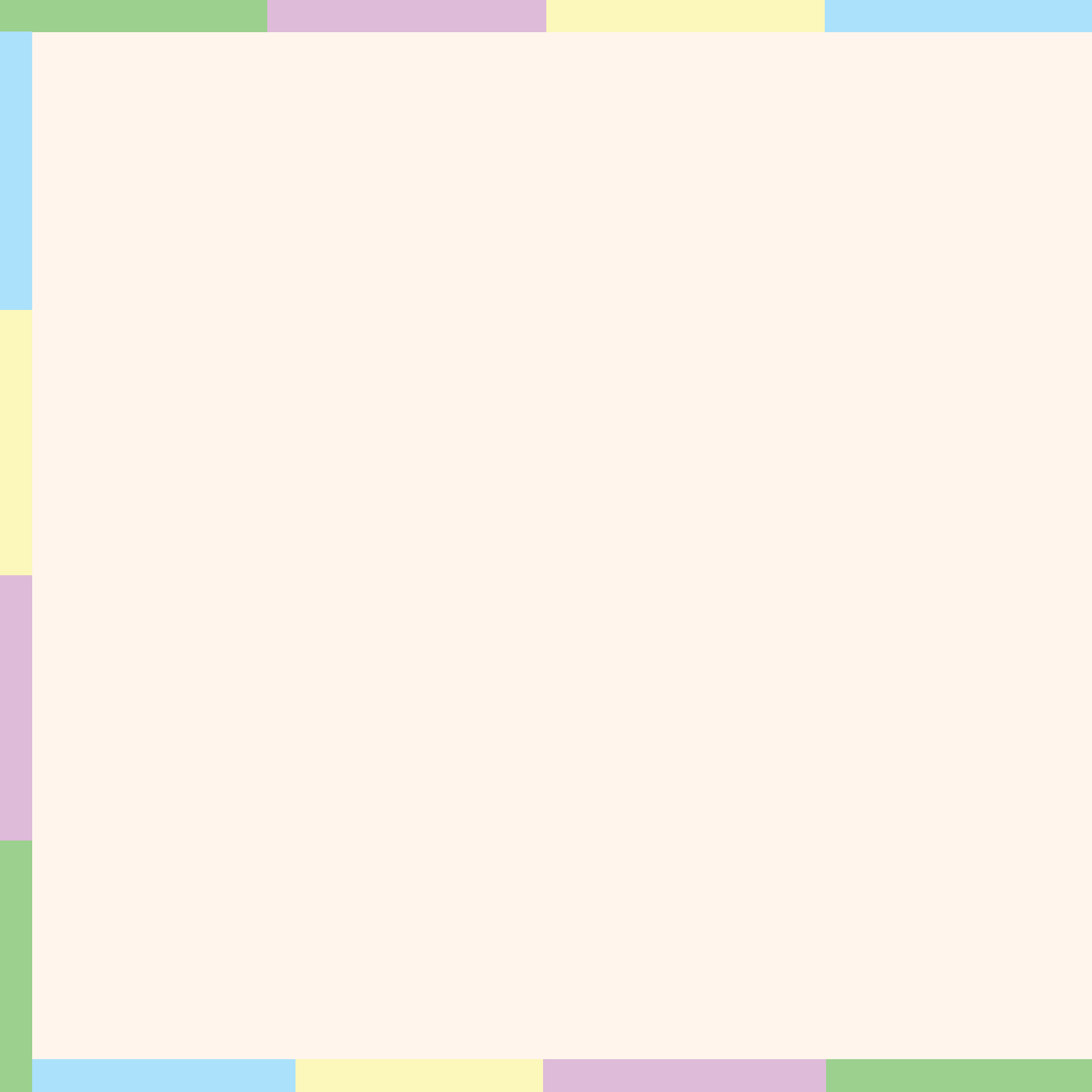
Değerli anne babalar,

Bu oyun, çocuğunuzun şarkıya tepki verme davranışının gelişimini sağlamak amacıyla hazırlanmıştır. Bu oyun için bir müzik çalara ve müzik cd sine ihtiyacınız var. Bebeğinizin yatağının yanına müzik çaları getirin. Müzik cd sini açarak bebeğinize dinletin ve bu sırada bebeğinizi izleyin. Müziği dinlerken hangi tonların bebeği güldürdüğü, durgunlaştırdığı ya da uyuttuğunu gözlemleyin. Etkinliği farklı müzik ve müzikal sesleri (örneğin; su ve kuş sesi) ya da bildiğiniz bir ninni veya şarkıyı farklı ses tonlarını kullanarak da yapabilirsiniz. Örneğin, "Fış Fış Kayıkçı, Sar Makarayı, Şuraya bir Kuş Konmuş" gibi şarkıları önce alçak sesle ve sakın bir ses tonuyla, sonra daha hızlı ve neşeli bir ses tonuyla söyleyebilirsiniz.

Aşağıdaki soruları cevaplayın:

1. Bebeğiniz müziği/söylediğiniz şarkıyı duyduğunda ne yaptı?
2. Müziğin hızlandığı ve yavaşladığı bölümlerde ne yaptı?





Dil Gelişimi 3. AY

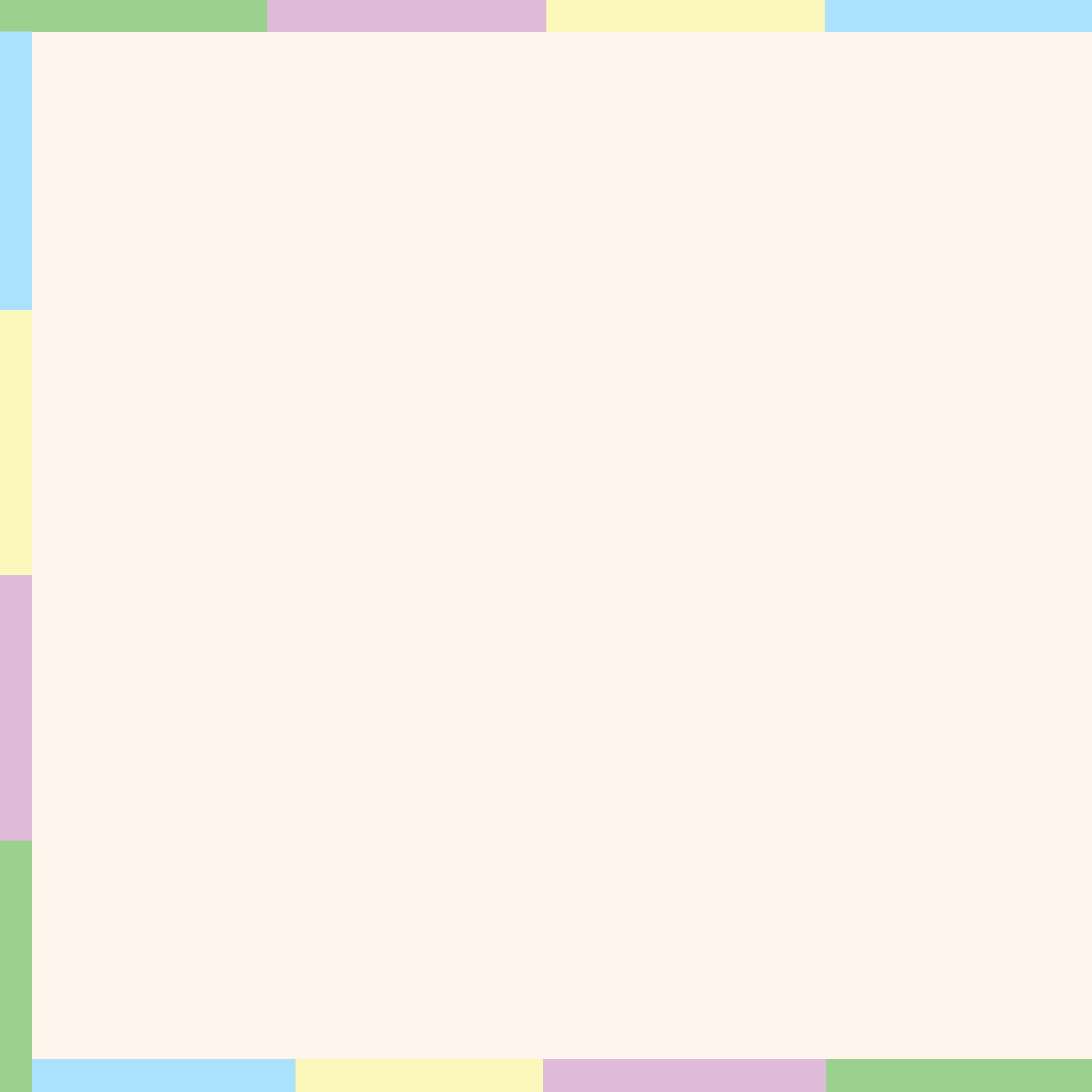
Değerli anne babalar,

Bu oyun, çocuğunuzun sesin kaynağına yönelerek konuşan kişiye tepki vermesini sağlamak amacıyla hazırlanmıştır. Oyun için ses çıkaran bir oyuncaca veya ses çıkarabileceğiniz herhangi bir nesneye ve çocuğunuzun sese verdiği tepkileri not edebilmek için de bir not defterine ihtiyacınız var. Oyuna başlamadan önce, bebeğinizi battaniyenin üzerine yatırın. Bebeğin görüş alanından uzakta durarak bebeğinizle konuşmaya başlayın. Siz konuşurken bebeğinizin tepkilerini (ah, eh, uh gibi sesler çıkarma, başını sesin geldiği yöne çevirme gibi) kontrol edin. Bir sonraki aşamada, ses çıkaran oyuncacı alıp bebeğin görüş alanı dışında ses çıkartın ve bebeğin sesi duyduğunda verdiği tepkiyi gözlemleyin. Oyuncacı farklı yönlerde hareket ettirerek ses çıkartın. Eğer bebek sesi duyuyorsa başını o yöne çevirecektir.

Aşağıdaki soruları cevaplayın:

1. Bebeğiniz siz konuşurken sesinizin geldiği yöne yöneldi mi?
2. Ses çıkaran nesne ile çıkardığınız sesleri duyduğunda ne yaptı?
3. Ses çıkaran nesneyi farklı yönlerde hareket ettirerek ses çıkardığınızda sesin geldiği yöne yöneldi mi?





Dil Gelişimi 6. AY

Değerli anne babalar,

Bu oyun, çocuğunuzun "b, p, m" gibi dudak seslerini kullanarak "ba-ba, ma-ma" gibi tek heceli anlamsız sesler çıkartmasını, değişik sesleri taklit etmesini ve isteklerini belirtmek için sesleri kullanmasını sağlamak amacıyla hazırlanmıştır. Bebeğinizi ana kucağına koyun ve karşısına geçin. Sizin ağız hareketlerinizi takip edebileceği kadar yavaş bir şekilde aşağıdaki tekerlemeyi söyleyin. Bitirdikten sonra, sessizce ona bakın ve bir süre ses çıkarmadan bekleyin. Sonra yine tekrar edin ve onun "ba-ba, ma-ma vb" sesler çıkarıp çıkarmadığına dikkat edin. Bu oyunu, çocuğunuza mama yedirme, altını değiştirme gibi zamanlarda tekrar edin.

TEKERLEME

Ba-ba, ba-ba bana

Ma-ma,ma-ma sana

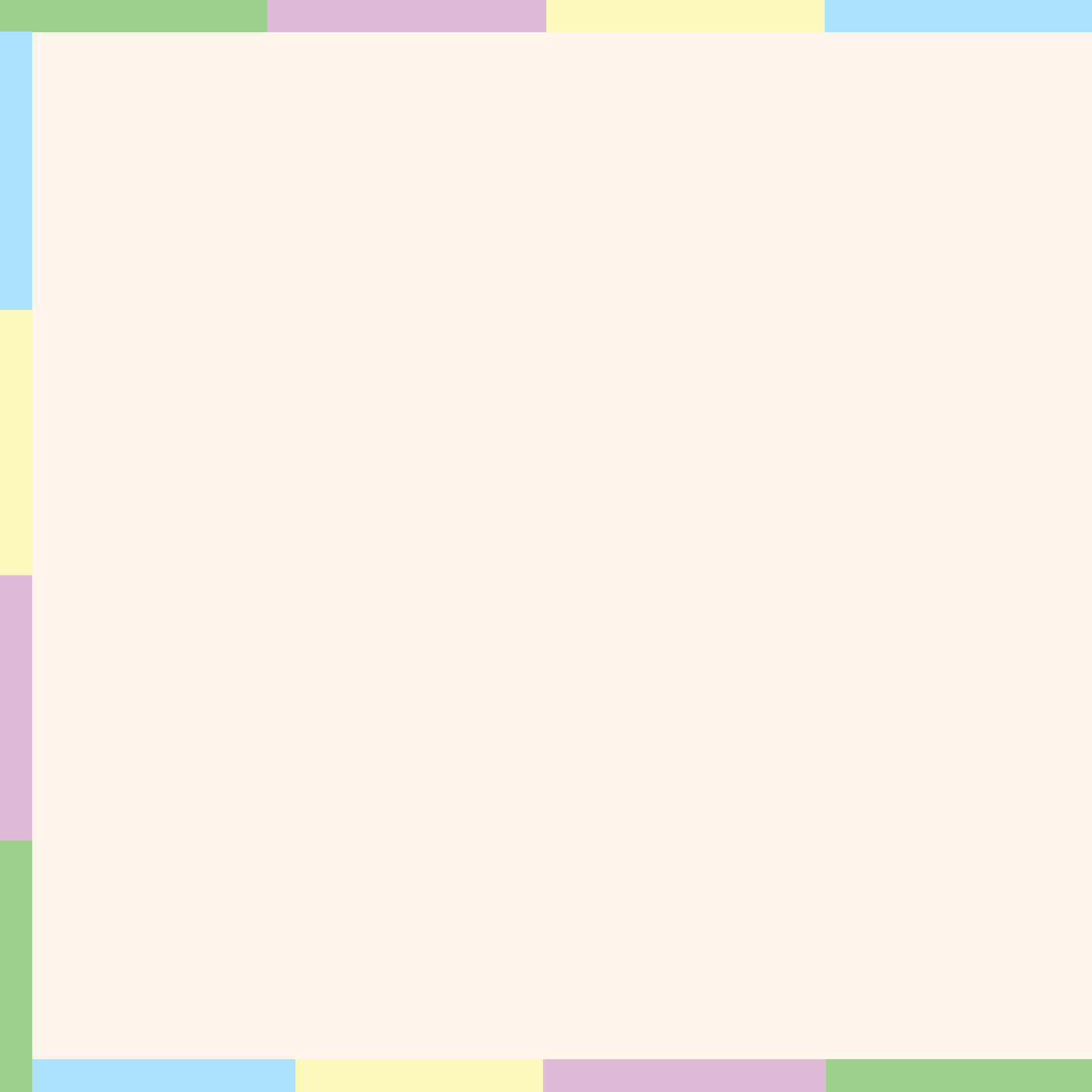
De-de,de-de gelsene

E e e elimi öpsene (çocuğunuzun elini öpün)

Aşağıdaki soruları cevaplayın:

1. Bebeğiniz siz konuşurken sizin ağız hareketlerinizi takip etti mi ?
2. Siz tekerlemeyi söyledikten sonra "ba ba, ma ma, de de" seslerini tekrarladı mı?





Dil Gelişimi 7. AY

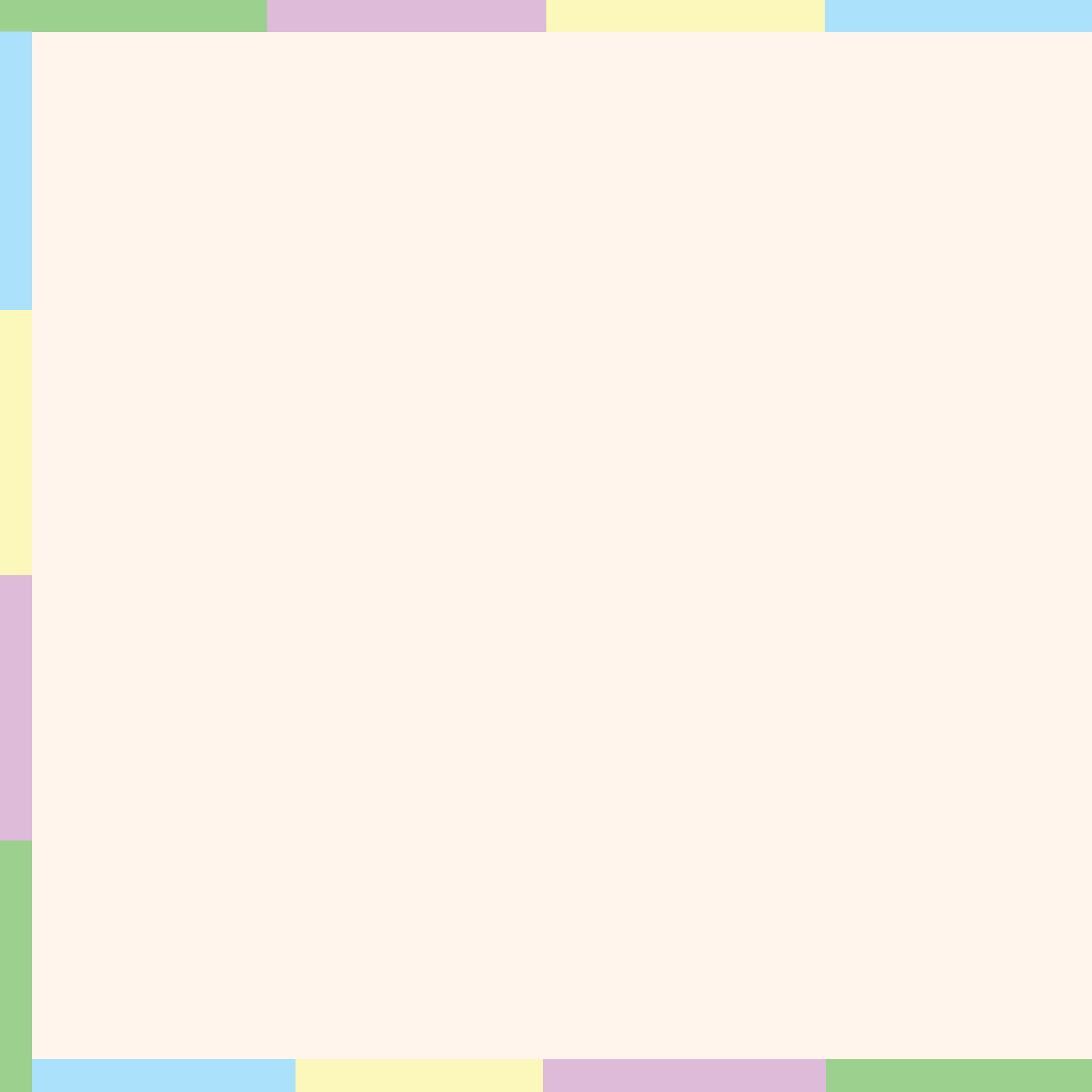
Değerli anne babalar,

Bu oyun, çocuğunuzun hızlı/yavaş, ya da yüksek/alçak ses tonlamalarına tepki vermesini sağlamak amacıyla hazırlanmıştır. Bu oyun için boş küçük bir pet şişeye ya da meşrubat kutusunun içine pirinç, mısır, mercimek, makarna gibi malzemeler koyup ağzını sıkıca kapatın. Malzemelerin şişenin içinden dökülmemesi için kapağı kapatmadan önce iç kısmına yapıştırıcı sürün ve kendinize ses çıkaran bir oyuncak hazırlayın. Bu yöntemle kendinize birden fazla, farklı ses çıkaran oyuncak hazırlayabilirsiniz. Bebeğinizin karşısına geçin. Oyuncakçı çocuğunuza göstererek ilgisini çekin. Oyuncakçı hızlı/yavaş şekilde sallayarak ses çıkartın ve çocuğunuzun sese verdiği tepkileri gözlemleyin. Oyuncakçı çocuğunuza vererek onun da değişik sesler oluşturmaya fırsat verin.

Aşağıdaki soruları cevaplayın:

1. Bebeğiniz, oyuncakçı hızlı bir şekilde salladığınızda çıkan sese nasıl tepki verdi?
2. Oyuncakçı yavaş bir şekilde salladığınızda nasıl tepki verdi?
3. Ona oyuncakçı verdiğinizde, ne yaptı?





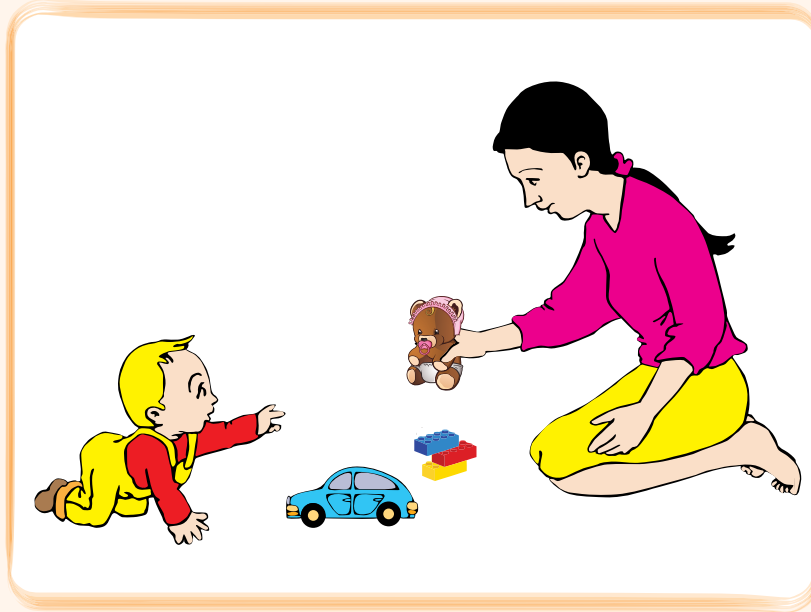
Dil Gelişimi 10. AY

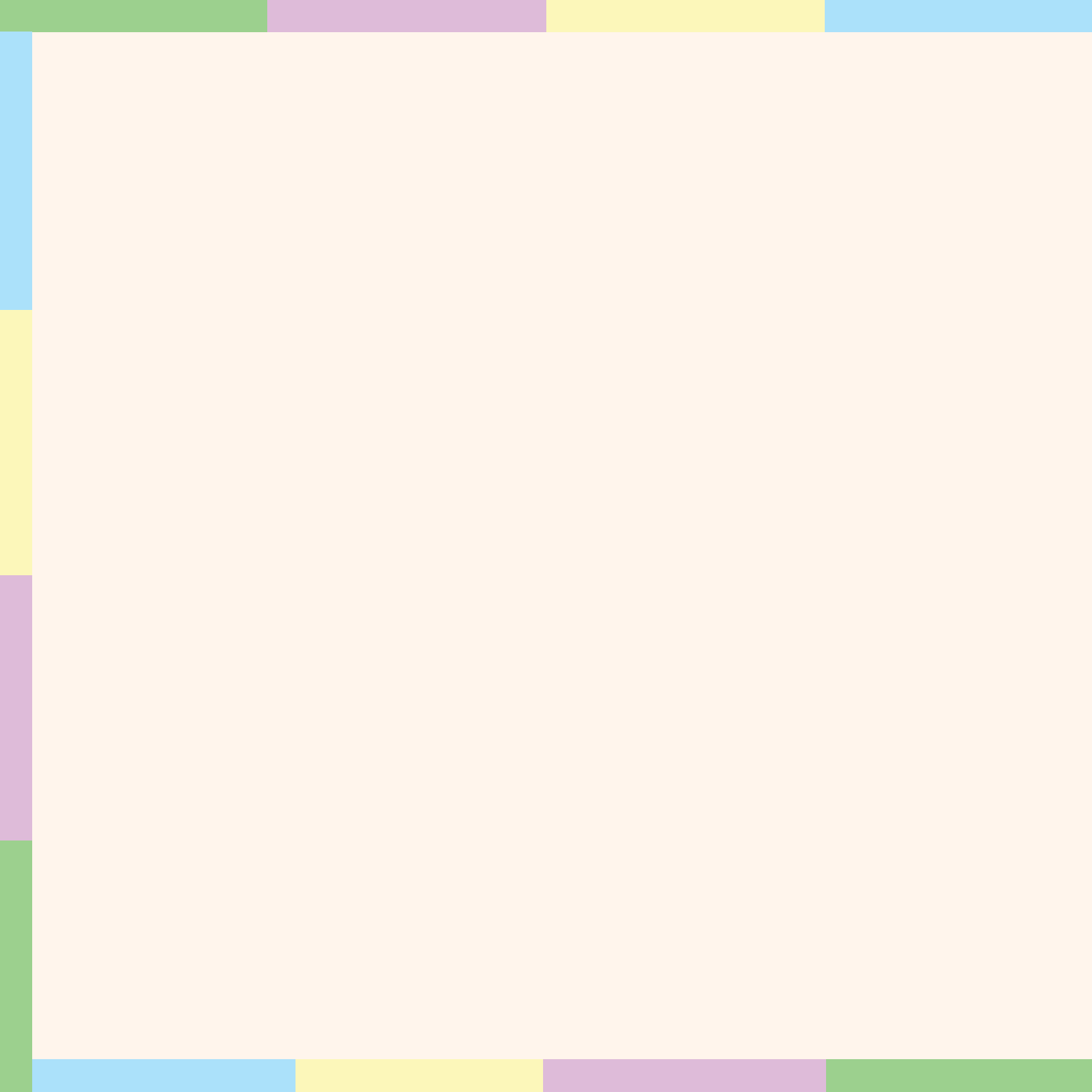
Değerli anne babalar,

Bu oyun, çocuğunuzun isteklerini ağlamadan, sesini, jest ve mimiklerini kullanarak ifade edebilmesi için hazırlanmıştır. Bu oyun için çocuğunuzun kullandığı eşyalara, örneğin, biberonu, sevdiği bir oyuncak, kaşığı, tabağı gibi nesnelere, ihtiyacınız olacak. Bebeğinizi oturtup, karşısında uzanamayacağı bir yere seçtiğiniz bu nesnelerden bazılarını koyun. Bebeğinize "Hangisini istersin?" diye sorun. Bebeğinizin bu soruya ses, jest ve mimiklerini kullanarak cevap vermesini bekleyin. Daha sonra istediği nesneyi ona göstererek "Bunu mu istiyorsun?" diye tekrar sorun ve aynı şekilde isteğini belirtmesini bekleyin. Eğer bebeğiniz seçtiğiniz nesnelere ilgi göstermiyorsa, farklı nesneler kullanarak oyunu tekrarlayın.

Aşağıdaki soruları cevaplayın:

1. Bebeğiniz, nesneleri gösterip "Hangisini istiyorsun?" diye sorduğunuzda ne yaptı?
2. İsteddiği nesneyi gösterip "Bunu mu istiyorsun?" diye sorduğunuzda ne yaptı?





Dil Gelişimi 13-15. AY

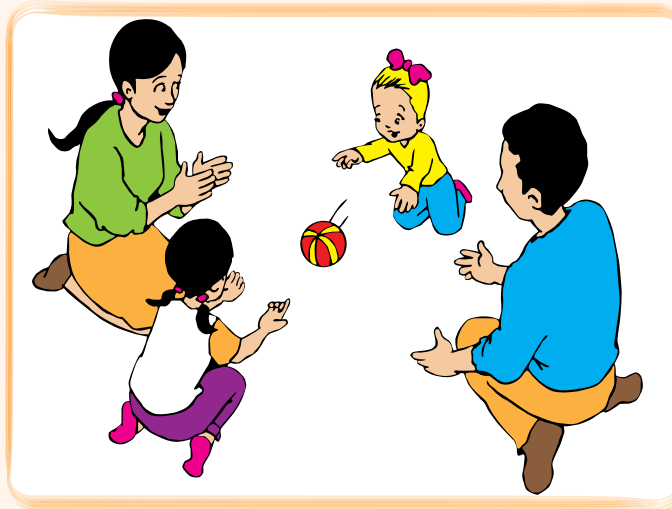
Değerli anne babalar,

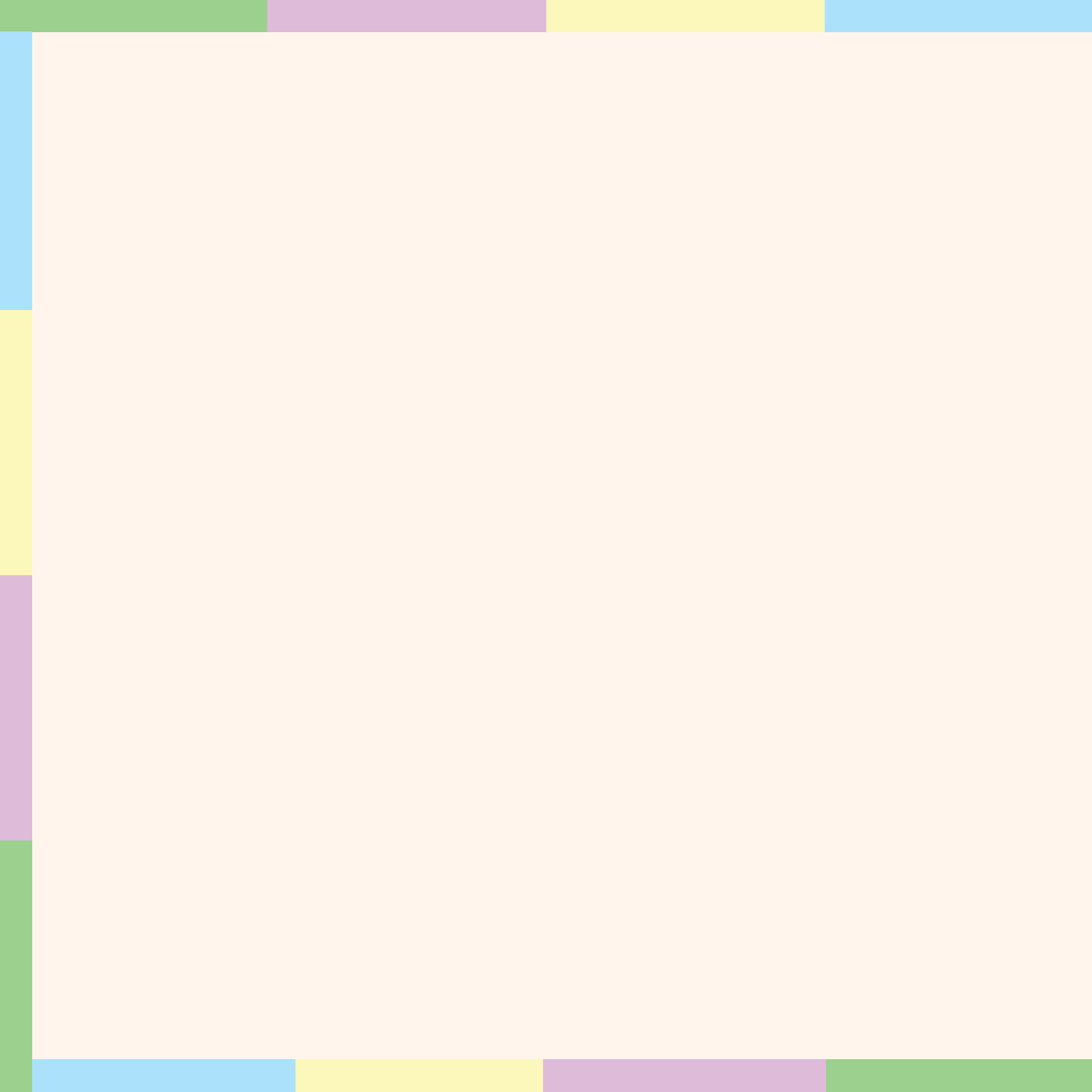
Bu oyun, çocuğunuzun aile bireylerini tanıması, isimlerini öğrenmesi ve söylemesi, kendisine verilen "Topu yuvarla" yönergesine uyması söylenen basit cümleleri anlamasını sağlamak amacıyla hazırlanmıştır. Bu oyun için yumuşak bir topa ihtiyacınız olacak. Oyunu ailedeki diğer bireylerle birlikte olduğunuz bir zamanda oynayın. Siz, çocuğunuz, babası, ablası ya da abisi halka olarak yere oturun. Birlikte top yuvarlama oyunu oynayacağınızı söyleyin. Önce siz topu babaya yuvarlayın ve topu yuvarlarken "Baba" deyin. Baba topu yuvarlarken çocuğunuzun ismini söylesin. Sıra çocuğunuza geldiğinde topu yuvarladığı kişinin kim olduğunu söylerse örneğin "Abla" derse "Evet abla" diyerek çocuğunuzun söylediğini tekrarlayın. Topu yuvarlarken, yuvarladığı kişiyi söylemezse "Abla" diyerek siz söyleyin. Bu oyunu çocuğunuz, oyuna katılanların hepsine top yuvarlayıncaya kadar sürdürün.

Çocuğunuz topu yuvarlarken anne, baba, abi ya da abla kelimelerini kullandığında onu alkışlayın. Bu etkinliğe alternatif olarak başka basit cümleler söyleyerek, çocuğunuzun söylenileni yerine getirip getirmediğini izleyebilirsiniz. Örneğin, "Topu al", "Bebegi ver". Zaman içinde, söylediğiniz cümlelere melodi katabilirsiniz

Aşağıdaki soruyu cevaplayın:

1. Çocuğunuz topu yuvarladığı kişinin kim olduğunu söyledi mi?





Dil Gelişimi 25-30. AY

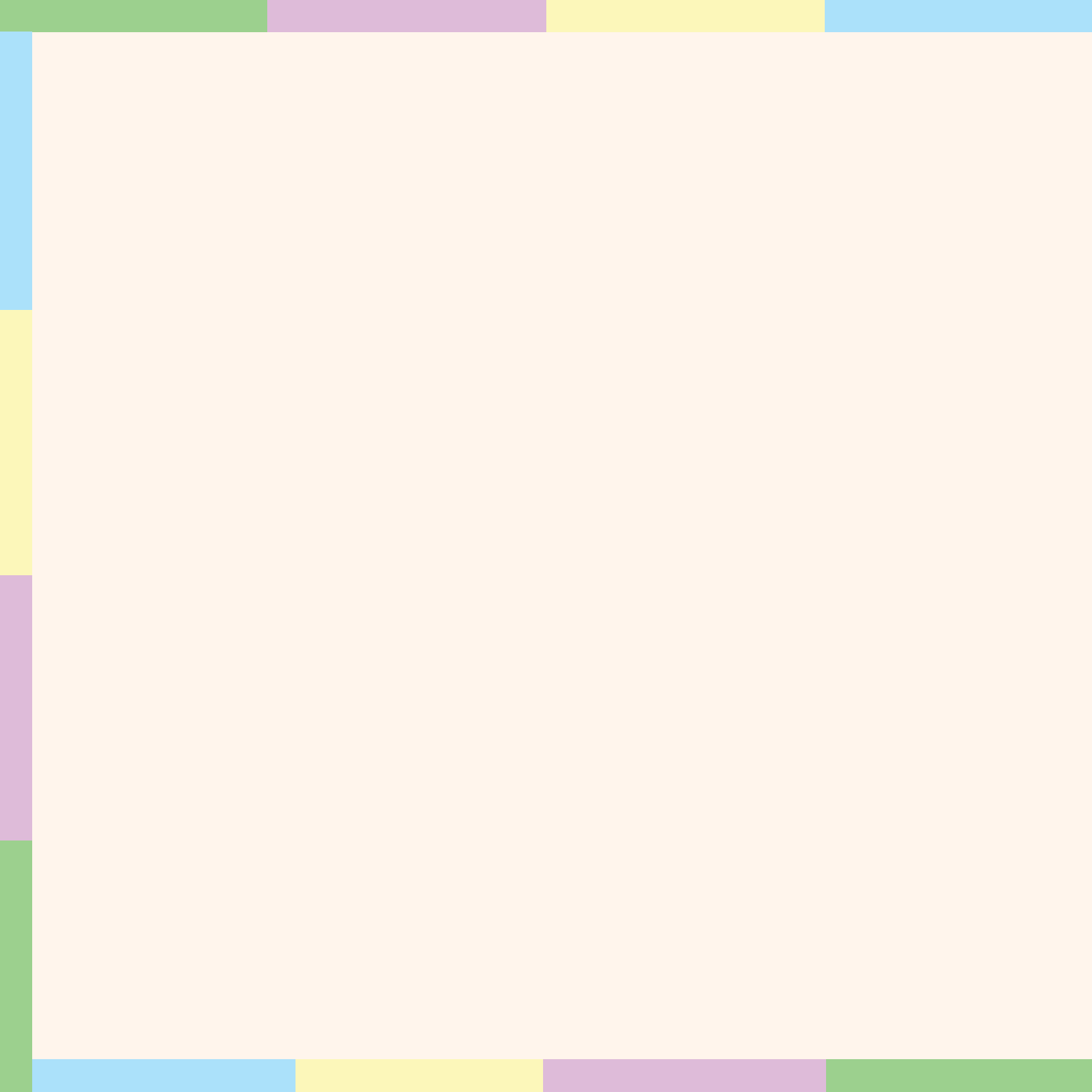
Değerli anne babalar,

Bu oyun, çocuğunuzun farklı sesleri keşfederek ifade etmesi amacı ile hazırlanmıştır. Etkinlik için değişik boy ve büyüklüklerde kaplar, kovalar, plastik şişeler, tas ve suya ihtiyacınız olacak. Bu çalışmayı çocuğunuz ile birlikte balkonda, banyoda ya da bahçede yapabilirsiniz. Çeşitli boylarda hazırladığınız kovalardan bazılarını çeşitli seviyelerde su ile doldurun. Ellerinizi kullanarak suyla sesler (elleri çırpma gibi) çıkarmaya çalışın. Sonra kovadan kovaya hızlı veya yavaş bir şekilde ve farklı yüksekliklerden suyu boşaltarak ya da damlatarak farklı sesler oluşturmaya deneyin. Çocuğunuza "Bak dinle, ne duyuyorsun?" gibi sözel yönlendirmelerde bulunarak sohbet edin. "Şimdi nasıl ses çıkarıyor?" "Şimdi hızlı, şimdi yavaş " gibi sohbet edin. "Yağmur yağıyormuş gibi, şelaleden su akıyormuş gibi ses çıkartalım" gibi yönergeler vererek çocuğu yönlendirebilirsiniz.

Aşağıdaki soruları cevaplayın:

1. Çocuğunuz, çıkan su sesini duyduğunda ne yaptı?
2. O da suyla ses çıkarabildi mi?
3. Çıkan sesleri taklit edebildi mi?





Dil Gelişimi 31-36. AY

Değerli anne babalar,

Bu oyun, çocuğunuzun resimde gördüğü olayları anlatma becerisini geliştirmek amacıyla hazırlanmıştır. Bu oyun için gazete, dergi, kitaplarda gördüğünüz çeşitli resimlere ya da aile fotoğraflarınıza ihtiyacınız olacak. Çocuğunuza seçtiğiniz bir resmi ya da fotoğrafı gösterin. Resimde neler gördüğünü anlatmasını isteyin. Örneğin, bu etkinlikte kedili bir resim göstererek çocuğunuzun resmi anlatmasını isteyebilir ve bu sırada ona aşağıdaki soruları sorabilirsiniz.

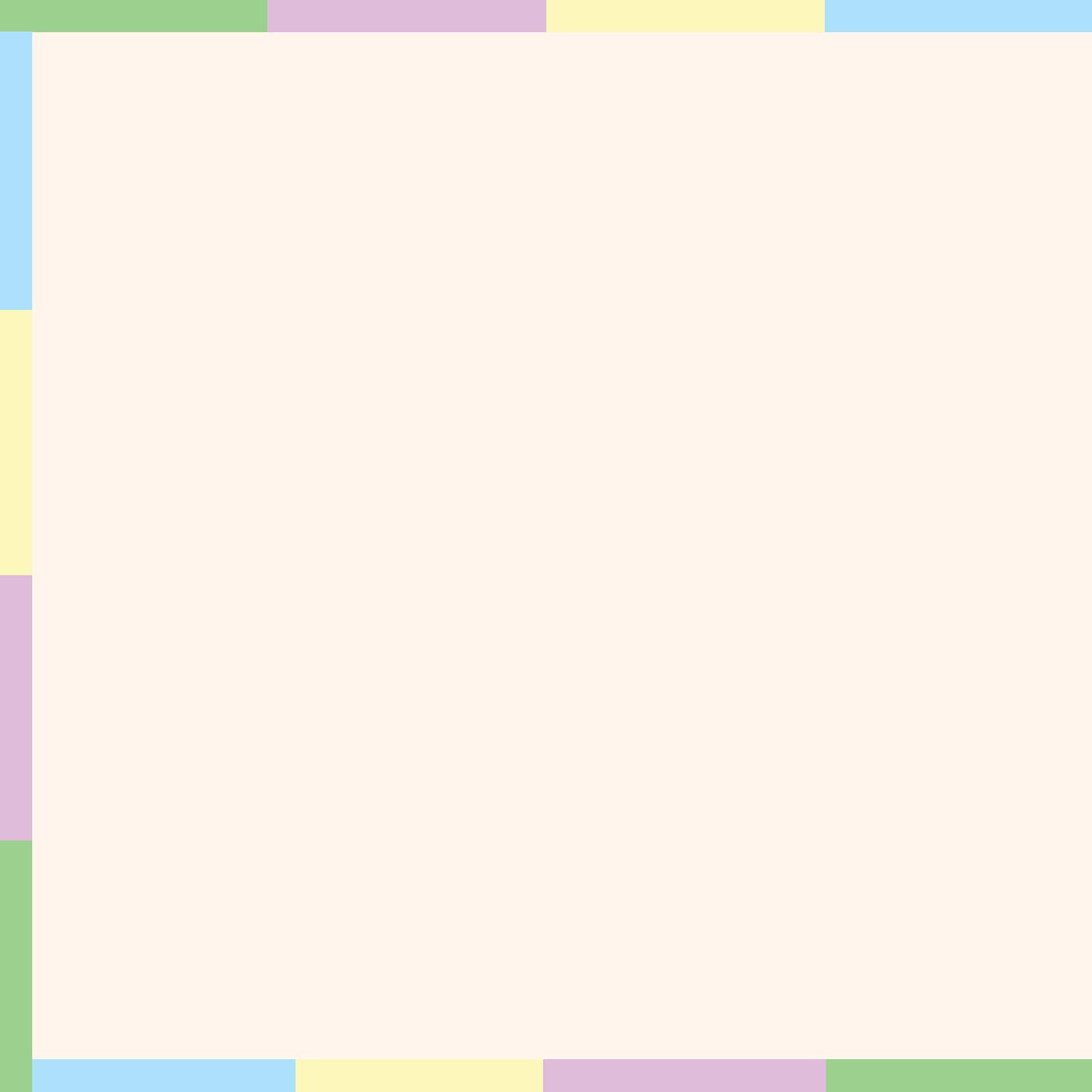
Resimdeki kedi ne yapıyor?
Kedi neden balığa bakıyor?
Kediler nasıl ses çıkarır?
Kediler nasıl uyur?
Kediler ne yer?

Çocuğunuz için çeşitli gazete ve dergilerden bulduğunuz resimleri yapıştırarak küçük bir kitapçık oluşturabilirsiniz. Böylece bu oyunu, diğer resimler ile de oynayabilirsiniz. Her hafta bulduğunuz resimlerden, farklı bir kitap oluşturarak, çocuğunuz için küçük bir kitap köşesi oluşturabilirsiniz.

Aşağıdaki soruları cevaplayın:

1. Çocuğunuz, resimde gördüklerini anlatabildi mi?
2. Sizin sorduğunuz sorulara cevap verebildi mi?





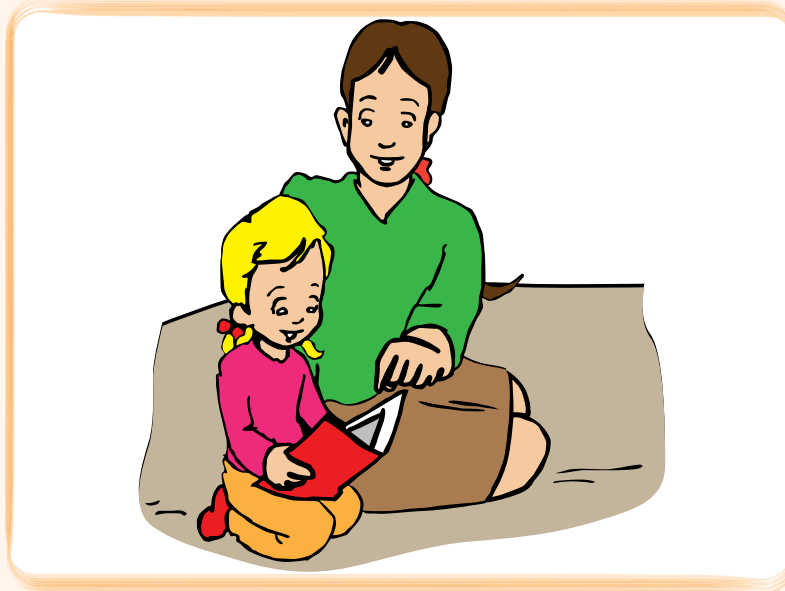
Dil Gelişimi 31-36. AY

Değerli anne babalar,

Bu oyun, çocuğunuzun kendisine okunan öyküyü dinleme, anlama ve ifade etme becerilerini geliştirmek amacı ile hazırlanmıştır. Gün içerisinde, öykü okuma saati olarak belirlediğiniz bir zamanda, çocuğunuzun sevdiği bir resimli öykü kitabını elinize alarak ona okumaya başlayın. Öyküyü okurken bir sözcüğü söylemeyin veya o sözcük yerine farklı bir sözcük söyleyin. Çocuğunuzun, bu sözcüğü fark ederek sizi düzeltmesini bekleyin. Eğer çocuğunuz ilk seferde düzeltme yapmıyorsa biraz bekleyip doğru şekilde okuyun. Öyküyü tekrar okuduğunuzda yine aynı yerde hata yapın. Bu sefer, doğrusunu siz söylemeden çocuğunuzun düzeltmesini bekleyin. Bu oyunu, çocuğunuzun bildiği şarkı ve tekerlemeleri söylerken de oynayabilirsiniz. Çocuğunuz ile birlikte kendi oluşturduğunuz bir öyküyü yine çocuğunuz ile birlikte resimleyerek ya da dergi ve gazetelerden resimler keserek kitap haline getirebilirsiniz.

Aşağıdaki soruları cevaplayın:

1. Çocuğunuz, siz öyküyü okurken, sizi dikkatli bir şekilde dinledi mi?
2. Bilerek hata yaptığınızda, hatanızı fark etti mi?
3. Hatanızı fark ettiğinde ne yaptı?



SOSYAL DUYGUSAL GELİŞİM ALANINI DESTEKLEMEDE DİKKAT EDİLMESİ GEREKEN NOKTALAR

Değerli anne babalar,

Çocuğunuzun mutlu, sevgi dolu, kendini ve diğerlerini seven, kendini ifade edebilen, arkadaşları ile birlikte olmaktan hoşlanan, özgüvenli, ayakları üstünde durabilen, olumlu duygu ve davranışlara sahip bir birey olabilmesi için tutum ve davranışlarınızda dikkat etmeniz gereken bazı noktalar aşağıda belirtilmiştir.

- Her türlü iletişiminizde çocuğunuz ile göz göze olmaya özen gösterin.
- Çocuğunuza ismi ile hitap edin.
- Çocuğunuzla iletişim kurarken biraz eğilerek onunla aynı hizada olmaya çalışın.
- Çocuğunuza değer verdiğinizi ve onun sizin için çok önemli olduğunu her zaman hissettirin.
- Her ne olursa olsun, çocuğunuz yaramazlık da yapsa, onu çok sevdiğinizi hissettirin.
- Zaman zaman ona "Seni seviyorum" deyin.
- Çocuğunuzu her türlü konuşmasında dinleyin, onu ve duygularını anlamaya çalışın.
- Çocuğunuzu sık sık kucaklayın, ona sarılın, saçlarını, sırtını okşayın.
- Zaman zaman onunla duygudaş olduğunuzu hissettirin; "Ben de senin yaşındayken bunu merak etmişim. Ben de düştüğümde üzül müştüm, canım yanmıştı, ama şimdi geçti" gibi.
- Çocuğunuzun beslenme, uyku, temizlik, güvenlik, sağlık gibi temel ihtiyaçlarını zamanında karşılayın, ertelemeyin. Çocuğunuz küçük ise her ağlayışında kucağınıza alın ve her istediğinde beslenmesini sağlayın.
- Kendinize güveninizi, diğerleri ile olan iletişim ve etkileşiminizi, yaşadığınız duyguları -çocuğunuz, anlamlandıramasa da- olumlu ya da olumsuz olarak algılar ve hisseder. Bu nedenle kendinize güvenin, diğer bireylere ve çocuğunuza olumlu duygularla ve davranışlarla yaklaşın.
- Çocuğunuzla ilgili anne ya da baba olarak ortak sorumluluklar alın. Çocuğunuzun, anne ya da babanın her türlü işi yapabildiğini ve her türlü durum için sorumluluklar alabildiğini gözlemesine ve size bağıllık geliştirmesine olanak sağlayın.

- Çocuğunuza bakıcı, büyük anne, büyük baba gibi sizin dışınızda bir bireyin de bakması gerekiyor ise aynı kişinin sürekli olmasını sağlamaya çalışın.
- Çocuğunuzun diğer ebeveynini, akrabalarını ona kötülemeyin.
- Çocuğunuzun akraba, komşu çocukları, arkadaşları ile sık sık bir araya gelerek oynamalarını sağlayın.
- Çocuğunuzu, kadın, erkek, çocuk, her kim olursa olsun, çok iyi tanımadığınız kişilerle yalnız bırakmayın, onlara emanet etmeyin.
- Çocuğunuza temel ihtiyaçları dışında da zaman ayırın. Onunla her gün sohbet etmek, kitap okumak, oyun oynamak için özel olarak zaman ayırın.
- Çocuğunuz ile alay etmeyin, diğer çocuk ve kardeşleri ile kıyaslamayın ve yarıştırmayın. Her çocuğun, farklı bir birey olduğunu ve çok farklı özelliklere sahip olabileceğini unutmayın.
- Çocuğunuza dövme, vurma, tehdit etme, korkutma, hapsedme, aç bırakma gibi hiçbir ceza uygulamayın.
- Çocuğunuza hayır dediğiniz durumlarda, kısaca onun anlayabileceği şekilde bunun nedenini açıklayın.
- Kendisine ve etrafa zarar vermediği sürece çocuğunuzu engellemeyin; rahat oynamasını, hareket etmesini, yapmak istediklerini gerçekleştirmesini sağlayın.
- Çocuğunuza gerekli durumlarda, yardımcı olun; ancak birçok şeyi onun kendisinin yapmasına da fırsat verin.
- Çocuğunuz sıkıntılı ise, ağlıyor ise, arkadaşları ile çatışıyor ya da yeterli iletişim kuramıyor ise onun duygularını anlamaya çalışın, dinleyin, sorunu çözebilmesi için sözel ve davranışsal olarak ipuçları vererek baş etme stratejilerini yöntemlerini geliştirmesine yardımcı olun.
- Çocuğunuzun olumsuz davranışları karşısında ben dili kullanın; "Bu davranışın beni üzüyor, çünkü böyle davrandığında arkadaşının canı yanıyor" gibi.

- Çocuğunuz zaman zaman sizin istediğiniz şekilde davranamayabilir. Örneğin, her hangi birinin kucağına gitmek istemeyebilir, utanabilir, ağlayabilir, paylaşmak istemeyebilir, ısrarla kendi yapmak istediğinde direnebilir. Bu tür durumlarda çocuğunuzun zorlamayın. Bu özelliklerin gelişim dönemine ait olup olmadığı konusunda, öğretmen, gelişim ile ilgili kitaplar gibi kaynaklardan bilgi edinmeye çalışın.
- Çocuğunuzun aşırı korkma, yalnız kalma isteği, hiç göz teması kurmama, insanlardan uzaklaşma, oyun oynamak istememe, oynamama, kendisine ve etrafa aşırı ve sürekli zarar verme gibi sıra dışı davranışları var ise bir uzmandan destek almaktan çekinmeyin.
- Çocuğunuza karşı kararlı ve istikrarlı davranın. Hayır dediklerinize her zaman hayır deyin. Siz ve eşinizin çocuğa karşı davranışlarınızın aynı kararlılıkta ve istikrarlı olmasına özen gösterin.
- Çocuğunuza, hayır diyeceğiniz herhangi bir durumda, sonradan evet diyecekseniz, baştan evet deyin ve onunla inatlaşmaya girmeyin.
- Olumsuz davranışlarından çok olumlu davranışlarına dikkat çekin.
- Çocuğunuzun yapmasını istediğiniz her türlü iyi davranışta ona örnek olun.
- Çocuğunuza yapabileceği sorumluluklar verin.
- Çocuğunuzun size yardım etmesini isteyin, sağlayın. Sizin yaptıklarınızı yapmak istiyor ise onu engellemeyin, ona uygun bir iş vererek sizinle birlikte iş yapmasını sağlayın.
- Çocuğunuzun bazı kararlara ortak olmasını sağlayın. Bazı durumlarda seçenekler sunarak kendi kararını vermesini sağlayın; "Seninle, oyun parkına ya da hayvanat bahçesine gidebiliriz, hangisine gitmek istersin?" Yemek konusunda sorunu var ise "Akşam yemeğinde, fasulye ve patates yemeği var hangisini yemek istersin?" gibi.
- Küçük başarılarında bile, abartıya kaçmadan onu övün. Övgülerinizin, güzellik gibi dış görünüşe yönelik olmamasına, davranışlarına yönelik olmasına özen gösterin.
- Çocuğunuzun güzel davranışları karşısında hissettiğiniz olumlu duyguları ona söyleyin; "Bu davranışın beni mutlu etti" gibi.
- Çocuklar olumlu davranışları kısa sürede gerçekleştiremeyebilirler. Olumsuz davranışları da denerler. Sabırlı olun ve güvensizliğe düşmeyin.

NOTLAR

NOTLAR

Lined area for notes.

**SOSYAL DUYGUSAL
GELİŞİM ALANI İLE İLGİLİ
ETKİNLİKLER**



Sosyal Duygusal Gelişim

11. AY

Değerli anne babalar,

Bu oyun, bebeğin duygularını ses, jest ve mimiklerle ifade etmesine fırsat vermek ve bu davranışlarını gözlemlemek amacı ile azılmıştır. Bebek ile her karşılaşmanızda ve yüz yüze gelişinizde, gülümseyerek, yumuşak bir ses ile ismini söyleyerek seslenin. Bu davranışa, bebeğin ses ya da hareketlerle tepki verip vermediğini gözlemleyin. Tepki verdiğinde onunla daha fazla konuşarak ilgilenin. Elinize oyuncak bir bebek alın. Oyuncak bebeğin eline dokunun "Hadi sen de dokun" diyerek, bebeği ona uzatın. Sonra da oyuncak bebeği hareket ettirerek konuşturun. Oyuncak bebekle seslendirdiğiniz konuşmalar, günlük yaşamda sıkça kullandığınız sözcüklerden oluşabilir. Örneğin, "Merhaba, benim adım Zeynep, senin adın nedir? Evet senin adın da (bebeğin adını söyleyerek) Murat. Hadi birlikte oynayalım Murat. Lay lay lay lay lay." gibi kısa ve tanıdık cümlelerden oluşan bir iletişim sergilenebilir. Bu iletişimlerde bebeğin tepki ve ilgisini dikkatle gözlemleyin.

Oyuncak bebek yerine oyuncak hayvanlar kullanılabilirsiniz. Bebeğin misafirlerle etkileşimini sağlayın. Sonraki günlerde, aynı tanışma oyununu tekrarladığınızda, bebeğin ve oyuncak ismlerini söylediğiniz anlarda bebeğinizin davranışlarında farklılıklar olup olmadığını gözlemleyin. Bu oyunu, bebeğinizin görmekten ve dokunmaktan hoşlandığı oyuncak ile yapın. Tepki vermediği durumlarda ismini söylemeyi tekrarlayın. Tepki vermeme nedenini anlamaya çalışın. Varsa temel ihtiyaçlarını (beslenme, temizlik, uyku gibi) öncelikle giderin.

Aşağıdaki soruları cevaplayın:

1. Oyuncak bebek bebeğinizin hoşlandığı bir bebek mi?
2. Bebeğiniz kendi adı söylendiğinde nasıl tepki (gülümseme, heyecanla sallanma, ilgisizlik gibi) veriyor?
3. Oyuncak ismini söylediğinizde ona bakarak sesler çıkarıyor mu?
4. Çıkarıyorsa bu sesleri hangi duygu (sevinme, şaşkınlık, hoşlanmama gibi) ile çıkarıyor?





Sosyal Duygusal Gelişim 11-12. AY

Değerli anne babalar,

Bu oyun, bebeğin, oyun yolu ile taklit yeteneğini kullanması, başkasının ilgisini çeken davranışları tekrar etmesini sağlamak amacı ile yazılmıştır. Çok sayıda eşarp veya fular/uzun kumaş parçasını, bir sepetin içine koyun. Daha sonra sepetin içinden çocuğun bunları teker teker tutarak çıkarmasını isteyin. Her bir kumaş parçasını çıkardığında onu "Aferim çok güzel, bakalım başka ne var sepette?" şeklinde yönerge vererek cesaretlendirin. Böylece tüm kumaşları sepetten çıkarmasını sağlayın. Uzun kumaş parçaları bebeğin vücudu veya boynuna dolanabilir. Bu nedenle bebeğinizi, bu tür nesnelerle yalnız bırakmayın.

Aşağıdaki soruları cevaplayın:

1. Sepet ve sepetin içindeki kumaş parçaları bebeğinizin dikkatini çekti mi?
2. Bebeğiniz sepetin içindeki kumaş parçalarını tek tek çıkarmaya çalıştı mı?





Sosyal Duygusal Gelişim 16-18. AY

Değerli anne babalar,

Bu oyun, çocuğun sizinle etkileşim de bulunarak oynamasını sağlamak amacı ile yazılmıştır. Avuç içine kedi, ellerinizin dış yüzüne kuş gibi şekiller çizin. Eller yüze kapatıldığında el üzerinde kuş var ise "Cık cık cık" diyerek ses çıkartın. Ellerinizi yüzünüzden kaldırılmadan, orta hattan açarak, avuç içinizi çocuğun görmesini sağlayın. Çocuk, kediği görünce "Miyav miyav" şeklinde sesler çıkartın. Ellerinizi tekrar kapatarak "Kedi kayboldu, kuş geldi" diyerek seslendirmelere devam edin. Bu etkinlik, şekiller kâğıtlar üzerine çizilerek ya da önceden var olan resimli kartlar ile de yapılabilir. Ellere resim yapmakta kullanılan kalemelerin boyası kolayca çıkabilen türde olmalıdır. Çocuk ellere dokunabilir. Boyanın ellerine sürülmesine özen gösterin. Bebeğinde kartlarla aynı oyunu oynamasını teşvik edin.

Aşağıdaki soruları cevaplayın:

1. Çocuğunuz farklı sesler çıkardığınızda sizi dikkatle izledi mi?
2. Çocuğunuz ellerine boya sürülmesinden hoşlandı mı?





Sosyal Duygusal Gelişim 22-24. AY

Değerli anne babalar,

Aşağıda yer alan öykü, çocuğunuzun sosyal iletişim kalıplarını kullanmasına, evde basit işlere yardım etmeyi ve bu işleri yapmayı öğrenmesine yardımcı olması amacı ile yazılmıştır. Öyküyü okuyacağınızda çocuğu rahat bir şekilde kucağınıza alın ya da yanınıza oturtun. Öykü kitabı ya da kartları ile aşağıdaki öyküyü ya da benzer bir öyküyü okuyun.

ARDA VE BABASI

Arda, annesi ve babası birlikte akşam yemeklerini yediler.

Arda yemeğini bitirdi ve "Eline sağlık anneciğim" dedi.

Annesi de "Afiyet olsun" dedi.

Arda, "Ben de masayı toplayacağım" dedi. Ekmekleri ekmek sepetine koydu.

Arda'nın yardımcı olmasına annesi çok sevindi. "Sen yardımcı olunca, ben işlerimi daha kolay yapıyorum ve mutlu oluyorum" dedi.

Sonra Arda'ya babası seslendi. "Ben ellerimi yıkamaya gidiyorum, sen de gelir misin?"

Arda babasıyla banyoya gitti. Ellerini yıkadı. "Babacığım, ellerimizi yıkadıktan sonra kurulamalıyız, öğretmenim söyledi" diyerek ellerini kendi havlusu ile kuruladı.

Babası "Çok güzel, aferin" dedi. Daha sonra, Arda ve babası birlikte oyun oynadılar.

Aşağıdaki soruları çocuğunuza sorun:

1. Arda yemeğini bitirdikten sonra annesine ne söyledi?
2. Arda yemeğini yedikten sonra "Eline sağlık anneciğim" dediğinde annesi ona ne söyledi?
3. Arda yemeğini bitirdikten sonra ne yapmak istedi?
4. Arda, annesine yardım ettiğinde annesi ne hissetti?
5. Babası yemekten sonra Arda'ya nasıl seslendi?
6. Arda ellerini yıkayıp kuruladığında babası ona ne söyledi?
7. Arda ellerini yıkadıktan sonra ne yaptı?





Sosyal Duygusal Gelişim 31-36. AY

Değerli anne babalar,

Bu oyun, çocuğunuzun kendi eşyalarını toplayabilme, basit işleri yapma becerisini kazanması amacı ile yazılmıştır. Çocuğunuz ile birlikte evdeki oyuncaklarını kullanarak hoşlandığı bir oyunu oynayın. Oyun bittikten sonra, oyun oynanan ya da faaliyette bulunulan ortamın toplanmasını sağlamak istediğinizde, aşağıdaki şiir eşliğinde eğlenceli bir şekilde ortamı çocukla birlikte toparlayın.

EVİMİZİ DÜZENLEYELİM

Her şeyi yerine koyalım
Evimizi düzenleyelim
Düzenli evde gülelim
Hep birlikte eğlenelim

Bebekleri buraya
Arabaları şuraya
Küpleri kutuya
Kitapları kitaplığa koyalım



Düzenin hayatımızdaki yeri ve düzen sağlamak için yapılabilecekler somut olarak öykülerde de yer verebilirsiniz. Yukarıdaki şiiri, ortamı toplarken, öykü öncesinde ya da sonrasında da söyleyebilirsiniz. Uygun davranışlar ve hareketlerle şiiri eğlenceli hale getirebilirsiniz. Çocuğunuz da kendine has bir şekilde hareket etmesini, destekleyebilirsiniz. Çocuğunuz zorlamayın, şiiri ezberlemesine yönelik her hangi bir şey yapmayın. Bu tür şiirlere ara ara yer verebilirsiniz.

Aşağıdaki soruları cevaplayın:

1. Çocuğunuz oyun bittikten sonra oyuncakları toplamaya çalıştı mı?
2. Çocuğunuz söylediğiniz şiire ilgi gösterdi mi?



Sosyal Duygusal Gelişim 31-36. AY

Değerli anne babalar,

Aşağıdaki öykü, çocuğun grup içi oyunlardan keyif alması, olumlu olumsuz duygularını sözel olarak ifade etmeyi, başkalarıyla bir arada bulunduğu ortamda konuşmaya katılmayı, zaman zaman isteklerinin ertelenebileceğini öğrenmesi amacı ile yazılmıştır. Kaydırak, salıncak, kova gibi malzemeleri oyun parkı oluşturacak şekilde yerleştirin. Oyuncak bebekleri, parkta oynayan çocuklar olarak yerleştirin. Kuklalarla Güneş ve babasının konuşmasını seslendirerek öyküyü okuyun. Öyküyü, kartlarla okuyabilirsiniz. İyi bir seslendirme ile materyal kullanmadan da anlatabilirsiniz.

Okunabilecek diğer öykülerde, çocuklarla ilgili olarak olumsuz davranışlara çok fazla yer verilmemelidir. Daha çok olumlu davranışlardan söz edilmelidir. Ayrıca, hatalı davranışlı çocuklara karşı alay etme, tehdit ve ceza gibi olumsuz yetişkin davranışlarının olmamasına özen gösterilmelidir. Bu tür davranışlar, istenmediği halde, çocuklara örnek olabilir ya da korkmalarına neden olabilir.

GÜNEŞ PARKTA OYNUYOR

Güneş, resim yapmayı çok seven bir çocuktur. Resimlerini annesine, babasına anlatmaktan çok hoşlanır. Bir gün kendisi resim yaparken annesi de kitap okuyordu.

Annesine "Annecim, resmimi bitirdikten sonra parka gidelim" dedi.

Annesi de "Biraz daha kitap okumam gerekiyor, biraz sonra gidebiliriz" dedi. Güneş, bu durumdan hoşlanmamıştı. Ama annesini üzmemek istemediği için resim yapmaya devam etti. Bir süre sonra babası geldi.

"Baba, annemin kitap okuması gerekiyor, ikimiz parka gidelim mi?" dedi. Babası

"Evet, hadi hazırlanalım ve gidelim" dedi. Güneş ve babası parka gittiler. Çocuklar parkta oynuyorlardı. Biri salıncakta sallanıyordu, ikisi kumda kovalarını dolduruyor, üçü de kaydırakta kayıyordu. Güneş te kaydırakta kaymak istedi. Çocuklar kaydırdan kayarken mutlu oluyorlardı. Bol bol gülüyorlar ve birbirleri ile konuşuyorlardı. Çok güzel kayarken birden bir ağlama sesi duyuldu. Güneş koşarak babasının yanına geldi.

"Babacım, onu arkadaşısı ittiği için ağlıyor, şimdi onun ayağı acıyor" dedi.

Babası "Evet arkadaşısı ittiği için dengesini kaybetti" dedi.

Güneş te "Dengesini kaybedince de düştü" dedi.

Babası "Şu an onun canı çok acıyor, oynarken bir başkasını itmemeliyiz ve sıramızı beklemeliyiz" dedi.

Güneş "Evet baba, ben arkadaşlarımı itmiyorum ve sıramı bekliyorum" dedi.

Babası "Aferin sana, sıranı beklemen çok güzel bir davranış" dedi. Güneş parkta bir süre daha oynadıktan sonra, babası ile sohbet ederek eve döndüler.



BU EĞİTİM MATERYALİ MİLLÎ EĞİTİM BAKANLIĞINCA
ÜCRETSİZ OLARAK VERİLMİŞTİR,
PARA İLE SATILAMAZ.

Bu Eğitim Materyali Avrupa Birliği'nin mali ve UNICEF'in teknik desteği ile Millî Eğitim Bakanlığı tarafından yürütülen "Okul Öncesi Eğitimin Güçlendirilmesi Projesi" kapsamında hazırlanmıştır.

Bu yayımda ifade edilen görüşler sadece "Okul Öncesi Eğitimin Güçlendirilmesi Projesi"nin sorumluluğunda olup hiçbir şekilde Avrupa Birliği'nin görüşlerini yansıtmaz.

The contents of this publication are the sole responsibility of "Strengthening Pre-School Education Project" and do not necessarily the views of the European Union.