

HASAN ÖZVARNALI İLKOKULU REHBERLİK SERVİSİ



«ÇOCUKLARDA İNCE MOTOR BECERİ GELİŞİMİ

VELİ BÜLTENİ

Ekim 2020

İNCE MOTOR GELİŞİM

Fiziksel gelişimimizin bir parçası olan motor gelişim iki kategoride incelenir: Kaba motor gelişimi ve ince motor gelişimi. Kaba motor beceriler; hareket etmek için büyük kasların kullanılmasını kapsar. Emekleme, yürüme, zıplama, koşma, bisiklete binme, top atıp tutma, tırmanma, dans etme gibi beceriler kaba motor becerilere örnektir.

İnce motor beceriler ise el ve parmak kaslarının çalışmasıyla gerçekleşen hareketleri kapsar. Yazı yazma, resim yapma, makas kullanma, sayfa çevirme, suluk kapağı açma, kalem kutudan kalem çıkarma, düğme ilikleme, fermuar açma/kapama, çatal/kaşık kullanma, ayakkabı bağlama gibi beceriler ince motor becerilerimizin gelişmesiyle kazanılır.

İnce motor becerilerin gelişmiş olması çocuğun okula hazır olmasında ve okul başarısında oldukça etkilidir.

Büyürken fiziksel olarak aktif olan, giyinme-yemek yeme gibi ihtiyaçlarını kendi başına karşılayabilen, ev işlerine yardım eden, kalem tutan ya da resim yapan çocuklarda motor becerilerin yeterince



Yazı yazma, resim yapma, makasla kesme vb. pek çok beceri ince motor becerilerin gelişmesiyle kazanılır.

gelişmiş olması beklenir. Bu becerilerin gelişmiş olması çocuğun okula hazır olduğunu gösterir.



İnce motor becerisi yeterince gelişmemiş çocuklar;

Fiziksel ya da zihinsel olarak ne kadar gelişmiş olursa olsun okula başlamadan önce ince motor becerileri yeterince gelişmemiş çocuklar kalem tutmakta zorlanır, yazarken çabuk yorulabilir, elleri kısa sürede ağrıyabilir. Yazma-çizme ve kesme-yapıştırma gerektiren işlerde yaşlıları düzeyinde performans sergileyemez ve zamanla sınıf seviyesinin altında kalabilirler. Bu da kendilerini başarısız hissetmelerine neden olur.



Fiziksel ya da zihinsel olarak ileri derece gelişmiş olsa da ince motor becerileri yeterince gelişmemiş çocuklar okulda zorlanabilir.

Okula geldiklerinde tuvalet ve yemek yeme ihtiyaçlarını gidermekte zorlanacakları için problem yaşayabilirler ve özgüvenleri zedelenir. Başarısızlık ve utanç duygusundan kaçmak için ince motor becerisi gerektiren ödev ve görevleri yapmak istemeyebilir ya da okula gelmek konusunda isteksizlik yaşayabilirler.

Yaşlara göre bazı ince motor beceriler;

Tabii ki ödev, görev ve okula karşı isteksizliğin tek nedeninin ince motor kasların zayıflığı olmadığını unutmamak gerekir. Yandaki tabloda çocukların yaşlara göre yapması beklenen bazı ince motor beceriler listelenmiştir. Çocuğunuz listede yer alan becerilerin bir kısmında zorlanıyor ya da yapamıyorsa bir uzmandan değerlendirme isteyebilir ve yazının ilerleyen kısmında yer vereceğimiz etkinlikleri uygulayarak çocuğunuzu destekleyebilirsiniz. Ayrıntılı bilgi için okulumuz rehberlik servisine ulaşabilirsiniz.

YAŞ VE İNCE MOTOR BECERİLER

4 yaş ve üzeri çocuklar

Küplerden kule yapabilir

Makasla gelişigüzel kağıt kesebilir.

Kağıdı ikiye katlayabilir.

İpe boncuk dizebilir.

Düğme ilikleyebilir.

Bazı harfleri bakarak kopya edebilir.

Kalemi doğru bir şekilde tutabilir.

Kalemıraş kullanabilir

Çizgi üzerinden makasla kesebilir.

Gazete/dergiden resim kesebilir

5 yaş ve üzeri çocuklar

Kesme-yapıştırma çalışmaları yapabilir.

Taşırmandan boyama yapabilir.

Kalemle çizgilerin üzerinden geçebilir.

Bakarak kelime kopya edebilir.

Baş parmağıyla diğer parmaklarına dokunabilir.

Yatay, dikey, eğri ve eğik çizgiler çizebilir.

1) BOYAMA ETKİNLİKLERİ:

Evde çocuğunuza boyama yaptırarak kalem tutmayı öğretebilir ve ince motor becerilerinin gelişimine yardımcı olabilirsiniz. Küçük yaşlarda ve el kasları zayıf çocuklarda parmak boyası ile başlayabilirsiniz. Daha büyük çocuklar için kuru boya, pastel boya vb. ya da fırça ile boyama tercih edilebilir. İlk başlarda çocuğun sadece karalama yapması ya da geniş alanları boyaması yeterlidir. Zamanla daha küçük alanları boyaması ve çizgileri taşırmaması gerekir.

Gelişim alanı: İnce Motor beceriler, Yaratıcı Düşünme, El-Göz Koordinasyonu



2-) ÇİZME-YAZMA ETKİNLİKLERİ:

El-parmak kasları yeterince gelişmemiş çocuklar kalem tutma konusunda isteksiz olabir de kalemle yapacakları noktaları birleştirme, çizgilerin üzerinden geçme, labirent, yazma, çizme vb. çalışmalar da ince motor gelişimini destekler. Eğer çocuğunuz okul öncesi çağındaysa ve yazı gerektiren etkinlikleri reddediyorsa önceliği diğer etkinliklere verebilirsiniz. Ancak; çocuğunuz ilköğretim çağındaysa onu motive etmeniz ve kalem tutarak yapacağı eğlenceli labirent, noktaları birleştirme, çizgilerin üzerinden geçme vb. çalışmalarını kullanmanız yararlı olacaktır.

Gelişim Alanı: İnce Motor Beceriler, El-Göz Koordinasyonu

3-) KOPARMA/KESME/YAPIŞTIRMA ETKİNLİKLERİ:

Koparma/Kesme/Yapıştırma etkinlikleri de çocukların el ve parmak kas gelişimine yardımcı olur. Çocuğunuzdan oyun hamuru, atık kağıt, pamuk vb. koparmasını isteyebilirsiniz. Yine işinize yaramayan atık kağıtları kesmesini ya da elle minik parçalara ayırmasını isteyebilir, koparılan ya da kesilen parçalarla mozaik çalışması yaptırabilirsiniz. Gazete ve dergilerden hayvan figürleri, nesne kestirebilir ya da bir kağıda çizeceğiniz geometrik şekilleri çizgiler üzerinden kesmesini isteyebilirsiniz. Kestiği parçaları yapıştırarak serbest resim çalışmaları yaptırabilirsiniz. Düğme, boncuk, fasulye, nohut vb. kullanarak çeşitli yapıştırma çalışmaları yapabilirsiniz.

Gelişim alanı: İnce Motor Beceriler, El-Göz Koordinasyonu, Yaratıcı Düşünme

4-) OYUN HAMURU ETKİNLİKLERİ:

Oyun hamuru el ile kavrama, sıkma ve parmak uçlarını çalıştırma konusunda oldukça yardımcıdır. Siz de çocuğunuzdan oyun hamuruna şekiller vermesini isteyerek hem ince motor becerilerinin gelişmesine yardımcı olabilir hem de keyifli dakikalar geçirmesini sağlayabilirsiniz. Oyun hamurunun olmadığı durumlarda çamur ve kum kullanılabilir ya da evde hamur işi yaptığınız zaman hamurdan bir parça vererek hem size eşlik etmesini hem de parmak kaslarının gelişmesini sağlayabilirsiniz.

Gelişim Alanı: İnce Motor Beceriler, El-Göz Koordinasyonu, Yaratıcı Düşünme





5-) BONCUK ETKİNLİKLERİ:

İpe boncuk dizmek de önceki etkinlikler gibi ince motor gelişimini destekler. Rengarenk boncuklar kullanarak ya da makarnaları rengarenk boyatarak çocuğunuzdan kendisine ya da sevdiğilerine bileklik, kolye vb. yapmasını isteyebilirsiniz.

Gelişim Alanı: İnce Motor Beceriler, El-Göz Koordinasyonu, Yaratıcı Düşünme

6-) TAK-ÇIKAR / ÜST ÜSTE DİZME ETKİNLİKLERİ:

Küp, lego, puzzle kullanarak ince motor gelişimini destekleyebilirsiniz. Küçük yaş çocuklarıyla daha büyük parçalarla etkinlik yapmak gerekirken çocuğun yaşı büyüdükçe küp, puzzle ya da lego boyunu küçültebilirsiniz.

Gelişim Alanı: İnce Motor Beceriler, Parça-Bütün İlişkisi, Yaratıcı Düşünme, Dikkat

7-) TAŞIMA/AYIRMA/SINIFLANDIRMA ETKİNLİKLERİ:

Taşıma – sınıflandırma etkinlikleri parmak becerilerini geliştirirken çocuklarda renge, büyüklüğe, türe ya da şekle göre sınıflandırma becerisinin gelişimine de katkı sağlar. Siz de kırmızı ve yeşil mercimeği karıştırarak bir kaseye alabilir ve çocuğunuzdan **baş ve işaret parmaklarını kullanarak** mercimekleri rengine göre iki kaseye ayırmasını isteyebilirsiniz. Aynı

şekilde bir kutuda düğme, fasulye, iri boncuklar vb. farklı nesnelere karıştırıp düğmeler bir yerde, boncuklar bir yerde olacak şekilde sınıflandırma yapmasını isteyebilirsiniz. Küçük yaş grubu için bu tip çalışmaları nohut-fasulye gibi daha iri taneli malzemeler kullanarak yapabilir ya da daha büyük nesnelere **maşa ile** kutulara ayırma şeklinde uygulayabilirsiniz.

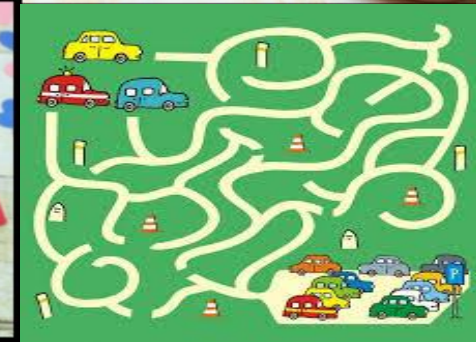
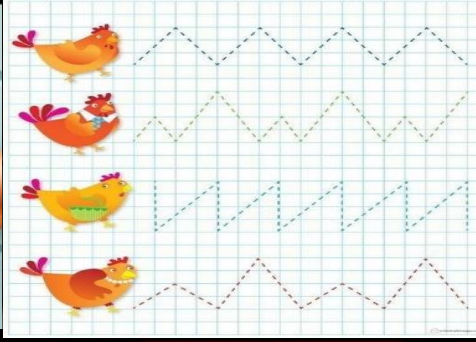
Gelişim Alanı: İnce Motor Beceriler, El-Göz Koordinasyonu, Sınıflandırma



8-) GÜNDELİK İŞLER:

Ev işleri, pek çok alanda çocuk gelişimine destek olduğu gibi ince motor gelişimini de destekler. Sizler de asılan çamaşırları mandalamak, sürahiden bardak doldurmak, sofrayı kurup kaldırmak, eşyaları katlamak vb. gibi işleri çocuğunuzla birlikte yapabilirsiniz.

Ayrıca düğme ilikleme, fermuar çekme, ayakkabı bağcığı bağlama gibi günlük işleri evdeyken birlikte deneyebilirsiniz. Bir yere yetismeye çalışırken ya da evden çıkarken zaman kazanmak adına bu işleri siz yapıyor olsanız da çocuğun öğrenme sürecini olumsuz etkilememek için evde olduğunuz zamanlarda çocuğunuzun bu becerileri kazanması için alıştırmalar yapabilir ve hız kazanmasını sağlayabilirsiniz.



ÖRNEK ETKİNLİKLER

Çocuklara etkinlik yoluyla beceri kazandırmaya çalışırken eğlenmelerini sağlamak öğrenmeyi kolaylaştıracaktır. İşte ince motor gelişimini eğlenceli bir hale getirmek için bazı etkinlik örnekleri:

YUMURTADAN NE ÇIKTI?

Malzemeler: Hayvan resimleri, A4 kağıdı, Fon kartonu, Yapıştırıcı

Uygulama: Hayvan resimleri fon kartonuna yapıştırılır. A4 kağıtları yumurta şeklinde kesilir, kağıdın sadece kenarlarına yapıştırıcı sürülür ve hayvan resimlerini kapatacak şekilde kartonlara yapıştırılır.



Kağıda bir çentik atılır. Çocuktan yumurtanın içinden ne çıkabileceğini tahmin etmesi ve kabuğu soyması istenir.



Dilerseniz yumurtadan çıkan hayvanla ilgili bilgi paylaşımı yapabilirsiniz. (Not: çocuğun ilgisini çekmek için yumurtaları çocukla çalışmadan önce hazırlayın ve etkinliği çocuğun merakını uyandıracak şekilde başlatın.)



FASULYE YOLU

Malzemeler: Fasulye (ya da nohut, düğme, boncuk), karton, yapıştırıcı

Uygulama: Karton üzerine çeşitli çizgiler çizilir. (Dilerseniz geometrik şekiller, surat vb. de çizebilirsiniz.) Çocuktan çizgilerin üzerine fasulyeleri yapıştırması istenir.



CİVCİV YUVASI

Malzemeler: Karton, fasulye-nohut gibi baklagiller ya da aynı boyutlarda boncuk ya da düğme, yapıştırıcı

Uygulama: Kartonlara civciv çizimi yapılır.(Dilerseniz hazır civciv resmi de kullanabilirsiniz) Daha sonra çocukta fasulye ve nohut tanelerini tek tek yapıştırması istenir. Biten civcivleri yan yana duvara ya da buzdolabına asarak onlar için bir yuva oluşturabilirsiniz.



BEN BÖYLE YAZILIRIM

Malzemeler: Düğme, Harf/Sayı şablonu

Uygulama: Harf ya da sayı şablonları hazırlanır ve çocuktan düğmeleri şablona yapıştırması istenir. Sadece ince motor gelişimi değil harf/sayı kavramı da gelişecektir. Şablon üzerinde harf ya da sayısının yazılış yönü olması ve çocuğun yöne ve sıraya dikkat ederek yapıştırma yapması da harfin yazımını öğrenmesine yardımcı olur. **SADECE ÇOCUĞUN OKULDA**

ÖĞRENDİĞİ HARFLERLE YAPINIZ!



MİKADO

Malzemeler: Mikado çubukları (yoksa çöp şiş çubukları, kibrit çöpü, pipet vb. ile de oynanabilir)

Uygulama: Kullanılacak çubuklar masanın üzerine rastgele bırakılır. Oyunda amaç çubukları sırayla birer birer almak ve alırken diğer çubukları hareket ettirmemektir. Bu oyun ayrıca dikkatini toplamakta ya da uzun süre yerinde durmakta zorlanan çocuklara da tavsiye edilir.



MANDAL YARIŞI

Malzemeler: mandal

Uygulama: Bu oyunda amaç çocuğun mandal çalışması yapmasını eğlenceli hale getirmektir. Oyun aile üyelerinin de katılımıyla pek çok şekilde oynanabilir. Örneğin; her oyuncuya bir dakika süre verilip verilen süre içinde belirlenen yere (tül, iki sandalye arasına gerilen ip vb.) ya da diğer oyuncunun kıyafetine mandal takması istenir. Bir dakika içerisinde en çok mandalı takan kişi oyunu kazanır. Ya da iki kişi karşılıklı durarak birbirinin kıyafetine mandal takmaya çalışabilir. Kimin daha önce mandal takacağı ya da belirli süre içinde kimin karşı tarafa daha fazla mandal takabileceği gibi sonuçlara bakılarak oynanabilir.



MOZAİK ÇALIŞMALARI

Malzemeler: Renkli karton ya da evalardan kesilmiş parçalar, karton ya da resim kağıdı

Uygulama: Renkli karton ya da eva parçaları kağıda/kartona tek tek yapıştırılır. Çocuktan yapıştırarak bir resim oluşturması istenebilir.



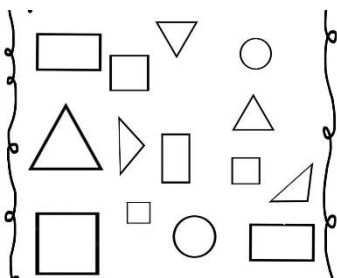
Küçük yaş grupları için boyama sayfası üzerinde çalışılması daha uygun olacaktır.



SINIRLI BOYAMA RESİM ÇALIŞMALARI

Malzemeler: Her çeşit boya ve üzerine farklı boyutlarda şekiller çizilmiş A4 kağıtları

Uygulama: Uygulamaya başlanmadan önce bir yetişkin tarafından A4 kağıdına farklı boyutlarda şekiller çizilerek hazırlık yapılır. Daha sonra çocuktan çizgilerin dışına taşmadan boyama yapması istenir.



UYGULAMAYA YÖNELİK ÖNERİLER;

- Çocuğun seviyesine uygun olmayan etkinliklerle çocuğu zorlamak çocuk için daha olumsuz sonuçlar doğurabilir. Bu nedenle tüm etkinliklerde kolay olandan başlayıp çocuğun yapabilirlik düzeyi arttıkça daha zor olana geçiniz.
- Aynı nedenle parçalı etkinliklerde ve sınırlı boyama çalışmalarında büyük parçalarla başlayıp zamanla daha küçük parçalara geçebilirsiniz.
- Yeni bir etkinlik ya da beceri öğrettiğinizde nasıl yapıldığını göstermek amacıyla etkinliği yapabilir ve öğrenene kadar elinden tutarak ona yardımcı olabilirsiniz. Ancak, bu yardımın zamanla azalması gerekir.
- Çocuğunuz bazı etkinlikleri ilk denemede yapamayabilir. Becerinin gelişmesi ve öğrenme için tekrar etmenin ve denemenin önemini unutmayın. Düzenli uygulama ve tekrar için çocuğun seviyesine göre günde yarım saat ya da haftada 2-3 gün birer saat gibi planlama yapabilirsiniz.
- Çocuğunuz etkinliği kuralına uygun yapamazsa (çizgi üzerinden kesememek, boyarken taşımak, düzgün yapıştırılmamak vb.) “Olmamış”, “Yanlış” vb. ifadeler kullanmak yerine motive edin. Doğru ve hatalı yaptığı yerlerle ilgili geri bildirim vererek gerekiyorsa etkinliğin kuralını tekrar hatırlatın.
- Etkinlikleri çocukta merak uyandıracak bir şekilde sunmaya ve oyunlaştırmaya çalışın.
- Dilerseniz süre tutarak ya da yarışma haline getirerek etkinliklere heyecan katabilirsiniz. Yarış halinde yapılan etkinliklerde çocuğun sürekli kazanan ya da sürekli kaybeden olmamasına dikkat ediniz.



Daha fazla etkinlik için çocuğunuzun yaşına uygun internet araması yapabilirsiniz (Örn. 5 Yaş İnce Motor Etkinlikleri.) Ayrıntılı bilgi için okulumuz rehberlik servisiyle iletişime geçiniz.

Değerli velilerimiz;

Teknolojinin gelişmesiyle işimizi, yemeğimizin bir kısmını, alışverişimizi, ev işlerini vs. ellerimizi pek kullanmadan yerine getirir olduk.

Çocuklarımız da bu gelişmelerden nasibini aldı; ellerini ve bedenlerini kullanmadan oynadıkları oyunlar gelişmelerini etkilemeye başladı.

Hasan Özvarnalı İlkokulu Rehberlik Servisi olarak bu sayımızda çocukların el ve parmak kaslarını ve ince motor becerilerini güçlendirecek etkinlikleri sizinle paylaşmaya çalıştık. Vakit ayırarak okuduğunuz için teşekkür ederiz.

Diğer Rehberlik Çalışmalarımız için okulumuz web sitesi ve sosyal medya hesaplarını takipte kalın!



KAYNAKÇA

- Okul Öncesi Eğitim Programı – mev.gov.tr
- Çocuklarda İnce Motor Gelişimi – İlk Evin Özel Eğitim Ve Rehabilitasyon Merkezi
- İnce Motor Beceri Kontrol Listesi - <http://www.montessoridunyasi.com/>
- Çocukların Motor Gelişim Özellikleri - <https://acikders.ankara.edu.tr/>
- İnce Motor Gelişim Etkinlikleri - <https://www.hurriyet.com.tr/>
- İnce Motor Gelişimi ve Etkinlikleri: <http://cocuklaringelisimi.com/>
- İnce Motor Gelişim Etkinlikleri: - <https://www.acevokuloncesi.org/>



/hasanozvarnalilkokulu



/hasanozvarnalilkokulu



/Hasan Özvarnalı ilkokulu

<http://hasanozvarnali.meb.k12.tr/>