

3-6 YAŞ ÇOCUKLARINDA HAREKET EĞİTİMİ ve FİZİKSEL AKTİVİTE

10. BÖLÜM

Varol TUTALI

GİRİŞ

Çocukların temel motor becerilerinin gelişimi açısından okulöncesi eğitimin, eğitim programlarında yer alan etkinlikleri doğru uygulamak çocukların yaşına uygun motor becerilerini kazanma noktasında önemlidir. Yapılan bilimsel çalışmalarda da fiziksel etkinliklerin ve oyun etkinliklerinin çocuklarda olumlu etkileri olduğu görülmektedir(Kerkez, 2006-Kerkez,2004-Çelebi,2010-Kırıcı,2008-Pürtaş ve diğ.2017-Yavuz ve diğ,2018). Temel hareket becerilerini amacına uygun almayan çocuklar, analizi zor olan hareketleri ve becerileri yapmakta zorluk yaşarlar(Kerkez,2012).

Okul öncesi kurumlarda temel hareket becerilerinin gelişimi için eğitim programlarında hareket etkinliği başlığı altında önemi ve amacı anlatılmıştır. Bu başlık adı altında hareket eğitiminin amacı “çocukların temel hareket becerilerini geliştirerek çocuğun fiziksel, motor, bilişsel, dil, sosyal ve duygusal, gelişimine ve öz bakım becerilerine katkıda bulunmaktadır. Böylece çocuğun fiziksel etkinliklere yaşam boyu katılımı da sağlanabilir. Çocukların fiziksel ve motor yeterliliklerinin, algısal motor gelişimlerinin ve hareket becerilerinin yani yer değiştirme, nesne kontrolü ve denge becerilerinin geliştirilmesini içeren etkinliklerdir. Bu et-

KAYNAKLAR

- Aktaş Y (1995). Çalışan Annelerin Karşılaştıkları Sorunlar ve Okulöncesi Eğitim Kurumlarının Önemi. 10. Ya-Pa Okulöncesi Eğitimi ve Yaygınlaştırılması Semineri. 22-25 Mayıs. Ankara.
- Burdette HL, Whitaker RC (2004). Neighborhood playgrounds, fast food restaurants, and crime: Relationships to overweight in low-income preschool children. *Prev Med* 2004; 38: 57-63.
- Çelebi B. (2010). Hareket Eğitiminin Okulöncesi Eğitim Kurumlarındaki 5-6 Yaş Grubu Çocuklarda Fiziksel ve Motor Gelişime Etkisi. Yüksek Lisans Tezi. Muğla Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Davison KK, Cutting TM, Birch LL (2003). Parents' activity-related parenting practices predict girls' physical activity. *Med Sci Sports Exerc.* 2003; 35: 1589-95.
- Davison KK, Birch LL (2002). Obesigenic families: parents' physical activity and dietary intake patterns predict girls' risk of overweight. *Int J Obes.* 2002; 26: 1186-93.
- Dwyer GM, Higgs J, Hardy LL and Baur LA (2008). What do parents and preschool staff tell us about young children's physical activity: a qualitative study. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity* 2008, 5:66.
- Irwin JD, He M, Sangster Bouck LM, Tucker P, Pollett GL (2005). Preschoolers' Physical Activity Behaviours Parents' Perspectives. *Revue Canadienne De Santé Publique* Volume 96, No. 4.
- Kerkez Fİ. (2004). Geliştirilmiş oyun-egzersiz programının anaokulu çocuklarında lokomotor becerilere etkisi, *Spor Bilimleri Dergisi*, 15(2), 76-90.
- Kerkez Fİ. (2006). Oyun ve Egzersizin Yuva ve Anaokuluna Giden 5-6 Yaş Grubu Çocuklarda Fiziksel ve Motor Gelişime Etkisinin Araştırılması. Doktora Tezi Karadeniz Teknik Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü
- Kerkez, F.(2012). Sağlıklı Büyüme için Okulöncesi Dönemdeki Çocuklarda Hareket ve Fiziksel Aktivite, *Hacettepe J. of Sport Sciences* 2012, 23 (1), 34-42
- Kerkez, F., Tural, V., & Akcinar, F. (2013). Factors limiting physical activity and leading to obesity in kindergarten research article. *International Journal of Academic Research*, 5(6), 9-16. doi:10.7813/2075-4124.2013/5-6/A.2
- Kırıcı H M. (2008). Ayrıntı Okulöncesi Eğitim Kurumlarındaki 4-6 Yaş Grubu Çocuklarda 8 Haftalık Hareket Eğitiminin

- Motor Performanslarına Etkisi. Yüksek Lisans Tezi Muğla Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Moore LL, Lombardi DA, White MJ, Campbell JL, Oliveria SA, Ellison RC (1991). Influence of parents' physical activity levels on activity levels of young children. *J Pediatr* 1991, 118:215-219.
- National Association for Sport and Physical Education (2011). *Active Start: A Statement of Physical Activity Guidelines for Children From Birth to Age 5*, 2nd Edition. AAHPERD Publications, Oxon Hill, Md. <http://www.aahperd.org/naspe/standards/nationalGuidelines/ActiveStart.cfm>.
- Purtaş,Ö.Gökhan,D. (2017).Okul Öncesi Eğitimde Uygulanan Hedef Etkinlik Planlarının Çeşitli Değişkinler Açısından İncelenmesi. *Turkish Journal of Primary Education*,2017,2,11-29
- Özen Ş (2008). Okul Öncesi Eğitim ve Aile: Anne ve Babaların Okul Öncesi Eğitimden Beklentileri (Kars Örneği). Kafkas Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kars.
- Rich SS, Di Marco NM, Huettig C, Essery EV, Andersson E & Sanborn CF (2005). Perceptions of health status and play activities in parents of overweight Hispanic toddlers and preschoolers. *Family Community Health*, 28(2), 130-141.
- Shumaker SA, Ockene JK, Riekert KA (2009). *The handbook of health behaviour change*. 3 edition. New York: Springer Publishing Company.
- Sallis JF, Patterson TL, McKenzie TL, Nader PR (1988). Family variables and physical activity in preschool children. *J Dev Behav Pediatric* 1988, 9(2):57-61.
- Sallis JF, Nader PR, Broyles SL, Berry CC, Elder JP, McKenzie TL, Nelson JA (1993). Correlates of physical activity at home in Mexican-American and Anglo-American preschool children. *Health Psych* 1993, 12(5):390-398.
- Salmon J, Timperio A, Telford A, Carver A, Crawford D (2005). Association of family environment with children's television viewing and with low level of physical activity. *Obes Res*. 2005;13: 1939-51.
- Sevinç, M (2006). Okul Öncesi Eğitimi Alan Çocukların Annelerinin Okuldan Beklentileri. *Kazım Karabekir Eğitim Fakültesi Dergisi*, Yıl: 2006 Sayı:13.
- Spurrier NJ, Magarey AA, Golley R, Curnow F, Sawyer MG (2008). Relationships between the home environment and physical activity and dietary patterns of preschool children: a cross-sectional study. *Int J Behav Nutr Phys Act* 2008, 5: 31.
- T.C. Mili Eğitim Bakanlığı Temel Eğitim Genel Müdürlüğü (2013) Okul Öncesi Eğitimi Programı,Ankara, <https://tegm.meb.gov.tr/dosya/>

okuloncesi/ooproram.pdf

- Tokuç H (2007). Anne ve Babaların Okul Öncesi Eğitim Hakkındaki Görüşlerinin İncelenmesi. Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Ankara.
- Tinsley BJ (2003). How children learn to be healthy Cambridge: Cambridge University Press; 2003 [<http://catdir.loc.gov/catdir/samples/cam033/2002022289.pdf>].
- Tucker P, M van Zandvoort M, Shauna M, Burke SM, Irwin JD (2011). The influence of parents and the home environment on preschoolers' physical activity behaviours: A qualitative investigation of childcare providers' perspectives. BMC Public Health 2011, 11: 168.
- US Department of Agriculture. Dietary Guidelines for Americans (2005). 6th ed. Washington, DC: US Department of Agriculture, US Department of Health and Human Services; 2005
- Yavuz, N.F.Özyürek,A.Beden Eğitimi ve Spor Etkinliklerinin Okul Öncesi Dönem Çocuklarının Hareket Becerileri Üzerine Etkisi. Karaelmas Journal of Educational Sciences 6 (2018) 40-50