

DOROTHY EINON

BEBEKLİKTE OKULA Öğrenmede İlk Adımlar



Okulöncesi
çocuklarının öğrenme
becerilerini destekleyip
geliştirmeleri için,
ana-babaların bilmesi
gereken her şey.





DOROTHY EINON

**BEBEKLİKTE
OKULA**

Öğrenmede İlk Adımlar



Remzi Kitabevi

İçindekiler

Giriş 6

1 Hareket etmeyi
öğrenmek 12

2 Ayakta durmaktan,
zıplamaya 26

3 Beş duyu nasıl gelişir 42

4 El ve göz
arasındaki eşgüdüm 58

5 Yaratıcı olmayı
öğrenmek 78

6 İnsanlar ve nesneler 94

Özgün adı: Guide to Learning Early

© 1998 Marshall Editions Ltd, London U.K.

Metin © 1998 Dorothy Einon

Türkçe yayın ve çeviri hakları:

© Remzi Kitabevi, 2015

Türkçesi: Ayşegül Çetin

Yayına hazırlayan:

Ömer Erduran, Zeynep Atayman

ISBN 978-975-14-0730-6

Birinci Basım: Mayıs 2000

İkinci Basım: Aralık 2015

Kitabın bu basımı 3000 adet yapılmıştır

Remzi Kitabevi A.Ş., Akmerkez E3-14,
34337 Etiler-İstanbul

Tel (212) 282 2080 Faks (212) 282 2090

www.remzi.com.tr post@remzi.com.tr

Sertifika no: 10705

Baskı ve cilt: Seçil Ofset, 100. Yıl Mah.,

Matbaacılar Sitesi 4. Cad. No: 77,

Bağcılar - İstanbul Tel (212) 629 0615

Sertifika no: 12068

7
BÖLÜM
Düşünsel becerilerin
gelişimi 112

8
BÖLÜM
Mekân bilinci 132

9
BÖLÜM
Konuşmayı öğrenmek 150

10
BÖLÜM
Birey bilincini
kazanmak 174

11
BÖLÜM
Sosyal olmayı
öğrenmek 190

12
BÖLÜM
Kendi başına
yapabilmek 204

13
BÖLÜM
Okula başlarken 218

Dizin 236

Teşekkür..... 240



Giriş

Anne ve baba olarak, çocuklarımızın gelişiminde son derece önemli bir rol oynarız. Beş yaşında çocuklarımızı öğretmenlere emanet ettiğimizde, temel öğrenme becerilerinin çoğu zaten yerleşmiş durumdadır. Mutlu, kendine güvenen ve öğrenmenin eğlenceli olduğunu bilen bir çocuk, okula hazırlıklı olarak ve hevesle koşacaktır. Okula bu güvenle başlayan çocukların kendilerine olan inançları sarsılmayacak, hatta büyük olasılıkla daha da güçlenecektir. Çocuğun yetenek ve becerilerine olan güvenini geliştirmesi, ikiyle ikiyi toplayabilmesinden veya adını yazabilmesinden çok daha önemlidir. Çocuğumuzun, öğrenmenin hayattaki en büyük zevklerden biri olduğunu fark etmesini sağlamak da okulöncesi eğitimin en önemli derslerinden biridir.



Eğer çocuk öğrenebileceğini biliyorsa öğrenecektir, öğrenemeyeceğini düşünüyor da da öğrenemeyecektir. Her şeyi her zaman doğru yapmayı kimse başaramaz, ama yapabileceğine inanan çocuk, başarıya kadar sabırla deneyecektir. Bütün kapıları açacak olan anahtar “kendine saygı”dır ki, bunun ölçülmesi, okuma yazma becerilerinin ölçülmesinden çok daha zor, ama bir o kadar da önemlidir. Çocuğunuz onu hayatta yapabildikleri için değil, sırf kendisi olduğu için sevecek insanlar olduğunu biliyorsa kendine saygı duyacaktır. Özsaygısı olan çocuk, hata yapsa da insanların sevgisini kaybetmeyeceğini bilir ve kendine güvenini yitirmez. Yalnızca başarıları için sevildiğine inanan çocuk ise, başarısızlık karşısında yıllacak, hatta başarısızlık korkusuyla daha baştan vazgeçecektir. Sınırsız sevgi, destek ve takdir gören çocuk, çözüm üretme bilgisine ve cesaretine sahiptir. Yenilebilir, başarısızlık karşısında düş kırıklığına uğrayabilir, ama kendine güvenini toplar ve yeniden dener.

Çocukların nasıl öğrendiğini anlamak

Çocuklar doğduklarında, içinde bulundukları dünyayla ilgili pek az şeyi algılar ve bu algıladıklarının da çok daha azını anlar. Duyuları odaklanmadığı için, gördüklerine ne olduklarını anlamadan bakarlar ve duyduklarını anlamsız sesler olarak dinlerler. İlk birkaç hafta boyunca çevrelerini saran dünyadan bağımsız birer varlık olduklarının bile farkında değildirler. Nasıl farkına varırlar ki? Ne bedenlerini ne de çevrelerini kontrol edebilirler. Ana rahmindeki yaşamları, onları dışarıdaki dünyayı anlama konusunda hazırlamamıştır.

Çocuğun, dünyayı keşfetmeden önce kendi bedeninin nerede bittiğini ve dış dünyanın nerede başladığını anlaması gerekir. Bunun için de öncelikle bedeninin hareketlerini kontrol ederek bir şeyler yapabileceğini fark etmelidir. Tek başına bunu başaramayacağına göre, bir rehber gereksinim duyması doğaldır. Aslında iki rehber sahiptir: Birincisi doğuştan gelen, ona ne zaman neyi merak etmesi gerektiğini ve bu konuda çevresinden nasıl yardım alacağını söyleyen bir “gelişme paketi”dir. Bu paket, kitaptaki her bölümün ilk kısmında tanımlanmıştır. İkinci rehber de çocuğun ana-babası veya bakıcılarıdır. Bu kişiler ne kadar cana yakın, anlayışlı ve tutarlıysa, çocuğun işi de o kadar kolaylaşır. Kitaptaki her bölümün ikinci kısmında da çocuğu öğrenmeye yöneltecek uygulamalı fikirler verilmiştir.

Kitapta vurgulandığı gibi, çocuğunuza anlamanızı ve onun potansiyeline ulaşmasına yardım etmenizi sağlayacak anahtar kavramlar, sevgi ve bilgidir. Sevilen çocuk gelişir ve serpilir; eğer çevresindekiler bu gelişimini anlayacak bilgiye sahip kişilerse, çocuğa en iyi başlangıcı sunabilirler.

Çocukların öğrenme yöntemleri

Başlangıçta çocuklar deneme-yanılma yöntemiyle öğrenirler: durmadan hareket etmelerinin ve her şeyi kurcalamalarının nedeni budur. Onları bu davranışa yönelten



şeylerden biri yaptıklarından duydukları haz, diğeri de ana-babalarının veya bakıcılarının onları zevkle izlemeleri ve öğrenmeye teşvik etmeleridir. Sonraları çocuklar yetişkinlerin önce davranışlarını, ardından eğilimlerini ve ilgi alanlarını taklit ederek öğrenmeye başlarlar. Çocuk, sizin arkadaşlarınızla iletişiminizi görünce kendi sosyal becerilerini geliştirmek, kitap okuduğunuzu görünce de kitapları keşfetmek isteyecektir.



Çocuklar söylediklerinizi anlayacak yaşa geldiklerinde onlara yaptığınız açıklamalarla da öğrenmeye başlarlar. Yine de, nasıl öğrenirse öğrensin, her çocuğun tırmanacağı kendine ait bir dağı vardır. Belki hepsi zirveye ulaşmaz, ama ana-babalarının rehberliğinde, olabilecek en yüksek noktadan yola çıkabilirler. Sonuçta, bir çocuğun ne kadar yükseğe çıkacağını kendi yeteneği, kişiliği ve kararlılığının yanı sıra, özgüveni ve özsaygısı gibi daha elle tutulur etkenler ve biraz da şans belirler.

Gelişmenin ritmi

Çocukların gelişimi düzensiz bir seyir izler. Çocuğunuzun boyu ilk yıl toplam 25-30 santimetre uzayacaktır, ancak bu, haftada 0,5 santimetre uzayacağı anlamına gelmez. Bir gecede bir santim uzayan boyu, bazen bir ay boyunca aynı kalır. Çocuğunuzun bilgi edinme süreci de böyledir. Önce inanılmaz bir hızla öğrenir, ardından bunları hazmetme sürecine girer. Öğrendiklerini bir araya getirip inceler ve bunları daha önceki bilgileriyle karşılaştırır. Çocukla ilgilenen kişilerin de bu

ritme ayak uydurmaları gerekir. Yaşam, kesintisiz bir etkinlik süreci olmak zorunda değildir. Çocukların hareketli olduğu kadar sakin anlara, değişiklik kadar tek-

düzeliğe, önemli ve ciddi ödevler

kadar da aptalca ama eğlenceli oyunlara gereksinimleri vardır.



Bu kitabın düzenlenişi

Çocuğunuzun dünyayla ilgili bilgilerinin nasıl geliştiğini ve onu desteklemek için ne yapabileceğinizi bilerseniz, ona en iyi başlangıcı sağlayabilirsiniz. Bu kitabın ilk 11 bölümünün konusu, okulöncesi çağındaki bir çocuğun hareket etmek, ellerini kullanmak, çevresindekilerle iletişim kurmak ve anlaşmak gibi değişik alanlarda geliştirmesi gereken becerilerdir. Son iki bölümün konusu ise çocuğunuzun sorunsuz ve mutlu bir şekilde okula uyum sağlaması için gereksinim duyacağı bağımsızlık ve kendine güven gibi kişilik özelliklerinin yanı sıra okuma, yazma ve matematik için gerekli temel becerilerin oluşturulmasıdır.

Her bölümde, çocuğunuzun gelişiminde izleyeceğiniz kilometre taşları olarak kabul edilebilecek davranışların ne olduğu ve bu davranışları ne zaman bekleyeceğinize ilişkin bilgiler verilmekte, çocuğunuzun öğrenme mekanizması açık bir şekilde gösterilmektedir. Daha sonra çocuğunuzun öğrenmesine yardımcı olacak bir dizi etkinlik, bu etkinliklerin ona neler öğreteceği gösterilerek verilmekte, oyuncak seçimiyle ilgili yardımcı bilgiler ve en sık karşılaşılan sorunların çözümüne yönelik öneriler sunulmaktadır. Bir  ocuk için oyun oynamak, öğrenmektir; bu kitabın amacı da öğrenmeyi hem onun için hem de sizin için eğlence- li bir hale getirmektir.

Not

Çoğu ana-baba, çocuklarının bakımını zaman zaman başkalarıyla paylaşır ve bu kişilerin de çocuğun gelişiminde çok büyük etkisi olabilir. Bu kitapta basit bir anlatım sunmak amacıyla sadece “ana-baba” terimi kullanılmasına karşın, bu terimle aslında gün boyunca çocukları seven ve onlarla iletişim kuran “anne, baba veya çocuğun bakımını üstlenen diğer başlıca kişiler” kastedilmektedir.



Büyüyen bebeğiniz

Bütün bebekler farklıdır, ama bir çocuğun ilk birkaç yıldaki boy ve kilo artışı, genel bir seyir izler

Bir çocuğun büyümesinde değişmeden seyreden hiçbir şey yoktur. Gebelikten doğuma kadar bir bebeğin boyu 50-52 santimetreye ulaşır. Doğumdan sonra bebeğin büyümesi yavaşlar ve çocukluk süresince de gitgide azalan bir hızda ilerler. Bebeğinizin boyu ilk yılda 25-30 santimetre, ikinci yılda ise 12-15 santimetre artar ki, bu da bir yetişkinin boyunun aşağı yukarı yarısıdır. Bir kız çocuğunun boyu, ikinci yaşına girdiğinde, yetişkin boyunun yarısından biraz daha fazladır.

Çocuğun kilosu da benzeri bir seyir izler. Dört-beş aylık bir bebeğin kilosu doğum kilosunun iki katıdır, 14-15 aylıkken de bebeğin kilosu doğum kilosunun üç katına ulaşır. Bundan sonra ise bebek yılda yaklaşık 3 kilogram alır. Bazı çocuklar daha yavaş, bazı çocuklarsa daha hızlı büyür. Büyümede en önemli etkenlerden biri beslenmedir, bunun yanı sıra kalıtım, soy, sevgi ve uyurum da önemli bir rol oynar.

Bir bebeğin bedeni sabit bir hızla büyümeyi. Önce başı hızla büyür, ardından bedeninin kalan kısmı bu büyümeye yetişir. Yeni yürümeye başlayan bir çocuğun başı boyunun dörtte biri büyüklüğündedir. Bir yetişkinin başıysa boyunun yaklaşık sekizde biri büyüklüğündedir. Bebeğin başı hızla büyür, çünkü beynin, içine sığacağı kadar büyük olmak zorundadır. Doğduğunda bir bebeğin beyni yetişkin bir insanın beyninin üçte biri büyüklüğündedir ama ilk yılda öyle bir hızla büyür ki, çocuk iki yaşına bastığında beyni bir yetişkinin beyninden pek de küçük değildir. (Bir bebeğin bonesi ile iki yaşındaki bir çocuğun şapkasını karşılaştırdığınızda bu hızlı gelişmeyi görebilirsiniz.)

İki yaşındaki bir çocuk soluk alıp vermeyi, uymayı, yediklerini sindirmeyi, görmeyi, işitmeyi, tat almayı, dokunma duyusunu, yürümeyi ve dengeyi kontrol etmeye yarayan beyin hücrelerine ve konuşmak, anımsamak, düşünmek ve beceri gerektiren hareketleri yapmak için gerekli donanımına sahiptir. Beceriler (ve aynı zamanda beyin) sonraki 14 yıl boyunca gelişmelerini sürdürür, ama bu gelişme temel taşları oluşturmaktan çok, son rötuşları yapmaya benzer. İki yaşındaki çocuğun önünde, bedensel büyüme açısından, daha alınacak çok yol vardır.

BÜYÜME CETVELİ

Doğumdan sonra

- Ortalama bir kız bebeğin boyu 50 santimetre, erkek bebeğin boyu ise 52 santimetredir. Her ikisi de ilk altı haftada yaklaşık 2 santimetre ve sonraki on iki haftada da 2 santimetre daha büyür.
- Ortalama bir bebek 3,2 kilogram ağırlığında doğar ve kilosu haftada yaklaşık 150 gram artar. Erkek bebeklerin ağırlığı dört ayda, kız bebeklerin ağırlığı ise beş ayda doğum kilolarının iki katına ulaşır.
- Bebeğin başı büyük, kol ve bacaklarıysa başına oranla küçüktür.
- Bebeğin kemikleri yumuşak ve esnektir, tıpkı kasları gibi, yüksek oranda su içerir. Bazı "kemikler" henüz kıkırdak halindedir.

6

aylık

- Ortalama bir erkek bebeğin boyu 57 santimetre, kız bebeğin boyu ise 55 santimetredir.
- El ve bilek kemikleri sertleşmeye başlamıştır.
- Bacaklar ve sırt hâlâ esnektir (bebeğin ayak parmaklarını emebilmesinin ve ayağını başının arkasına koyabilmesinin nedeni de budur).

1

yaşında

- Ortalama bir çocuğun boyu 75-82 santimetredir.
- Ortalama bir kız çocuğu 13. ayda, erkek çocuksa 11. ayda doğum kilosunun üç katı ağırlığa ulaşır.
- Çocukların bileklerinde yalnızca üç kemik bulunur (yetişkinlerinse 28 kemik vardır) bu yüzden de küçük çocuklar yetişkinlerden daha sakar olur ve nesneleri yerlerine düzgün şekilde yerleştiremez.

2-4

yaşında

- Çocuğun boyu yetişkinliktekinin yarısıdır ve yılda 5-7 santimetre uzar.
- Ağırlığı yılda 2-3 kilogram artar.
- Başı hâlâ bedenine oranla büyüktür.
- Kasları daha güçlü; kemikleriyse daha az esnektir.

5-6

yaşında

- Çocuğun bedeni başından daha hızlı büyür ve bu da ona yetişkin bedeninin orantılarını kazandırır.
- El ve ayak bileklerindeki kemik sayısı artar.



BÜYÜMENİN GELİŞİME ETKİLERİ

Beyin henüz olgunlaşmamış olduğu için bebek kendi kendine pek az şey yapabilir.

FİZİKSEL GELİŞİME NASIL YARDIMCI OLABİLİRSİNİZ

- Bacaklarını kullanan bir bebek, kullanmayana oranla daha erken yürümeye başlayacaktır, bu yüzden bebeğinizi kucağınızdayken destekleyerek ayaklarıyla sizi itmesini sağlayın.
- Tekme atmak, yürürken kullanılan kasları çalıştırır. Bebeğinizin üzerinde sadece ince bir alt bezi varken veya altı açıkken düzenli olarak oynanan oyunlar (özellikle de onu tekme atmaya teşvik eden oyunlar) yürütmesine yardımcı olacaktır.

Fiziksel büyüme, çocuğun becerilerinin ne kadar hızlı geliştiğinin oldukça iyi bir göstergesidir.



- Bebeğinizin bazı oyuncaklarına uzanarak ulaşmasını sağlayın.
- Eğer sekiz veya dokuz aylıkken hâlâ bir yerden bir yere gidemiyorsa bir hoppala ya da bir yürütécin yararı olabilir (bkz. s. 24).



Bebek geceleri büyür ve bu ona acı verebilir; rahatsız gecelerin tek nedeni dış çıkarması değildir.



Büyümenin genel seyri içinde ani atılımlar veya duraklamalar görülür. Çocuk bir gecede 1 santimetre büyüyebilir, ardından haftalarca boyu aynı kalabilir. Bu hızlı büyümeyi ayakkabı-ları birdenbire küçük geldiğinde fark edebilirsiniz.

- Bir yaşındaki çocuklar yürürken bir şeyleri itmeyi severler. Yürümeye başladıktan birkaç ay sonra, bir çocuk arabasını veya üç tekerlekli bisikleti iterek sürebilirler.

- Çocuklar için tırmanma çerçeveleri, salıncaklar ve kaydıraklar, becerilerini artıracak oyuncaklardır.
- Kovalamaca oyunları, müzik eşliğinde dans etmek ve alçak bir duvarın üzerinde yürümek yararlı etkinliklerdir.

El ve ayak bileklerinin gelişmesiyle çocuklar hızla koşabilir, aniden yön değiştirebilir, ellerini ve dolayısıyla da nesneleri ustalıkla kullanabilir.

- Yüzme dersleri, dans dersleri, jimnastik veya patenle kayma gibi etkinliklere katılması yararlı olacaktır.
- Çocuğunuzu bir sürü kursa yollama eğilimine karşı direnin; bazen becerilerin kendiliğinden de gelişmesi gerekir.

Hareket etmeyi öğrenmek

Yeni doğmuş bir bebeğin kasları güçsüz, kemikleri yumuşak ve esnektir, sinir sistemi henüz ne son şekline ulaşmış ne de gelişmiştir. Yaşamının ilk on sekiz ayı boyunca bebeğin kasları güçlenir, kemikleri sertleşir ve beyninin, hareketi denetleyen bölümleri olgunlaşır. Bu gelişimin hızı büyük ölçüde kalıtıma bağlıdır. Erken yaşta oturmayı öğrenen çocuklar, yürümeyi de, bir oyuncığa uzanmayı da erken öğrenirler. Bu, onların daha akıllı oldukları anlamına gelmez, sadece gelişimlerini hızlı kılan genlere sahiptirler.

Gelişimin hızı her ne kadar kalıtıma bağlı olsa da, ana-babalar ve çocuğun bakımını üstlenen kişiler de bu konuda önemli bir rol oynayabilirler. Yeterince sevgi, ilgi ve gıdayla beslenen çocuklar bunların eksikliğini çeken çocuklara oranla daha çabuk gelişirler. Bebeğinizi kaslarını kullanmaya ve

ayakta durmaya teşvik ederek gelişimini hızlandırabilirsiniz.

Çocuk emeklemeye başladığında zihinsel olarak da yol alacaktır. Belki de bunun nedeni hareket etmeye başlayan bir bebeğe, eskisine oranla daha fazla ilgi göstermenizdir. Ancak aşırı ısrarcı olmanın da en az ilgisizlik kadar zararlı olacağını unutmayın. Bırakın, çocuğunuzun gelişme hızını belirleyen şey, yaptıklarından duyduğu haz olsun.





	BEBEĞİNİZ NELER YAPABİLİR	
Doğumdan sonra	Bebeği ayakları yere değecek şekilde tuttuğunuzda, yürümeye benzer bir refleksle hareket eder. Eğer alıştırmaya yapılmazsa bu becerisini kısa sürede yitirir.	
8 haftalık	- Heyecanlandığı zaman tekmeler atar ve kollarını sallar (6 haftalıkken). Bunlar, gelecekte adım atarken de yapacağı hareketlerdir. Ona ağır gelen bacaklarını kaldırması, sırtüstü yatarken daha kolaylaşır. - Onu ayakta tutarsanız başını kaldırabilir ama oturma pozisyonundan biraz daha geriye yaslandığında başını taşıyamaz.	
24 haftalık	- Onu koltuk altlarından desteklerseniz başını dik tutabilir ve beden ağırlığının çoğunu taşıyabilir. - Ayaklarıyla sizi itmeye başlar, hatta onu kollarınıza alırken kendi kendine kalkmaya çalışır. - Hareket ederken sırtını dik tutar ve dengesini sağlar.	
30 haftalık	- Sırtını dik tutma becerisi giderek gelişir. - Mobilyalara tutunurken kendi ağırlığını taşıyabilir ve bir süre bu şekilde ayakta durabilir. - Bazı bebekler mobilyalara tutunup ayağa kalkabilir ve yürüyebilir. - Onu ayakta duracak şekilde tuttuğunuzda, sırtı daha diktir. - Onu yere bırakırken bacaklarını indirir ve dizlerini bükür.	
36 haftalık	- Mobilyalara tutunarak ayağa kalkabilir, hareket ederken sırtını dik tutar. - Dengesini sağlamak için tek eliyle tutunması yeterlidir.	
48 haftalık	- Bir eliyle bir mobilyaya tutunurken diğer eliyle çevresini yoklayarak yürüyebilir. - Adımları ve duruşu daha düzgündür, biraz destekle ayakta durabilir. - Tutunarak güvenli bir şekilde ayağa kalkabilir ve geri oturabilir. - Bir şeye tutunarak tek ayak üstünde durabilir.	
12 aylık	- Destek almadan bir süre ayakta durabilir ve eğer ayaktayken arkasını bir yere yaslıyorsa dik durur. - On üç aylık olduklarında bebeklerin hemen hemen yarısı yürümeye başlar ama çoğunlukla hızları kesildiğinde dengelerini yitirip düşerler.	
18 aylık	- İleriye doğru, yanlamasına ya da arkaya yürüyebilir. - İpe bağlı bir oyuncak çekebilir, itebilir ya da oyuncak kamyonuna binebilir. - Koşabilir ama hâlâ sık sık düşer.	

NELER OLUYOR	ONA NASIL YARDIMCI OLABİLİRSİNİZ
Ayakları yere değdiğinde otomatik olarak adım atmaya çalışması bir reflekstir.	Egzersizler bacak kaslarını geliştirir. Yürüme oyunları, erken yürümesini sağlar. 
Tekme atarken, ileride yürürken kullanacağı kasları kullanır. Tekme atması için ayaklarının yere değmesi gerekmez. Otomatik olarak adım atma refleksini yitirdikten sonra onu koltuk altlarından tutarsanız dik durabilir. Başını dik tutabilmesinin nedeni boyun kaslarının güçlenmesidir.	- Tekme atarak, hareketleri ile soluk alması arasındaki eşgüdümü öğrenir. Altbezi olmadığında onunla oynayın. - Bebeğinizi yukarı aşağı hareket ettirin, böylelikle ayaklarını hissedecektir.
Bedenini denetleyebilmeye başlamıştır. Bu denetim önce baştan başlar sonra merkezden dışa doğru gelişir, yani omuzlardan parmak uçlarına ve kalçadan ayak parmaklarına doğru. Eğer onu dikkatle izlerseniz önce boynunun daha sonra omuzlarının ve sırtının güçlendiğini görürsünüz.	Alışverişe giderken bebeğinizi bir kanguruda taşıyın. Kendini sizin beden hareketlerinizle uydurmayı öğrenmek onun için çok yararlıdır; bunun yanı sıra soluk alıp verişini de size göre ayarlayacaktır.
Beyni geliştikçe küçük hareketler için gerekli olan kaslarını kullanacak beceriyi edinir.	Çok sık kullanılmadığı sürece, bir yürüteç ona yararlı olacaktır (bkz. s.24).
Kaslarını kullanmaya ne kadar erken başlayacağı kalıtıma bağlıdır. Anne ve/veya babası yürümeye geç başlayan bir çocuk da büyük olasılıkla geç yürüyecektir.	Çocuğunuzun dizinize ata biner gibi oturduğu oyunlar, hareket ederken beden duruşunu ayarlamayı öğrenmesini sağlar.
Tombul bebekler yürümeye daha geç başlarlar çünkü daha ağır bir bedeni taşımak zorundadırlar.	Evdeki mobilyalar bebeğiniz ayağa kalkmak için tutunduğunda devrilmeyecek türden olmalıdır. Daha dengersiz olan mobilyaları, çocuğunuz bir yerlere tutunmadan ayakta durmayı öğrenene kadar, onun bulunduğu yerlerden uzaklaştırın.
Afrika kökenli bebekler Avrupa kökenli bebeklere oranla biraz daha erken olgunlaşırlar, oturmaya ve yürümeye daha erken başlarlar. Bazı bebekler ayakta durmayı öğrendikten birkaç hafta sonra yürümeye başlar, bazılarıysa dengeli bir şekilde ayakta durmayı ya da yürümeyi öğrenmeden koşmaya girer.	- Birkaç hafta boyunca sık sık düşecektir. Çevresinde, keskin köşeli eşyalar olmamasına dikkat edin. - Eğer hâlâ yürümüyorsa mobilyaları birbirinden uzaklaştırıp, arayı tutunmadan kat etmek zorunda bırakın.
Oturdıkları yerde kayarak ilerleyen çocuklar bu yaşta hâlâ yürümeye başlamamış olabilirler. Hem hareket etme hem de bir şeyler taşıma ihtiyaçlarını bu şekilde görebildiklerinden, yürüme gereksinimi duymazlar.	- Oyuncakları çekmek ya da itmek ona dengesini sağlamayı öğretir. - Bineceği tekerlekli oyuncaklar ona önündeki engellerin çevresinden dolaşmak için yön değiştirmeyi öğretir. 

Bebekler nasıl büyür?

Bebeğinizin büyümesini belirleyen etkenleri anlamak, onun ilk aylarını en iyi şekilde değerlendirmenize yardımcı olacaktır



Vurulduğunda hareket eden ya da bebeği oturarak oynamaya yönlendiren oyuncaklar, onun hareket etme becerisini geliştirir.

Bebeklik çağı kısa sürer, ancak hızla birbirini izleyen çok sayıda küçük başarıyla doludur. Çocuğunuz iki yaşına geldiğinde yeni doğduğu zamanki halinden o kadar farklıdır ki, yetişkinlikteki haliyle çok daha fazla ortak noktası olacaktır.

Çocuğunuzla ilgilenir ve gereksinim duyduğunda ona yardım ederseniz, o da mümkün olan en hızlı şekilde gelişecektir. Bebeklik çağının bir an önce geçmesi için çabalamayın: Çocuğunuzun kaydedeceği her yeni aşama için heyecanla beklemek yerine, onun bu döneminden keyif almasını bilin.

Beynin etkisi

Beyin önceden belirlenen şekilde gelişir. Beynin soluk alıp vermeyi, süt emmeyi, sindirimi, kan dolaşımını ve benzeri basit yaşamsal mekanizmaları denetleyen bölümleri, doğumdan önce de etkin durumdadır. Bilinçli hareketleri denetleyen bölümler, bebeğin yaşının ilk birkaç yılında oluşur. Zihinsel gelişmeyi denetleyen bölümlerse (konuşma, bellek, algılama,

düşünce) çocukluk döneminde olgunlaşır. Küçük bir bebek bir yetişkin gibi hareket etme ya da düşünme özelliğine sahip değildir. Yeni yürümeye başladığında hareketleri ve düşünme tarzı yetişkinlerinkine biraz daha benzer. Okul çağına geldiğinde bu açıdan yetişkinlere çok yakındır. Ergenlikte ise yetişkinlerle arasında hemen hemen hiç fark kalmaz.

Çocuğun vücudu göz önüne alındığında, becerileri yukarıdan aşağı (baştan gövdeye) ve merkezden dışa (gövdeden kollara ve bacaklara) doğru gelişir. Bebeğin ağzı ve dili, boyun kasları başını dik tutabilecek ve çevirecek duruma gelmeden çok daha önce beceri kazanır. Bebek sırtını belinden daha önce dik tutabilir, kollarını bacaklarından daha önce ve kollarıyla bacaklarını da elleriyle ayaklarından daha önce denetlemeyi öğrenir. Bu nedenle, nesneleri eliyle kavrayabilmeye başlamadan önce, koluyla onlara vuracak ve parmaklarıyla nesneleri keşfedebilmeye başlamadan önce elleriyle onları kavrayacaktır. Çocuk ayakta durmaktan önce oturmayı öğrenir ve yürümesi için gerekli olan dengeyi sağlayacak şekilde ayaklarını ve ayak bileklerini kullanamazken, ellerini kullanabilir.

Soluk alıp verme ve hareket

Yetişkinlerde iki çeşit soluk alıp verme sistemi vardır. Birincisi bedenin kimyasal gereksinimlerini karşılar ve otomatiktir. İkincisi ise bilinçli olarak yapılır ve birinciye devre dışı bırakır. Bu tür soluma bir dizi karmaşık hareketi yaparken işimize yarar. Bu sayede soluk soluğa kalmadan uzun bir sohbeti sürdürebilir, yürürken ya da koşarken bir yandan da konuşabiliriz.

Bu iki sistemin işleyişi birbirinden farklıdır. Otomatik solumada ciğerlerimize yavaşça hava alır, sonra bunu hızlı bir şekilde boşaltırız. Bilinçli solumada ise, hızla soluk alır ve bu soluğu kontrollü olarak yavaşça veririz. Bebekler on iki haftalık olduklarında otomatik solumadan bilinçli solumaya geçerler. Tekme atarken, yürürken ya da kendilerine özgü sesler çıkarırken soluklarını yavaşça vermeyi öğrenirler. Bir bebek dört ya da beş aylık olduğunda ağlarken soluğunu tuttuğunu fark edersiniz. Daha sonraları bu bilinçli soluma, hareket ve konuşma becerisinde kullanılacaktır.

Sevgi çocuğun büyümesini nasıl etkiler?

Bebeklerin doğuştan belirlenmiş bir gelişme planı olsa da, onlara bakan kişilerin gerekli araçları ve uyarımları sağlamaları, çocuğun becerilerinin artmasında önemli bir rol oynar. Eğer çocuklarınıza gereksinim duydukları şeyleri sağlamazsanız, gerektiği kadar hızlı ve sorunsuz bir şekilde gelişemezler. Uç vakalarda büyümeleri tamamen durabilir. Mutlu bir bebek gereksinimleri karşılanan bir bebektir ve çocuklarının mutlu olmasına çalışan her ana-baba zaten doğru yolda demektir. Neyse ki, çocuğa bakan kişilerin onunla iyi iletişim kurmak ve isteklerini karşılamak için mutlaka çocuk gelişimi hakkında çok bilgili olmaları gerek-

Bir çocuğun vücudu üzerindeki kontrolü yukarıdan aşağı ve merkezden dışa doğru gelişir.

mez. Bebeğiniz gülümsüyor ve mutlu görünüyorsa, onun için en iyisini yapıyorsunuz demektir.

İyi ana-babalar

İyi birer ana-baba olmak her zaman fedakârlık gerektirir, çünkü aileler bütün bireylerinin gereksinimlerini dengelemek zorundadır. Gerçek dünyada hepimiz sıramızı beklemeyi öğrenmek zorunda kalırız. Hiç kimse sıranın hep en başında olacağını düşünmemelidir. Bebeğinizi kucağınıza almadan önce fincanınızdaki kahveyi bitirirken bu gerçeği aklınızda tutun. Yaptığınız yanlış değildir. Bebeğinizi sürekli öncelikler sıralamasının sonuna koymak elbette hatalıdır, ancak kendinizi çocuklarınıza kul köle etmek de en az bunun kadar hatalıdır. Çocukların gereksindiği şey sonsuz bir ilgi değildir.

Çocukların gelecekte başarılı yetişkinler olmaları için, kendi kendilerini motive etmeyi ve ilgi odağı olmadıkları zamanlarda da iş görebilmeyi öğrenmeleri gerekir. Çocukların da bazı gerçekleri kendi başlarına keşfetmeleri için yalnız kalmaları gereken zamanlar olacaktır. Yaptıkları yanlışlar da onlara en az doğrular kadar çok şey öğretir. Herkesin (küçük çocukların da) öğrendiklerini hazmetmek için biraz zamana gereksinimi vardır. Başarısızlık da en az başarı kadar gereklidir.

Nasıl yardımcı olabilirsiniz?

Her çocuk tekme atar ama tekmelerine göbeği gıdıklanarak karşılık verilen çocuk, daha güçlü ve uzun süreli tekmeler atmaya başlar. Her bebek ilgisini çeken nesnelere uzanır ama oyuncuğu kolaylıkla doku-nabileceği bir yere yerleştirilen bebek ona daha sık uzanacaktır. Eğer bebek hareket ettiğinde bir şeylerin olduğunu görürse bir süre sonra bunları aslında kendisinin yaptığını fark edecektir.

Bebekler tekme atmayı sever ve bu sayede bacak kaslarını geliştirirler. Yaklaşık 12 haftalıkken soluk alıp verişlerini de

tekmelerine göre ayarlamaya başlar, otomatik solumanın yanı sıra bilinçli solumayı öğrenirler.



Öğrenmede İlk Adımlar

Çocuklarda ilk yaşlar çok önemlidir. Çocuk, büyüdükçe geliştireceği fiziksel, zihinsel ve sosyal becerileri bu yaşlarda kazanmaya başlar.

Öğrenmede ilk Adımlar, çocuklarının gelişimini anlamaya çalışan ve onlara nasıl yardım edebileceklerini keşfetmek isteyen ana-babalar için vazgeçilmez bir rehberdir. Bu kitapta, rahat okunabilir bir anlatım, bilgilendirici şemalar ve canlı fotoğraflar eşliğinde yer alan konulardan bazıları şunlardır:

Çocuğun, doğumundan okula başlayana kadar geçireceği zihinsel ve fiziksel gelişim

Çocuğu, her gelişim aşamasında sahip olduğu potansiyeli kullanmaya teşvik eden oyunlar ve etkinlikler

Çocuğun temel becerilerini geliştirme yolları

Çocukla özel bir bağ kurabilmenin ve bu bağı güçlendirmenin yolları

Sık rastlanan sorunların pratik çözümleri



www.remzi.com.tr

ISBN 978-975-14-0730-6



9 789751 407306

₺ 45,00