

Çocuk Gelişimi

Editör: Ayşe Dilek ÖĞRETİR ÖZÇELİK

2. Baskı





Editör: Prof. Dr. Ayşe Dilek ÖĞRETİR ÖZÇELİK

ÇOCUK GELİŞİMİ

ISBN 978-605-037-056-0

DOI 10.14527/9786050370560

Kitap içeriğinin tüm sorumluluğu yazarlarına aittir.

© 2021, PEGEM AKADEMİ

Bu kitabın basım, yayım ve satış hakları Pegem Akademi Yay. Eğt. Dan. Hizm. Tic. A.Ş.'ye aittir. Anılan kuruluşun izni alınmadan kitabın tümü ya da bölümleri, kapak tasarımı; mekanik, elektronik, fotokopi, manyetik kayıt ya da başka yöntemlerle çoğaltılamaz, basılamaz ve dağıtılamaz. Bu kitap, T.C. Kültür ve Turizm Bakanlığı bandrolü ile satılmaktadır. Okuyucularımızın bandrolü olmayan kitaplar hakkında yayınevimize bilgi vermesini ve bandrolsüz yayınları satın almamasını diliyoruz.

Pegem Akademi Yayıncılık, 1998 yılından bugüne uluslararası düzeyde düzenli faaliyet yürüten **uluslararası akademik bir yayınevi**dir. Yayımladığı kitaplar; Yükseköğretim Kurulunca tanınan yükseköğretim kurumlarının kataloglarında yer almaktadır. Dünyadaki en büyük çevrimiçi kamu erişim kataloğu olan **WorldCat** ve ayrıca Türkiye'de kurulan **Turcademy.com** tarafından yayınları taranmaktadır, indekslenmektedir. Aynı alanda farklı yazarlara ait 1000'in üzerinde yayını bulunmaktadır. Pegem Akademi Yayınları ile ilgili detaylı bilgilere <http://pegem.net> adresinden ulaşılabilir.

1. Baskı: Kasım 2019, Ankara

2. Baskı: Mart 2021, Ankara

Yayın-Proje: Şehriban Türüldür
Dizgi-Grafik Tasarım: Müge Çetin
Kapak Tasarımı: Pegem Akademi

Baskı: Koza Yayın Dağıtım A.Ş.
Cevat Dünder Cad. No. 139
Ostim/ANKARA
Tel: (0312) 385 91 91

Yayıncı Sertifika No: 36306
Matbaa Sertifika No: 45553

İletişim

Karanfil 2 Sokak No: 45 Kızılay/ANKARA
Yayınevi: 0312 430 67 50 - 430 67 51
Dağıtım: 0312 434 54 24 - 434 54 08
Hazırlık Kursları: 0312 419 05 60
İnternet: www.pegem.net
E-ileti: pegem@pegem.net
WhatsApp Hattı: 0538 594 92 40

ÖN SÖZ

Çocuk Gelişim kitabı erken çocukluk eğitiminde temel ve giriş seviyesindeki derslerde kullanılmak amacıyla hazırlanmıştır. Doğumdan itibaren bebeklerin gelişimi, erken ve orta dönem çocukluk ile ergenliğin tüm evrelerini içine alacak şekilde çocuk gelişiminin tüm aşamaları ele alınmıştır. Çocukların gelişiminde rol oynayan anne-babalar, öğretmenler, akademisyenler, yakın çevre ve çocuk gelişimi alanında çalışan tüm paydaşların yararlanabileceği bu kitap çocukları “ben” olarak almaktadır. Bu kitap; fiziksel “ben”, duygusal “ben”, sosyal “ben”, bilişsel “ben”, cinsel “ben” ve ahlaki “ben” gelişim alanlarına odaklanmıştır. Fiziksel “ben” bölümünde, küçük ve büyük kasların gelişiminden günlük rutin yemek, dinlenmek ve tuvalet gibi fiziksel ihtiyaçların nasıl karşılandığı gibi birçok konu incelenmiştir. Duygusal “ben” bölümünde ruh sağlığının sağlıklı gelişimi, krizlerle başa çıkma, benlik kontrolü için rehber olma, benlik saygısının oluşumunu teşvik etme, saldırganlıkla başa çıkma gibi konular ele alınmıştır. Sosyal “ben”i açıklarken sosyal uyum, sosyal ilgi, sosyal öğrenme ve kültürel dünyamıza vurgu yapılmıştır. Bilişsel “ben” ise dil ve okuma becerisi gelişimi, akıl yürütme, düşünme becerileri gibi konuları araştırmıştır. Cinsel “ben”, cinsel gelişim yanında cinsel eğitim ve toplumsal cinsiyet gibi Türkiye’de çok fazla araştırma yapılmayan konuları da ele almıştır.

Gelişim, sürekli devam eden bir süreç olarak karşımıza çıkmaktadır. Anne karnından başlayan insanoğlunun gelişimi ölüm sürecine kadar devam etmektedir. Bu kitapta bebeklikten ergenliğe bütün gelişim alanlarında bireyin rolleri, deneyimleri ve dönemsel özellikleri hakkında geniş kapsamlı bir değerlendirme yapılmıştır. Gelişime dair önemli adımların ortaya konması, gelişim psikologlarının teori ve araştırmalarına değinilmesi, konuyla ilgili ayrıntılı açıklamaların yapılması amaçlanmıştır. Bilişsel gelişim, dil gelişimi, sosyal ve duygusal gelişim, ahlak gelişimi, fiziksel büyüme ve motor gelişim, cinsel gelişim ayrı başlıklar halinde incelenerek çocuk ve ergen gelişiminde hem köklü hem de son yıllarda öne çıkan teorilere ilgi çekici ve algısal bir bakış sağlanılmasına odaklanılmıştır.

Bu kitabın amacı, çocuk gelişimiyle ilgili olan, anne-baba, öğretmen adayları, öğretmenler, akademisyenlere bir rehber olmaktır. Bu kitapta sadece fiziksel ve duygusal gelişim değil çocuk gelişimi tüm boyutları, aşamaları, aktörleri ve paydaşları içine alacak şekilde incelemiştir. Küresel iletişim ve Endüstri 4.0 yaşadığımız bu dönem, çocukların oyun oynayarak, çamurda kirlenerek, gelincik tarlalarında koşarak, kuzuların peşinde dolaşarak, dede ve ninelerinden masallar dinleyerek ve anne-babalarından sevgi ve saygı gördükleri eski dönemleri de kapsayıcı olup geçmişle gelecek arasında köprü kurmayı amaçlamıştır.

Bu çalışmanın hazırlanmasında emeği geçen birçok kişi bulunmaktadır. Öncelikle akademisyen olan eşim ile bana derslerde anlattığım gelişim konularının her aşamasını dolu dolu yaşamamı sağlayan iki kız ve bir erkek üç çocuğuma sonsuz teşekkürlerimi sunarak başlamak istiyorum. Beni bu günlere getiren annem ile uzun yıllar akademik ve kişisel gelişimime katkı sunan öğretmen babam Adem Öğretir'e ve abime sevgilerimi ve saygılarımı sunuyorum. Akademik hayatımda başta Gazi ve Ankara üniversitesindeki hocalarım ve çalışma arkadaşlarım ile sevgili öğrencilerimin de bu kitabın hazırlanmasında katkıları olmuştur. Bu kitabın bu noktaya gelmesinde ilk günden beri benimle birlikte iş ve özel yaşamlarından zaman ayırarak bu çalışmaya katkı sunan diğer yazar akademisyen arkadaşlarıma da sonsuz teşekkürlerimi sunarım. Eğitim alanında birçok yayına katkı sunan PEGEM Yayınevi çalışanları da tüm aşamada desteklerini de minnetle anıyorum.

Prof. Dr. Ayşe Dilek ÖĞRETİR ÖZÇELİK

11.11.2019, ANKARA

Bölümler ve Yazarları

Editör: Prof. Dr. Ayşe Dilek ÖĞRETİR ÖZÇELİK

1. Bölüm: Fiziksel ve Motor Gelişim

Dr. Öğr. Üyesi Hasibe Özlen DEMİRCAN - *Orta Doğu Teknik Üniversitesi*

Doç. Dr. Selvinaz SAÇAN - *Aydın Adnan Menderes Üniversitesi*

2. Bölüm: Bilişsel Gelişim

Uzm. Elif ÖZSARI - *Gazi Üniversitesi*

3. Bölüm: Dil Gelişimi

Dr. Eğt. Odyoloğu Işık Sibel KÜÇÜKÜNAL - *Gazi Üniversitesi*

4. Bölüm: Ahlak Gelişimi

Prof. Dr. Ayşe Dilek ÖĞRETİR ÖZÇELİK - *Gazi Üniversitesi*

Dr. Öğr. Üyesi Gökhan ŞENGÜN - *Kırıkkale Üniversitesi*

5. Bölüm: Duygusal Gelişim

Doç. Dr. Ebru ERSAY - *Gazi Üniversitesi*

6. Bölüm: Sosyal Gelişim

Arş. Gör. Uzm. Kübra EKE - *Gazi Üniversitesi*

7. Bölüm: Cinsel Gelişim

Prof. Dr. Ayşe Dilek ÖĞRETİR ÖZÇELİK - *Gazi Üniversitesi*

Arş. Gör. Uzm. Gülhan YILMAZ BURSA - *Anadolu Üniversitesi*

8. Bölüm: Cinsel Eğitim

Prof. Dr. Ayşe Dilek ÖĞRETİR ÖZÇELİK - *Gazi Üniversitesi*

9. Bölüm: Aile

Prof. Dr. Ayşe Dilek ÖĞRETİR ÖZÇELİK - *Gazi Üniversitesi*

Dr. Öğr. Üyesi Hasibe Özlen DEMİRCAN - *Orta Doğu Teknik Üniversitesi*

İÇİNDEKİLER

Ön Söz.....	iii
Bölümler ve Yazarları.....	v

1. BÖLÜM

FİZİKSEL VE MOTOR GELİŞİM

Giriş: Fiziksel ve Motor Gelişim.....	1
Fiziksel Gelişim ile İlgili Kavramlar	3
Motor Gelişim ve İlgili Kavramlar	5
Gelişimin Yönü.....	5
Büyüme Hızı	5
Farklılaşma ve Bütünleşme	6
Kritik Dönem	6
Bireysel Farklılıklar	6
Filogenetik ve Ontogenetik Beceriler.....	7
Motor Gelişim ile İlgili Kuramlar	7
Olgunlaşma Kuramı	7
Dinamik Sistemler Kuramı.....	8
Motor Gelişim ile İlgili Modeller	8
Üç Ayaklı Kum Saati Modeli	8
Motor Gelişim Dağı Modeli	9
Erken Çocukluk Döneminde Fiziksel ve Motor Gelişim.....	11
Erken Çocukluk Döneminde Fiziksel ve Motor Gelişimi Etkileyen Faktörler	13
Sevgi ve İlgisi.....	16
Beslenme	16
Beslenme Yetersizliği	17
Obezite	18
Hastalıklar.....	19
Uyku Alışkanlığı.....	20
Orta Çocukluk Döneminde Fiziksel ve Motor Gelişim	20
Orta Çocukluk Döneminde Fiziksel ve Motor Gelişimi Etkileyen Faktörler	22
Beslenme	23
Beslenme Yetersizliği	24
Obezite	24
Ergenlik Döneminde Fiziksel ve Motor Gelişim.....	25
Ergenlik Döneminde Fiziksel ve Motor Gelişimi Etkileyen Faktörler	26
Beslenme	26

Yeme Bozuklukları.....	27
Uyku Alışkanlığı.....	28
Kaynakça.....	28

2. BÖLÜM

BİLİŞSEL GELİŞİM

Piaget'nin Bilişsel Gelişim Kuramı	34
Duyu Motor Dönemi (0-2 yaş).....	35
Piaget'nin Duyu-Motor Dönemle İlgili Temel Kavramları.....	38
İşlem Öncesi Dönem (İlk Çocukluk Dönemi)	39
İşlem Öncesi Dönemin Bilişsel Kazanımları	41
Korunum	41
Odaklanma.....	41
Tersine Çevrilebilirlik.....	41
Mış Gibi Oyunu.....	41
Sosyo-Dramatik Oyun.....	42
Sınıflama/Sıralama Becerileri	42
Yarı Mantıksal Akıl Yürütme	42
Somut İşlemler Dönemi (Orta Çocukluk Dönemi).....	43
Somut İşlemler Dönemi Özellikleri.....	43
Somut İşlemler Dönemi Kazanımları.....	43
Soyut İşlemler Dönemi (Ergenlik Dönemi).....	44
Piaget'nin Bilişsel Kuramı'na Yönelik Eleştiriler	46
Vygotsky'e Göre Bilişsel Gelişim.....	51
Kuramın Temel Yapı Taşları	52
Günümüz Toplumsal-Kültürel Kuramcıları.....	53
Barbara Rogoff.....	53
Vygotsky ve Piaget Arasındaki Farklılıklar ve Benzerlikler	53
Bilgi İşleme Kuramı.....	55
Depo Modeli	55
Kuramın Önde Gelen İsimleri	57
Zihin Kuramı	58
Kaynakça.....	60

3. BÖLÜM

DİL GELİŞİMİ

Giriş.....	65
Dil Nedir?	65
İşitme.....	66
Ses Nedir?	66
Kulak.....	66
İşitme Nedir?	67
Bebek ve Çocuklarda İşitme Tarama Programları.....	68
İşitsel İşleme	69
Dilin Parçalı (Segmental) ve Parçalarüstü (Suprasegmental) Özellikleri	70
Bellek Mekanizmaları	70
Dilin Bileşenleri	71
Kullanım Bileşeni / Pragmatik Dilin Kullanımındaki Gelişimsel Sıra	73
Konuşma Zinciri.....	76
Erken, Orta ve Geç Çocukluk Dönemlerinde Beklenen Kelime Üretimi Gelişimi...77	
Kavram Gelişimindeki Gelişimsel Sıra.....	78
Erken Çocukluk Evresinde İşitme ve Anlama ile Konuşma Gelişimi	79
Kaynakça.....	82

4. BÖLÜM

AHLAK GELİŞİMİ

Giriş.....	85
Ahlak Gelişimi	85
Ahlak Gelişimi Kuramları	88
Bilişsel Gelişim Kuramları.....	89
Piaget'in Ahlak Gelişimi Kuramı	89
Kohlberg'in Ahlak Gelişimi Kuramı	90
Psikanalitik Kuramlar	95
Freud'un Ahlak Gelişim Kuramı	95
Erikson'un Ahlak Gelişimi	98
Bebeklik: (0-18 ay)	98
Erken Çocukluk: (18 ay - 3 yaş)	99
Orta Çocukluk: (3-6 yaş)	99
Okul Çağı Çocuk: (6 - 12 yaş)	99
Ergenlik: (12 - 18 yaş).....	99
Genç Yetişkinlik: (18-35 yaş)	100

Orta Yetişkinlik: (40-65 yaş).....	100
Son Yetişkinlik: (65 yaş-ölüm).....	100
Birleşik Ahlak Gelişimi Modeli	100
Sosyal Öğrenme Kuramı.....	101
Gilligan'ın Ahlak Gelişimi Kuramı.....	102
Bronfenbrenner'in Ekoloji Kuramı	105
Turiel'in Toplumsal Alan Kuramı.....	106
Toplumsal Cinsiyet, Kültürler-Arası Farklılıklar ve Ahlak Gelişimi	106
Çatışma ve Ahlak Gelişimi.....	108
Kaynakça.....	111

5. BÖLÜM

DUYGUSAL GELİŞİM

Duygunun Tanımı.....	115
Duygusal Yeterlilik	116
Duygu Sosyalleşmesi.....	117
Erken Çocukluk.....	117
Orta Çocukluk.....	127
Ergenlik.....	128
Kaynakça.....	129

6. BÖLÜM

SOSYAL GELİŞİM

Temel Kavramlar ve Tanımlar	133
Sosyal Gelişim.....	133
Sosyalleşme-Sosyalleştirme	133
Sosyal Uyum	134
Sosyal Yetkinlik.....	134
Sosyal Beceri	134
Benlik	135
Sosyal Gelişime Kuramsal Bakış.....	135
Psikoseksüel Gelişim Kuramı	135
Psikososyal Gelişim Kuramı	137
Sosyo-Kültürel Gelişim Kuramı	140
Sosyal Bilişsel (Öğrenme) Kuramı	141
Ekolojik Kuram	142
Bağlanma Kuramları	143

Sosyoekolojik Gelişimsel Model.....	144
Zihin Kuramı	145
Yorumsal Kuram	145
Grup Sosyalleşme Kuramı.....	146
Postmodern Çağdaki Sosyal Yaklaşımlar.....	146
Sosyal Gelişimi Etkileyen Faktörler	147
Yaş.....	148
Cinsiyet	148
Mizaç	148
Aile.....	148
Akranlar.....	149
Oyun	150
Sosyal Gelişim Dönemleri.....	151
Bebeklik Döneminde Sosyal Gelişim	152
İlk Çocukluk Döneminde Sosyal Gelişim.....	153
Orta Çocukluk Döneminde Sosyal Gelişim	153
Ergenlik Döneminde Sosyal Gelişim.....	154
Kaynakça.....	156

7. BÖLÜM

CİNSEL GELİŞİM

Giriş.....	161
Cinsel Gelişim ile İlgili Temel Kavramlar	161
Erken Çocukluk Döneminde Cinsel Gelişim (0-8 yaş).....	163
Erken Çocuklukta Cinsel Gelişim Teorileri.....	166
Öğrenme Yaklaşımları	170
Bilişsel Gelişim Kuramı	171
Cinsiyet Şemaları Teorisi.....	172
Orta Çocukluk Döneminde Cinsel Gelişim (8-12 yaş).....	173
Orta Çocukluk Döneminde Cinsel Gelişim Teorileri	174
Ergenlik Döneminde Cinsel Gelişim (12-18 yaş)	175
Ergenlik Döneminde Cinsel Gelişim Teorileri.....	177
Toplumsal Cinsiyet.....	179
Toplumsal Cinsiyet Kimliği	183
Toplumsal Cinsiyet Kalıp Yargıları ve Toplumsal Cinsiyet Rollerini	185
Anne Babaların Cinsellik Tutumları.....	191
Kaynakça.....	194

8. BÖLÜM CİNSEL EĞİTİM

Cinsel Eğitim.....	199
Kaynakça.....	265

9. BÖLÜM AİLE

Aile	269
Ekolojik Sistemler Kuramı	269
Aile Katılım Süreci Modeli.....	271
Aile Yapısı	271
Tek Çocuklu ve Birden Çok Çocuklu Aile.....	273
Anne Baba Tutumu	277
Baumrind'in Sınıflaması.....	279
Maccoby ve Martin'in Anne Baba Tutumuna İlişkin İki Boyutlu Modeli	283
Ergenler ve Anne Baba Tutumları.....	287
21. Yüzyıl Anne Baba Tutumları.....	287
Helikopter Anne Baba Tutumu	291
Kaynakça.....	297
Yazarlar Hakkında.....	301

TABLolar LİSTESİ

6. BÖLÜM

Tablo 1. Freud'un Psikoseksüel Gelişim Kuramı.....	137
Tablo 2. Erikson'un Psikososyal Gelişim Kuramı.....	139

7. BÖLÜM

Tablo 1. Cinsel Kimliğin Gelişimi.....	166
Tablo 2. Yaşlara Göre Cinsel Gelişim.....	178

8. BÖLÜM

Tablo 1. SIECUS Kapsamlı Cinsel Eğitim Ana Kavramları ve Konuları.....	206
--	-----

9. BÖLÜM

Tablo 1. Baumrind'in Anne Baba Tutumuna İlişkin Sınıflaması.....	280
Tablo 2. Maccoby ve Martin'in Anne Baba Tutumuna İlişkin İki Boyutlu Modeli.....	283
Tablo 3. Anne Baba Tutumları ve Örnek Davranışlar.....	295

ŞEKİLLER LİSTESİ

1. BÖLÜM

Şekil 1. Motor Gelişim Dağı.....	10
Şekil 2. Hormonların Gelişim Üzerindeki Etkileri.....	15

3. BÖLÜM

Şekil 1. Ses Dalgası.....	66
Şekil 2. Kulak Anatomisi.....	67
Şekil 3. İşitsel Hafıza.....	71
Şekil 4. Konuşma Zinciri.....	77

6. BÖLÜM

Şekil 1. Bronfenbrenner'in Ekolojik Kuramı.....	143
Şekil 2. Grup Sosyalleşme Kuramı.....	146
Şekil 3. Oyunun Sosyal Gelişim Üzerindeki Etkileri.....	151

7. BÖLÜM

Şekil 1. Bandura'ya Göre Cinsiyet Davranışının Edinimi İçin Dört Süreç.....	171
Şekil 2. Kohlberg'e Göre Cinsel Kimliğin Kazanılma Aşamaları.....	172
Şekil 3. Amerika'da Lise Öğrencilerinin Yıllara Göre Evlilik Öncesi Cinsel İlişkiye Girmeleri Oranları.....	191

GÖRSELLER LİSTESİ

7. BÖLÜM

Görsel 1. Teletubbies Karakterleri ve Kırmızı Çanta Taşıyan Tinky Winky.....186

8. BÖLÜM

Görsel 1. Cinsel Gelişim Programı Konuları.....204

Görsel 2. Vücudumuz205

1. BÖLÜM

FİZİKSEL VE MOTOR GELİŞİM

Dr. Öğr. Üyesi Hasibe Özlen DEMİRCAN - Orta Doğu Teknik Üniversitesi

Doç. Dr. Selvinaz SAÇAN - Aydın Adnan Menderes Üniversitesi

1. Giriş: Fiziksel ve Motor Gelişim

“Biri oğlan biri kız iki çocuk annesiyim. Büyük çocuğum olan kızım şu anda 8 yaşında. Kızım doğduğu günden bu yana boy ve kilosu her zaman çok iyiydi hatta bazı yaşlılarından öndeydi. Kızım yemeklerini genellikle çok güzel yedi. İkinci çocuğum olan 2,5 yaşındaki oğlum minyon bir çocuk. Evde temel bakımını sağladığım süre boyunca minyon olması benim için pek sorun değildi. Fakat sosyalleşmeye, örneğin parka gitmeye başladıktan sonra oğlumun parktaki yaşlılarına göre daha ufak tefek olduğunu fark ettim ve endişelenmeye hatta büyüyememesinden korkmaya başladım. Gittiğim her yerde sürekli diğer çocukların yaşını, boyunu ve kilolarını soruyor, çocuğumu başka çocuklar ile karşılaştırıyor, kaygılanıyor, kaygılanmama veya karşılaştırmama engel olamıyordum. Bir süre sonra normal boy ve kilo ölçümlerinin ne olduğunu, boy ve kilo gecikme nedenlerini araştırmaya başladım. Dahası yakın çevremde görüştüğüm kişilere oğlumun gelişimi hakkında sorular soruyordum. Almaktan çekindiğim yanıtı duyduğumda çok üzülüyor ve kaygılarımı büyütüyor; hayır o gayet iyi oğlan çocuğu sonradan uzar dediklerinde mutlu oluyordum. Bir süre sonra aldığım bu yanıtlar beni tatmin etmemeye başladı. Oğlumun boy ve kilosunu arttıracak gıdaları araştırmaya ve bu gıdaları ona yedirmeye başladım. Ayrıca oğlumun boy ve kilosunu eskisinden daha sık ölçüyordum. Bu konu hiç aklımdan çıkmıyordu, üstelik uyku sorunları yaşıyordum. Arkadaşlarıma, karşılaştığım kişilere sürekli bu konudan bahsediyordum. Bir gün yine bir arkadaşım ile konuşurken çocuğumun durumundan bahsettim ve arkadaşım, kendi çocuğunda da benzer gözlemler yaptığını ve kaygılar yaşadığını; çocuğunu doktora götürdüğünü, doktorun önerisi ile kullandığı ürünün çocuğun boy ve kilosunda gelişme sağladığını, benim de oğlumu doktora götürmemin iyi olacağını söyledi. Onu dinledim, doktora gittim. Doktora giderken kafamda bin bir türlü soru işaretleri vardı. Doktor oğlumu genel bir muayeneden geçirdikten sonra gelişiminin çok geri olmadığını fakat çok da iyi olmadığını, ortalarda bir gelişim gösterdiğini ifade etti. Ancak bu beni tatmin etme-

di ve kafamdaki endişelerden kurtulmam için genel bir tahlil yaptırmak istediğimi doktora söyledim. Sağ olsun kırmadı ve tahlillerimizi yaptık. Tahlil sonuçlarında herhangi bir problem çıkmadı. Doktor her çocuğun gelişiminin farklı olduğunu açıkladı. Sonunda içim rahatladı. Gereksiz yere bu kadar kaygılandığım için kendime kızdım. Doktorun da söylediği gibi, her birey birbirinden farklı, bu farklılığın gelişim hızında da gözlemlenmesi ise oldukça normaldi.

21. yüzyılın bilgi ve teknoloji çağı olması ve bilgiye verilen önemin artmasıyla anne-babaların çocuklarının akademik başarılarına ilişkin ilgi ve beklentileri artmıştır. Bu nedenle anne-babalar, çocukların zamanlarını akademik çalışmalarla geçirmelerine yönelik düzenlemeleri önemseyebilmektedirler. Akademik çalışmalarla şekillenen gündelik yaşam çocukların oyun oynama fırsatlarını azaltabilmektedir. Akademik başarı beklentilerinin yanı sıra şehirleşme, nüfus artışı gibi faktörler de oyun ve park alanlarının azalmasına yol açarak, çocukların açık alandaki oyun imkânlarını olumsuz yönde etkilemektedir. Akademik beklentilerle bir araya gelen zaman yönetimi ve yeşil alan azlığı, çocukların zamanlarının çoğunluğunu kapalı ortamlarda geçirmelerine neden olmaktadır. Günümüzden 20-30 yıl öncesine göre daha az hareket eden çocuklarda, yanlış beslenme alışkanlıklarına paralel olarak obezite oranlarında da artış görülmektedir.

Sağlıklı olma bedensel ve ruhsal açıdan tam bir iyilik hali içinde olmayı ifade etmektedir. Atalarımızın deyimleriyle "Sağlam kafa sağlam vücutta bulunur." ilkesinden yola çıkıldığında, beden sağlığı öncelikli koruma alanı olarak kabul edilebilir. Gelişim bir bütündür ve tüm gelişim alanları birbiriyle bağlantılıdır. Fiziksel gelişim denildiğinde genellikle akla gelen boy ve kilo ölçümleridir. Oysa fiziksel ve motor gelişim çok daha kapsamlıdır.

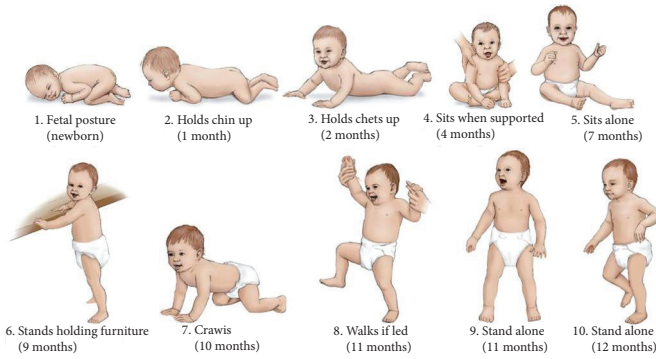
Silventonien ve arkadaşlarının, 2014 yılında yayınlamış oldukları bilimsel araştırma sonucunda fiziksel gelişim ve motor gelişimin birbiri ile ilişkili, birbirini tamamlayan faktörler olduğu bir kez daha ortaya çıkmıştır. 370 ikiz çocuk ile yapılan uzamsal çalışma sonuçlarına göre, bebeklik döneminde boy, kilo gibi fiziksel gelişim belirteçlerinin akranelarına göre düşük olan çocuklarda gelecekte (erken çocukluk döneminde) motor becerilerde (yuvarlanma, emekleme, tek başına oturma, tek başına yürüme) daha geri olabileceği bulunmuştur. Benzer olarak Vlahov, Bahurts ve Mwavrita (2014) çalışmalarında okul öncesi dönemde motor gelişim becerilerinin ortaokul düzeyinde aynı grubun sportif aktiflik düzeyleri ile ilişkili olduğu bulunmuştur. Özellikle erken yaşlardaki motor gelişimin sonraki yaşlarda fiziksel aktiflik ve spor etkinliklerine katılım ile doğru orantılı olduğu bulunmuştur (Oglund, Hildebrand & Ekelund, 2015). Bu nedenle kitabımızın bu bölümünde fiziksel gelişim ve motor gelişim aynı başlık altında açıklanmıştır. Bölümde, fiziksel ve motor gelişimin erken çocukluk, orta çocukluk ve ergenlik dö-

nemleri ana başlıkları altında incelenmesinden önce, giriş bölümünde fiziksel ve motor gelişim ile ilgili kavramlar açıklanmıştır.

1.1. Fiziksel Gelişim ile İlgili Kavramlar

Fiziksel gelişim; boy uzaması, kilo artışı, kemik, kas, beyin gelişimi, dişlerin çıkması ve değişmesi, sinir, sindirim, dolaşım, boşaltım, solunum gibi tüm sistemler ile duyu organlarının gelişimine verilen isimdir. Fiziksel gelişim, düzenli bir hızla değil, belli dönemlerde farklı hız derecelerine sahip dalgalar halinde yani bazen hızlı bazen yavaş gerçekleşmektedir. Büyüme konusunda yapılan araştırmalarda, çocuklarda iki yavaş, iki hızlı olmak üzere dört belirgin büyüme dönemi olduğu belirtilmiştir. Doğum öncesi ve doğumdan sonraki ilk 6 ayda büyüme hızı yüksektir. Yaşamın birinci yılının sonunda büyüme yavaşlar; bunu ergenliğe ya da cinsel olgunluğa kadar süregelen düzenli fakat yavaş bir gelişim izler. Bu büyüme evresi 8-12 yaş arasında görülür. Bu evreden sonra 15-16 yaşlarına kadar olan dönemdeki hızlı gelişim dönemini olgunlaşma dönemine kadar dikleşerek devam eden büyüme evresi izler. Bu dördüncü büyüme evresinde boy uzunluğunun sabitlenmesine karşın ağırlık artabilmektedir (Aksoy, Anlar ve Yalaz, 2005).

Yaşam içerisindeki en hızlı büyüme dönemi, yaşamın ilk yılıdır. Birinci yıldan sonra fiziksel büyüme yine çok hızlı olmakla birlikte ilk yıla oranla daha yavaşlamıştır. Yenidoğan döneminde başın vücut uzunluğuna oranı yaklaşık dörtte bir iken, okul öncesi dönemde kollar ve bacakların hızla büyümesi ile birlikte 6 yaş civarında vücudun genel görünüşü, yetişkin görünüşüne benzemeye başlar (Bayhan ve Artan, 2004).



Resim 1. Yaşamın İlk Yılında Motor Gelişimdeki Dönüm Noktaları
(Sequential Motor Development, 2015)

Çocukların fiziksel olarak büyümesi, vücut ağırlığı ve boy uzunluğu ölçülerek, aynı yaşta normal gelişim gösteren çocuklardan elde edilmiş fiziki ölçü