

Çocukta Hareket Gelişimi ve Eğitimi

Editörler:

Ebru DERETARLA GÜL • Gonca İNCE



Editörler: Doç. Dr. Ebru DERETARLA GÜL - Doç. Dr. Gonca İNCE

ÇOCUKTA HAREKET GELİŞİMİ VE EĞİTİMİ

ISBN 978-625-7880-06-0

DOI 10.14527/9786257880060

Kitap içeriğinin tüm sorumluluğu yazarlarına aittir.

© 2020, 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 yayınev**idir. 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.

I. Baskı: Eylül 2020, Ankara

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

Baskı: Sonçağ Yayıncılık Matbaacılık Reklam San Tic. Ltd. Şti.
İstanbul Cad. İstanbul Çarşısı 48/48 İskitler - Ankara
Tel: (0312) 341 36 67

Yayıncı Sertifika No: 36306
Matbaa Sertifika No: 47865

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

Erken çocukluk dönemi hareket gelişiminin hızlı olduğu dönemdir. Hareket gelişimi pek çok gelişim alanı ile ilişkilidir. Erken çocukluk döneminde çocuğun hareket gelişiminin desteklenmesi ev ve sınıf ortamında yapılabilecek egzersizlerle sağlanabilir.

Günümüzde çocukların oyun alanlarının azalması hareket gelişimini olumsuz etkilemektedir. Çocuğun günlük yaşam pratiklerinin iyi birer egzersiz olması sağlanabilir. Ev ortamında ve çevresindeki materyallerle bu destek artırılabilir. Ancak dış ortamında sunacağı fırsatlardan yararlanması için uygun oyun alanlarının tercih edilmesi gerekir.

Bu kitapta erken çocukluk döneminde motor gelişim teorilerine, hareket gelişimine, motor gelişimine ve değerlendirme araçlarına yer verilmiştir. Anne babaların ev ortamında çocukları ile yapabilecekleri etkinlik örnekleri ile okul öncesi öğretmenlerinin sınıf ortamında yapabilecekleri etkinlik örnekleri hazırlanmıştır.

Özel gereksinimli bireyler için hareket eğitimi, spor ve hareket eğitimi ile beslenme ve hareket eğitimi konularına da yer verilerek farklı bakış açıları da sunmayı hedefledik.

Kitabımızın hazırlanmasında emeği geçen tüm yazarlara teşekkür ederiz.

Tüm çocukların hareket gelişimi ve eğitimine yararlı olması dileğiyle.....

Doç. Dr. Ebru DERETARLA GÜL
ORCID No: 0000-0002-6241-8109

Doç. Dr. Gonca İNCE
ORCID No: 0000-0003-3438-3241

BÖLÜMLER VE YAZARLARI

Editörler: Doç. Dr. Ebru DERETARLA GÜL - Doç. Dr. Gonca İNCE

1. Bölüm: Çocukta Motor Gelişim ve Özellikleri

Dr. Öğr. Üyesi Atike YILMAZ - Muş Alparslan Üniversitesi
ORCID No: 0000-0003-4489-9671

2. Bölüm: Motor Gelişim Teorileri

Dr. Öğr. Üyesi Şule KAVAK - Hasan Kalyoncu Üniversitesi
ORCID No: 0000-0003-2753-3977

3. Bölüm: Motor Gelişimin Değerlendirilmesi

Dr. Öğr. Üyesi Gülsüm HOŞ - Munzur Üniversitesi
ORCID No: 0000-0002-5335-6778

4. Bölüm: Hareket Becerilerinin ve Fiziksel Özelliklerin Gelişimi

Doç. Dr. Emine YILMAZ BOLAT - Mersin Üniversitesi
ORCID No: 0000-0002-1062-4752

5. Bölüm: Oyun ve Hareket Arasındaki İlişki

Öğr. Gör. Pınar POLAT - Çukurova Üniversitesi
ORCID No: 0000-0002-5649-376X

6. Bölüm: Hareket Gelişimi

Doç. Dr. Ebru DERETARLA GÜL - Çukurova Üniversitesi
ORCID No: 0000-0002-6241-8109

7. Bölüm: Hareket Eğitimine Yönelik Eğitim Ortamlarının Planlanması ve Düzenlenmesi

Dr. Öğr. Üyesi Mustafa KALE - Çağ Üniversitesi
ORCID No: 0000-0002-1764-2224

8. Bölüm: Okul Öncesi Eğitim Programına Uygun Hareket Etkinlikleri Planlama, Uygulama ve Değerlendirme

Öğr. Gör. Ufuk KANDAZ - Trabzon Üniversitesi
ORCID No: 0000-0001-9297-167X

9. Bölüm: Okul Öncesi Eğitim Programına Uygun Hareket Etkinlikleri Uygulama Örnekleri

Uzm. Sedef ÇAĞLAR KABACIK - Okul Öncesi Öğretmeni
ORCID No: 0000-0002-3525-222X

10. Bölüm: Özel Gereksinimli Bireyler ve Hareket Eğitimi

Doç. Dr. Gonca İNCE - Çukurova Üniversitesi
ORCID No: 0000-0003-3438-3241

11. Bölüm: Spor ve Hareket Eğitimi

Doç. Dr. Sibel NALBANT - Alanya Alaaddin Keykubat Üniversitesi
ORCID No: 0000-0002-9930-376X

12. Bölüm: Beslenme ve Hareket Eğitimi

Arş. Gör. Hülya YILMAZ - Hasan Kalyoncu Üniversitesi
ORCID No: 0000-0002-3256-5378

İÇİNDEKİLER

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

1. BÖLÜM

ÇOCUKTA MOTOR GELİŞİM VE ÖZELLİKLERİ

Giriş.....	2
Motor Gelişim Temel Kavramlar.....	2
Motor Gelişimi Etkileyen Faktörler	4
Kaynaklar	19

2. BÖLÜM

MOTOR GELİŞİM TEORİLERİ

Motor Gelişim Nedir?	24
Klasik Motor Gelişim Kuramları.....	24
Çağdaş Motor Gelişim Kuramları.....	25
Dinamik Sistemler Teorisi.....	25
Newell'in Sınırlılık Modeli.....	26
Gallahue'nin Üçgen Bağlantılı Kum Saati Modeli.....	28
İlkel Refleksler	29
Duruşa İlişkin Refleksler.....	29
Ekolojik Algı Kuramı	30
Bebeklikte Duygusal ve Algısal Gelişim	31
Temel Hareket Becerileri	31
Kaynaklar	34

3. BÖLÜM

MOTOR GELİŞİMİN DEĞERLENDİRİLMESİ

Motor Gelişim ve Becerilerin Değerlendirilmesi.....	36
1. Performans Temelli Değerlendirme	37
Test of Gross Motor Development-TGMD (1985) ve Test of Gross Motor Development 2-TGMD2 (2000) (Büyük Kas Becerilerini Ölçme Testi)-BüKBÖT	37
Beery-Buktenica Gelişim Testi Görsel Motor Entegrasyonu (The Beery-Buktenica Developmental Test of Visual-Motor Integration-Beery VMI).....	37
Bruininks-Oseretsky Motor Yeterlilik Testi (Bruininks-Oseretsky Test of Motor Proficiency-BOT).....	38

Çocuklar için Hareket Değerlendirme Bataryası (Movement Assessment Battery for Children ABC-2)	38
Peabody Gelişimsel Motor Ölçeği (PDMS-2)	38
Motor Performans Testi	39
Kaba Motor Beceri Testi	39
2. Gelişimsel İşleyişi Değerlendirme	40
Battelle Gelişim Envanteri-İkinci Baskı (BDI-2) (Battelle Developmental Inventory- 2).....	40
Bayley Bebek ve Çocuk Gelişim Ölçeği- üçüncü baskı (Bayley-III) (Bayley Scales of Infant and Toddler Development, Third Edition).....	40
Alberta Bebek Motor Gelişim Ölçeği (Alberta Infant Motor Scales-AIMS).....	41
Gelişimsel Göstergeler için Öğrenmenin Değerlendirilmesi-dördüncü baskı (Developmental Indicators for the Assessment of Learning, Fourth Edition -DIAL-4)	41
Erken Tarama Envanteri- Revize Edildi (Early Screening Inventory-Revised-ESI-R).....	41
Miller Okul Öncesi Değerlendirmesi (Miller Assessment of Preschoolers-MAP)	42
Erken Öğrenmenin Mullen Ölçekleri: Amerikan Rehberlik Hizmeti Sürümü (Mullen Scales of Early Learning: American Guidance Service Edition-MSEL: AGS)	42
Denver Gelişimsel Tarama Testi	42
Portage Erken Çocukluk Dönemi Eğitim Programı Kontrol Listesi	42
Çocuk Beden Koordinasyon Testi	43
Lincoln-Oseretzky Motor Gelişim Ölçeği (Lincoln-Osbretsky Motor Development Sacle).....	43
Fiziksel Uygunluk Testleri	44
Ankara Gelişim Tarama Envanteri (AGTE).....	44
Gazi Erken Çocukluk Gelişimi Değerlendirme Aracı (GEÇTA)	44
3. Bilgi-Temelli Değerlendirme	46
Koordinasyon Bozukluğu Anketi 2007 (Developmental Coordination Disorder Questionnaire 2007-DCDQ'07)	46
Çocuklar için Hareket Değerlendirme Kontrol Listesi (Hareket ABC-2 Kontrol Listesi) Movement Assessment Battery for Children Checklist - Movement ABC-2 Checklist)	46
Vineland Uyarlamalı Davranış Ölçekleri-Üçüncü Baskı (Vineland Adaptive Behavior Scales, Third Edition-Vineland-3)	47
Değerlendirme Aracı Seçme Kriterleri.....	48
Uygulayıcı Yeterlilikleri	50
Kaynaklar.....	51

4. BÖLÜM

HAREKET BECERİLERİNİN VE FİZİKSEL ÖZELLİKLERİN GELİŞİMİ

Erken Çocukluk Döneminde Hareket Becerileri ve Fiziksel Özellikler	54
Erken Çocukluk Döneminde Hareket Becerileri ve Fiziksel Yeteneklerin Gelişimi.....	56
Hareket Becerilerinin ve Fiziksel Özelliklerin Gelişimi İçin Önemli Olan Öğeler.....	59
Hareket Becerilerini ve Fiziksel Özellikleri Değerlendirme	60
Hareket Becerilerini ve Fiziksel Özellikleri Öğretmek ve Geliştirmek İçin Stratejiler ve Öneriler	62
Kaynaklar.....	63

5. BÖLÜM

OYUN VE HAREKET ARASINDAKİ İLİŞKİ

Giriş.....	66
Motor Gelişim Alanları	67
Motor Gelişim Dönemleri	68
Hareket Eğitimi.....	69
Hareket Eğitiminin Tanımı.....	69
Hareket Eğitiminin Çocuğun Gelişimine Etkileri	70
Hareket Eğitiminin İçeriği ve Uygulanması	71
Oyun	72
Oyunun Tanımı	72
Oyunun Özellikleri	73
Oyunun Çocuğun Gelişimine Etkileri	74
Oyun ve Hareket Arasındaki İlişki.....	75
Kaynaklar.....	80

6. BÖLÜM

HAREKET GELİŞİMİ

Giriş	84
Beyin ve Vücut Arasındaki Bağlantılar.....	84
Hareket İle İlgili Tanımlar	86
Hareket Gelişimi	86
Bebeklik Dönemi (0-2 Yaş)	88
Refleksler	88
Erken Çocukluk Dönemi Hareket Gelişimi (2-8 Yaş).....	96
İstemli Hareketler	96

Okul Çağı (8-12 yaş) ve Ergenlik Dönemi	98
Hareket Gelişimi Etkileyen Kültürel Uygulamalar	99
El Tercihini.....	100
Hareket Gelişimini Desteklemek İçin Hareket Eğitimi	101
Kaynaklar.....	102

7. BÖLÜM

HAREKET EĞİTİMİNE YÖNELİK EĞİTİM ORTAMLARININ PLANLANMASI VE DÜZENLENMESİ

Giriş.....	104
Hareket Eğitiminde Ortam ve Önemi	105
Hareket Eğitiminde Açık Alanlar.....	105
Açık Hava Oyun Alanlarının Planlanması ve Düzenlenmesi	107
Hareket Eğitiminde Kapalı Alanlar.....	110
Yüzme Havuzlarının Planlanması ve Düzenlenmesi.....	110
Jimnastik Salonlarının Planlanması ve Düzenlenmesi	113
Dans Eğitimi Alanlarının Planlanması ve Düzenlenmesi	117
Kaynaklar	118

8. BÖLÜM

OKUL ÖNCESİ EĞİTİM PROGRAMINA UYGUN HAREKET ETKİNLİKLERİ PLANLAMA, UYGULAMA VE DEĞERLENDİRME

Giriş.....	122
Hareket Etkinliği.....	123
Aylık Eğitim Planı	125
Günlük Eğitim Akışı Planı	125
Öğrenme Merkezlerinin Düzenlenmesi.....	126
Okul Öncesi Programda Yer Alan Motor Kazanımları ve Hareket Etkinliklerinin Planlanması	126
Hareket Etkinliklerinin Uygulanması	129
Sınıf İçi Uygulamalar	129
Açık Hava Alanlarında Uygulama	129
Hareket Etkinliklerinin Değerlendirilmesi	130
Program Açısından Değerlendirilmesi.....	130
Öğretmen Açısından Değerlendirilmesi.....	130
Çocuk Açısından Değerlendirilmesi	131
Kaynaklar.....	131

9. BÖLÜM

OKUL ÖNCESİ EĞİTİM PROGRAMINA UYGUN HAREKET ETKİNLİKLERİ UYGULAMA ÖRNEKLERİ

Hareket Etkinlikleri.....	134
3-6 Yaş Çocuklar İçin Hareket Etkinlikleri	137
Uygulama Örnekleri.....	137
Kartopu Oynuyoruz (Meb, 2016)	137
Aynam Olur Musun?	138
Patlayan Mısırlar	139
Sopadan Atlarımızla Gezintiye Çıkıyoruz	141
Topu Hedefe Ulaştıralım	143
El-Ayak İzlerini Takip Et	145
Bir Top İle Neler Yapabiliriz?.....	147
Hayvanları Taklit Ediyorum	148
Çemberli Parkur	150
Balon Taşıma	151
Sayıları Takip Et.....	153
Kaynaklar.....	155

10. BÖLÜM

ÖZEL GEREKSİNİMLİ BİREYLER VE HAREKET EĞİTİMİ

Giriş.....	158
Fiziksel Olarak Özel Gereksinimli Bireyler ve Hareket.....	160
Duyusal Engellilik (İşitme, Görme) ve Hareket	160
Kognitif Probleme Bağlı Özel Gereksinimli Bireyler ve Hareket	162
Özel Gereksinimli Bireylerin Özellikleri ve Hareket Beceri Öğretim Yöntemleri	163
Özel Gereksinimli Bireylerin Hareket Becerilerini Değerlendirme Testleri	168
TGMD2 Motor Beceri Testi.....	168
Çocuklar için Hareket Değerlendirme Bataryası (The Movement Assessment Battery for Children).....	168
Peabody Gelişimsel Motor Skalası:	169
Bruininks-Oseretsky Test of Motor Proficiency (BOTMP) ya da BOT2 Testi ...	169
Berg Denge Ölçeği	169
Pediatrik Denge Skalası.....	169
Kaynaklar.....	170

11. BÖLÜM SPOR VE HAREKET EĞİTİMİ

Giriş.....	174
Çocuğun Gelişiminde Hareket Eğitiminin Rolü.....	176
Çocukta Hareket Gelişimi Süreci.....	177
Temel Hareket Becerileri Öğretiminin Spor Becerilerine Etkisi.....	179
Çocuk ve Spor	180
Erken Çocukluk Döneminde Spora Katılım.....	181
Okul Öncesi Eğitim Sürecinde Uygulanan Spor Eğitimlerinin Özellikleri.....	183
Cimnastik Çalışmaları.....	184
Atletizm Çalışmaları.....	184
Hareket Eğitimi Programı Hazırlama ve Uygulama İlkeleri.....	184
Okul Öncesi Dönem için Hareket Eğitimi Program Örneği.....	185
Okul Öncesi Dönem Çocukları için Sporla ilgili Temel Beceri Geliştirici Hareket Eğitimi Program Örnekleri.....	186
Kaynaklar.....	216

12. BÖLÜM BESLENME VE HAREKET EĞİTİMİ

Büyüme ve Gelişme.....	220
Okul Öncesi Dönemde Beslenme ve Önemi	221
Enerji ve Besin Ögesi Gereksinimleri.....	223
Sağlıklı Yemek Tabacağı, Besin Grupları ve Gereksinimler	223
Beslenme Sorunları.....	225
Okul Öncesi Dönemde Hareketin Önemi	225
Çocukluk Çağı Obezitesi.....	227
Çocukluk Çağı Obezitesinde Rol Oynayan Etmenler	228
Çocukluk Çağı Obezitesi ve Hareketin Önemi	229
Kaynaklar.....	233
 Yazarlar Hakkında.....	 237

1. BÖLÜM

ÇOCUKTA MOTOR GELİŞİM VE ÖZELLİKLERİ

Dr. Öğr. Üyesi Atike YILMAZ - Muş Alparslan Üniversitesi
ORCID No: 0000-0003-4489-9671

İçindekiler

Giriş

Motor Gelişim ve Temel Kavramlar

Motor Gelişimi Etkileyen Faktörler

Çocuklarda Motor Özelliklerin Gelişimi

Motor Gelişim Dönemleri

Kaynaklar

Giriş

Bireyler kısmen herkesle benzer şekilde, kısmen bazılarına benzer şekilde ve kısmen de hiç kimseye benzemeyecek şekilde gelişir. Genellikle bireylerin eşsiz ve benzersiz oluşuna dikkat edilir, fakat insanlar ortak yörüngelerde yol alır. Bu gelişimin genel seyridir.

Gelişim; döllenme ile başlayan ve yaşam boyu devam eden değişme veya hareket örüntüsüdür. İnsan gelişiminin yaşam boyu devam ediyor olması, yaşam boyu bakış açısının merkezinde olmakla birlikte, gelişimin yaşam boyu, çok boyutlu, çok yönlü, esnek, çok disiplinli ve bağlamsal olduğu bakış açısını da ortaya çıkarmıştır (Santrock, 2018; İnanç ve ark., 2004). Bununla birlikte insan gelişiminde bazı evrensel ilkeler de vardır. Her insanın gelişimi bu ilkelerle gerçekleşir. Bunlar; gelişim kalıtım ve çevre etkileşiminin bir ürünüdür, gelişim süreklidir ve belli aşamalarda gerçekleşir, gelişim nöbetleşe devam eder, gelişim baştan ayağa, içten dışa doğrudur, gelişim genelden özele doğrudur, gelişimde kritik dönemler vardır, gelişim bir bütündür ve gelişimde bireysel farklılıklar vardır (Gallahue ve ark., 2014). Bunlarla birlikte, gelişimi anlayabilmek için büyüme, olgunlaşma, öğrenme ve hazırbulunuşluk kavramlarının da anlaşılması gerekmektedir. Büyüme; insan bedeninde yaş ile birlikte gözlemlenebilen değişikliklerdir. Büyüme boy, kilo, hacim olarak meydana gelen sayısal artış olarak tanımlanmıştır (Gabbard, 1996; Gallahue ve ark., 2014). Olgunlaşma; kalıtım ve çevre koşulları sonucu bireyin vücut organlarının kendilerinden beklenen fonksiyonu yerine getirebilecek düzeye gelmesini sağlayan biyolojik, fizyolojik ve anatomik değişimlerdir (Senemoğlu, 2004; Gallahue ve ark., 2014). Öğrenme; bireyin çevresiyle etkileşimi sonucu davranışlarında meydana gelen kalıcı değişimlerdir (Özer ve Özer, 2012; Demir, 2015; Senemoğlu, 2007). Öğrenme olgunlaşma sürecinden, bireyin deneyimlerinin sonucunu tarif eder. Bireyin deneyimleri sonucu davranışlarında meydana gelen tüm değişimler öğrenmeyi kapsar.

Motor Gelişim Temel Kavramlar

Hareket, bedenin herhangi bir bölümünün gözlenebilir pozisyon değişikliği olarak tanımlanmaktadır. Hareket, temel motor süreçlerin en üst eylemidir (Gallahue ve ark., 2014).

Motor öğrenme, hareket becerilerinin kazanımında ve mükemmelleştirilmesindeki temel değişikliklerdir. Hareketin öğrenilmesine bağlı olarak performansında meydana gelen ilerlemeyi de ifade eder. Motor öğrenme teriminin kullanılması için öğrenmenin bir sonucu olarak performansın ilerlemesi gerekir. Çok tekrar sonucunda motor performansta kalıcı değişimler gözleniyorsa, öğrenmenin

gerçekleştiği düşünülebilir. Motor öğrenme, motor becerilerin kazanıldığı ve bu kazanımları ilerleten, bununla birlikte motor becerilerin öğrenilmesini engelleyen değişkenlerin incelendiği çalışma alanıdır. Motor öğrenme düzeyi bireyin herhangi bir hareketi herhangi bir zamanda ortaya çıkarabilme kapasitesidir (Gallahue ve ark., 2014; Özer ve Özer, 2012; Schmidt & Wrisberg, 2008).

Motor beceri, özel bir amaca yönelik öğrenilmiş hareketin bir veya birden çok vücut parçasıyla birlikte istemli bir şekilde kullanılmasıdır. Refleksif hareketler, sürünme ve emekleme gibi olgunlaşmaya dayalı bebeklik döneminin ilkel hareketleri bu tanıma dahil değildir. Motor beceri, yapılan harekette deneyim ve öğrenmenin olduğunu ve düzgün yapıldığını ifade eder ve kişinin o anki kapasitesini yansıtan durumdur (Gallahue ve ark., 2014; Shala, 2009).

Motor kontrol, insan hareketlerinin temelini oluşturan fiziksel, sinirsel ve davranışsal etkilerin incelendiği alandır. Bu alandaki araştırmalar, hareket performansında yer alan ve ardı ardına yapılan temel ve tutarlı deneme süreçlerini esas alarak bireylerin hedefledikleri amaca yönelik hareketlerini nasıl daha iyi yaptıklarını inceleyen çalışmalardır (Eynur ve Eynur, 2019; Gallahue ve ark., 2014; Coker, 2004).

Motor davranış, motor öğrenme, motor kontrol ve motor gelişimdeki değişimleri inceleyen şemsiye kavramdır. Hareket performansı ile birlikte olgunlaşma ve öğrenme süreçlerini temsil eder (Gallahue ve ark., 2012).

Motor performans, motor becerileri gerçekleştirme eylemidir, gözlenebilir ve herhangi bir nicelik ölçütü ile ölçülebilir. Bireyin performans düzeyi motivasyon uyarılmışlık, yorgunluk, fiziksel durum gibi geçici etkenler tarafından etkilenebilir. Uygulayıcıların motor öğrenmeyi en iyi şekilde değerlendirme yolu bireylerin motor performanslarını gözlemlemek, ek uygulamalarla oluşan değişiklikleri sistematik şekilde not etmekten geçer. Eğer bir kişinin performans düzeyi çeşitli koşullar altında gözleniyor ve göreceli olarak sabit kalıyorsa öğrenen, bu performansın kişinin öğrenme düzeyini yansıttığını söyleyebilir. Birey, bir görevi öğrenmiş olsa dahi çeşitli etmenler (yorgunluk, uykusuzluk, sağlık durumu vb.) performansını bozabilir. Bu nedenle bireyin öğrenip öğrenmediği hakkında yorum yapmadan önce performansını çeşitli koşullarda izlemek gerekir (Gallahue ve ark., 2014; Schmidt & Wrisberg, 2008).