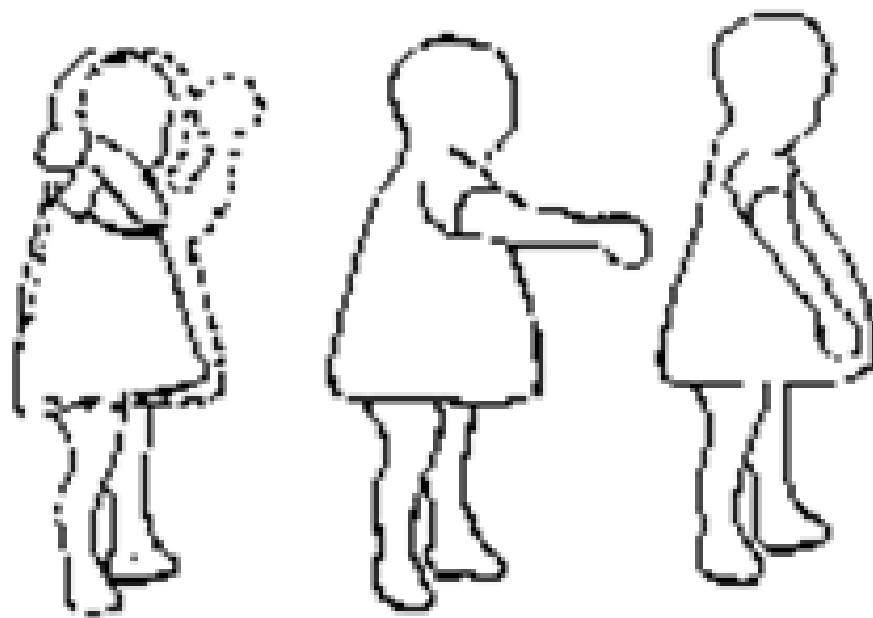
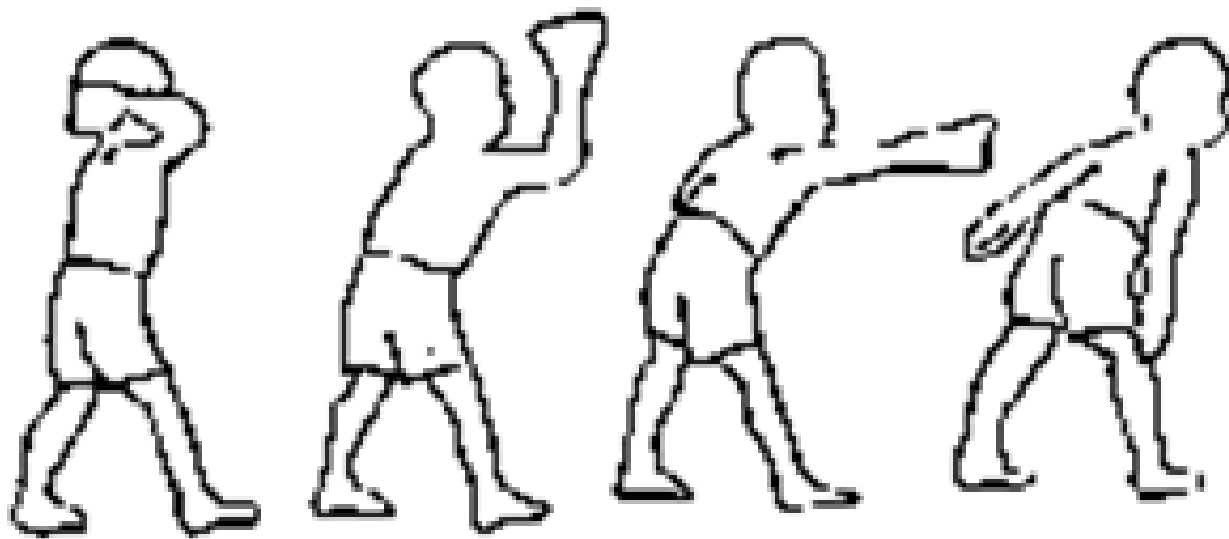
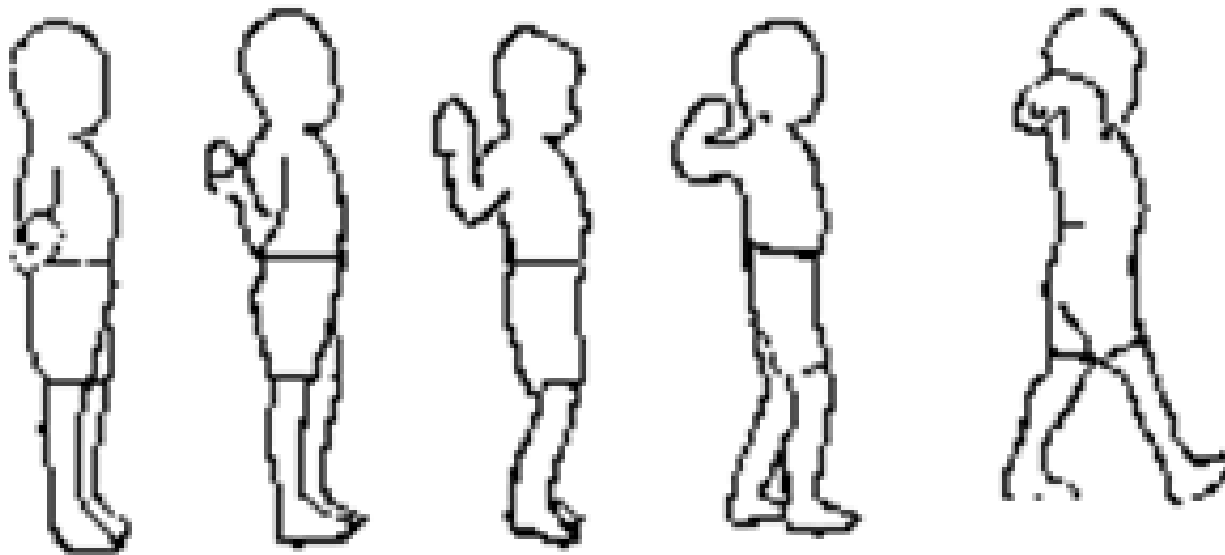
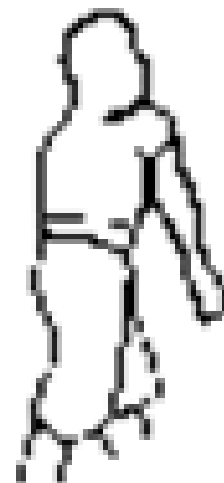


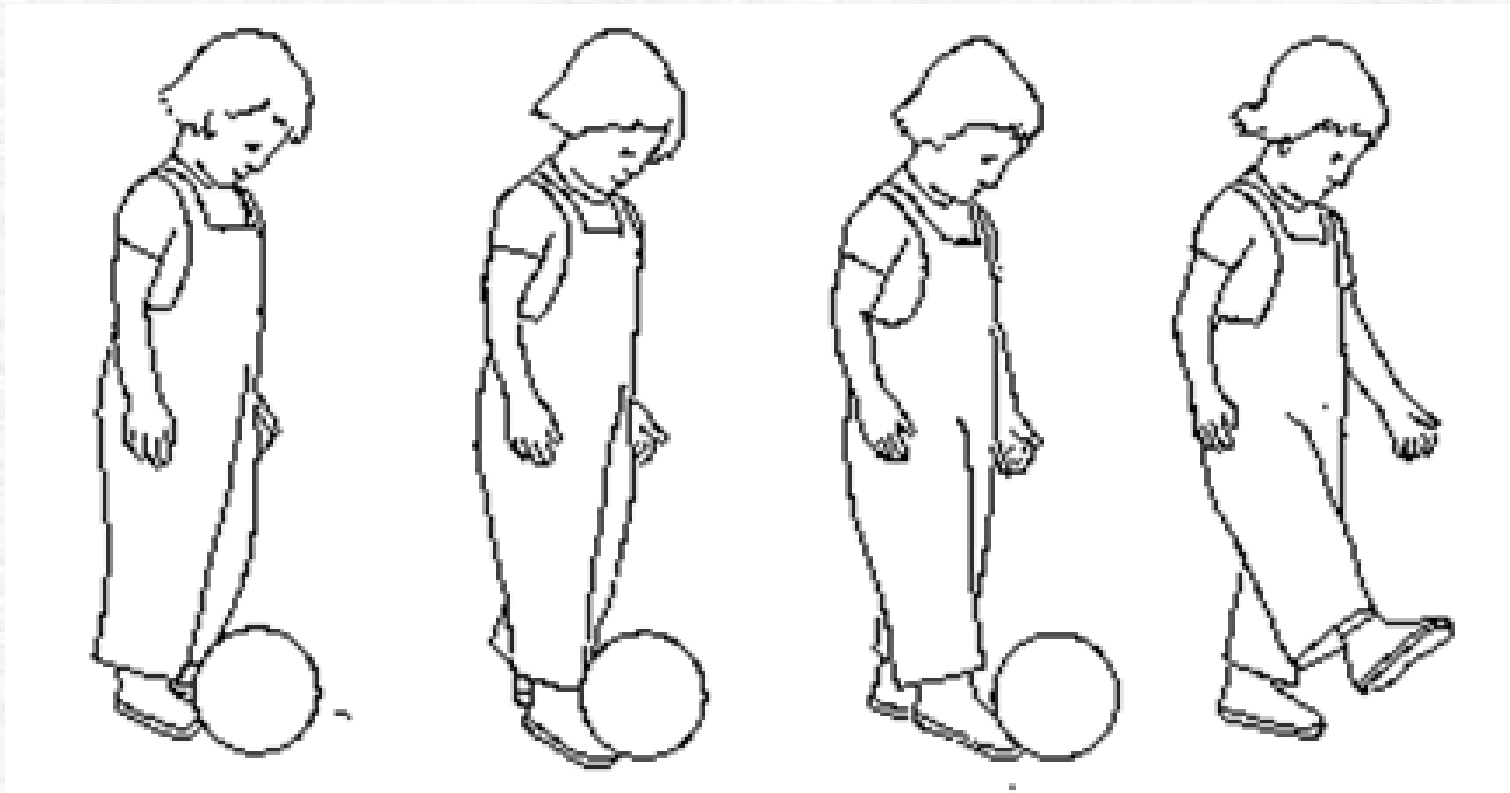
TEMEL HAREKETLER DÖNEMİ

- Başlangıç Evresi: 2-3 Yaş
- İlk Evre: 3-4 Yaş
- Olgun Evre : 5-6 yaş

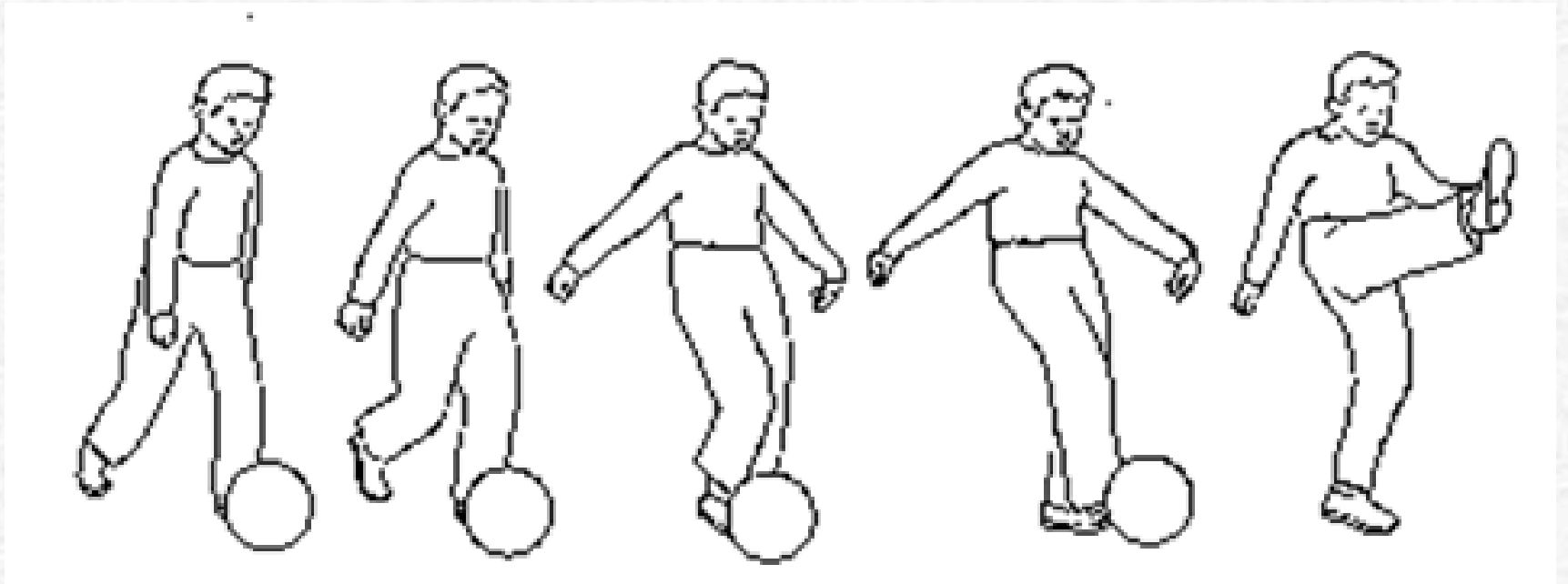












TEMEL HAREKET BECERİLERİ

- ☞ Denge
- ☞ Yakalama
- ☞ Durarak Uzun Atlama
- ☞ Tenis Topu Fırlatma
- ☞ Koşu
- ☞ Topa Ayakla Vurma
- ☞ Sıçrama
- ☞ Sekme



DENGE

- 15 ay-3 yaş: 1 sn
- 3 yaş: 3-4 sn.
- 6cm/2.5 m/ 10 cm denge tahtası
- İleriye doğru adımlama: 3-5 yaş
- Geriye doğru adımlama: 4.5- 6 yaş

YAKALAMA

- 1- Eller vücudun önünde ve dirsekler bükülü olarak hazırlık aşaması
- 2- Top gelirken, topa ulaşmak üzere eller uzatılır.
- 3- Top sadece ellerle tutulur.

DURARAK UZUN ATLAMA (2.5 yaş-3-5 yaş)

- Kollar gövdenin arkasına uzatılmış, her iki diz de bükülüdür.
- Kollar başın üzerinde ileri ve yukarı doğru kuvvetle savrulur.
- Her iki ayak aynı anda kalkar ve basar
- İnişte kollar aşağı itilir.

FIRLATMA

- 1-Topu atmak için kolu kaldırılır.
- 2-Topu fırlatan elin zıt tarafındaki kalça ve omuz duvara yan olarak döner.
- 3-Ağırlık fırlatan elin ters yöndeki ayağa transfer edilir.
- 4-Tercih edilmeyen tarafa doğru vücut, diagonal olarak döner.

KOŞU (24 AY)

- Kollar ve bacaklar birbirine ters yönde hareket eder, dirsekler bükülüdür.
İki ayak da kısa bir süre yerden kesilir.
- Topuk veya başparmak üzerinde yere dar alanda temas vardır.
- Desteksiz bacak 90 derece kalçaya doğru bükülür.



TOPA AYAKLA VURMA (2 Yaş)

- 1-Topa hızlı sürekli yaklaşma
- 2- Top temasından hemen önce uzun bir adım atma ya da sıçrama
- 3-Diğer ayak topla aynı hizada veya topun arkasında yer alır.
- 4- Topa tercih edilen ayakla vurulur.

SIÇRAMA- /3.5 YAŞ

- Kuvvet oluşturmak için desteksiz bacak, sarkık durumda ileriye doğru sallanır.
- Desteksiz almayan ayak gövdenin arkasında kalır.
Kuvvet oluşturmak için kollar bükülür ve ileriye sallanır.
- Tercih edilen ayak üzerinde 3 defa ardarda sıçrar.

SEKME (5-6 YAŞ)

- Kollar iki yanda bir adım yürüme
- Öndeki ayak üzerinde sıçrama
- Desteksiz ayakla ileriye doğru adımlama
- Öndeki ayak üzerinde sıçrama

TEMEL HAREKETLER DÖNEMİ

- Olgunlaşma, çevresel koşullar ve bireysel faktörler önemlidir.
- Olgunlaşma hareket becerilerinin sırasını, çevresel etmenler de hızını ve niteliğini belirler.
- THB nin kazanılmasında Fiziksel ve motor uygunluk unsurları önemlidir.
- Hedef temel becerilerin olgun düzeyde başarılmasıdır.
- Çocuklar hareket becerileri ile övünürler.
- Çocuğun sosyal ve duygusal gelişimi üzerinde etkilidir.
- Bir beceri önce en ilkel düzeyde kazanılır sonra gerekli düzeltmeler yapılır.
- Sık tekrarlanan hareket becerileri güçlü sinirsel bağ oluşturur.

THB ÇEVRESEL FAKTÖRLERİN ÖNEMİ



Uygulama Firsati

Tesis, araç, zaman



Teşvik

- Anababa ve öğretmenler



BE dersi ile ilgili olanaklar

- Tesis, araç, öğrenci sayısı, öğretim yöntemleri, program



OLGUN AŐAMAYA ULAŐMANIN ÖNEMİ

- THB deki başarısızlık ileriki yıllardaki aktiviteye katılımı engeller.
- Beceri öğrenimini engelleyen unsurlar;
 - Yanlış öğrenmeler
 - Utangaçlık (kısır döngü)
 - Kaygı ve korku

MOTOR GELİŞİMİ DEĞERLENDİRMEK İÇİN KULLANILAN TESTLER

- Bruininsk-Oseretsky Motor Yeterlilik testi (BOMYT), 1978
- Denver gelişimsel tarama testi (DGTT), 1967
- Portage E.Ç.D.E.P.K.L.(1960)
- Motor beceri ve performans testleri
 - Kaba motor gelişim testi- TGMD II (Ulrich, 2000)
 - Kaba motor beceri testi – (Hirst ve ark, 1986)
 - Motor performans testi- (Morris ve ark., 1986)

BOMYT- (4.5-14.5 YAŞ)

- Kaba motor Beceriler: Koşu-denge-koordinasyon-kuvvet
- Kaba ve ince motor beceriler
- İnce motor beceriler

TGMD(3-10 YAŞ)

KABA MOTOR GELİŞİM TESTİ

☞ **Kabamotor beceriler**

- ☞ Koőma
- ☞ Gallop
- ☞ Sıçrama
- ☞ Atlama
- ☞ Yatay atlama
- ☞ Kayma

☞ **Nesne Kontrol Becerileri**

- ☞ Topa sopa ile vurma
- ☞ Top zıplatma
- ☞ Yakalama
- ☞ Topa ayakla vurma
- ☞ Fırlatma
- ☞ Top yuvarlama

KABA MOTOR BECERİ TESTİ (Hirst ve ark., 1986)

- DUA: 2 denemeden en iyisi kaydedilir.
- Dinamik Denge: (48 cm²) Tek ayak üzerinde zıplama sayısı.
- Statik Denge: Tek ayak üzerinde dengede durma süresi.
- Çabukluk: (152 cm) 2 denemeden en iyisi kaydedilir.



MOTOR PERFORMANS TESTİ

- Tek ayak üzerinde dengede durma
- Çabukluk
- Durarak Uzun Atlama
- Tenis Topu Fırlatma
- Sürat Koşusu

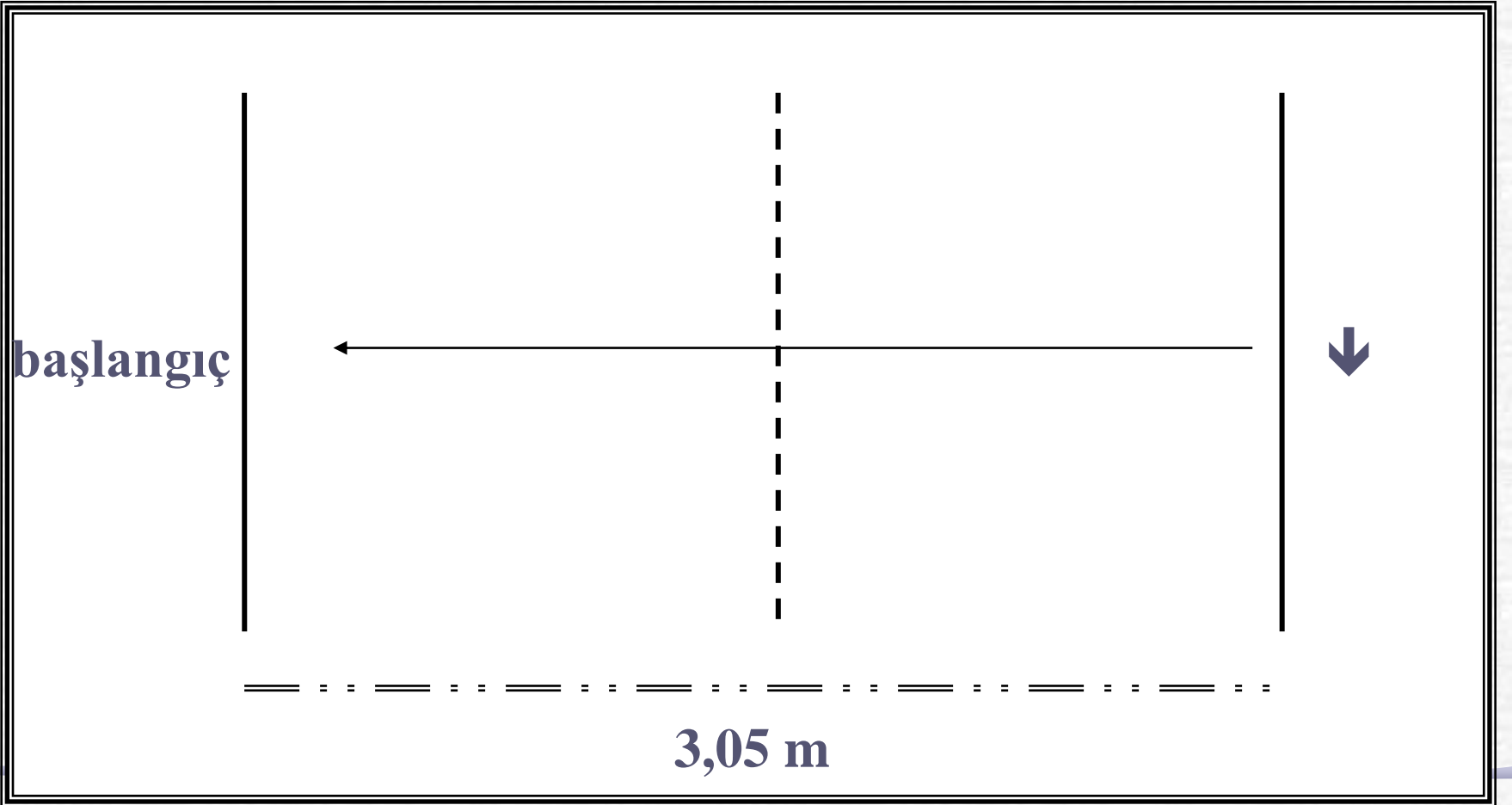
TEK AYAKLA DENGEDA DURMA BECERİSİ

- Değerlendirme: 7 uygulamadan en iyi ve en kötü performans çıkartılır. 5 uygulamanın ortalaması alınır.

Çabukluk

- Değerlendirme : 4 uygulamanın ortalaması alınır.

Çabukluk testi

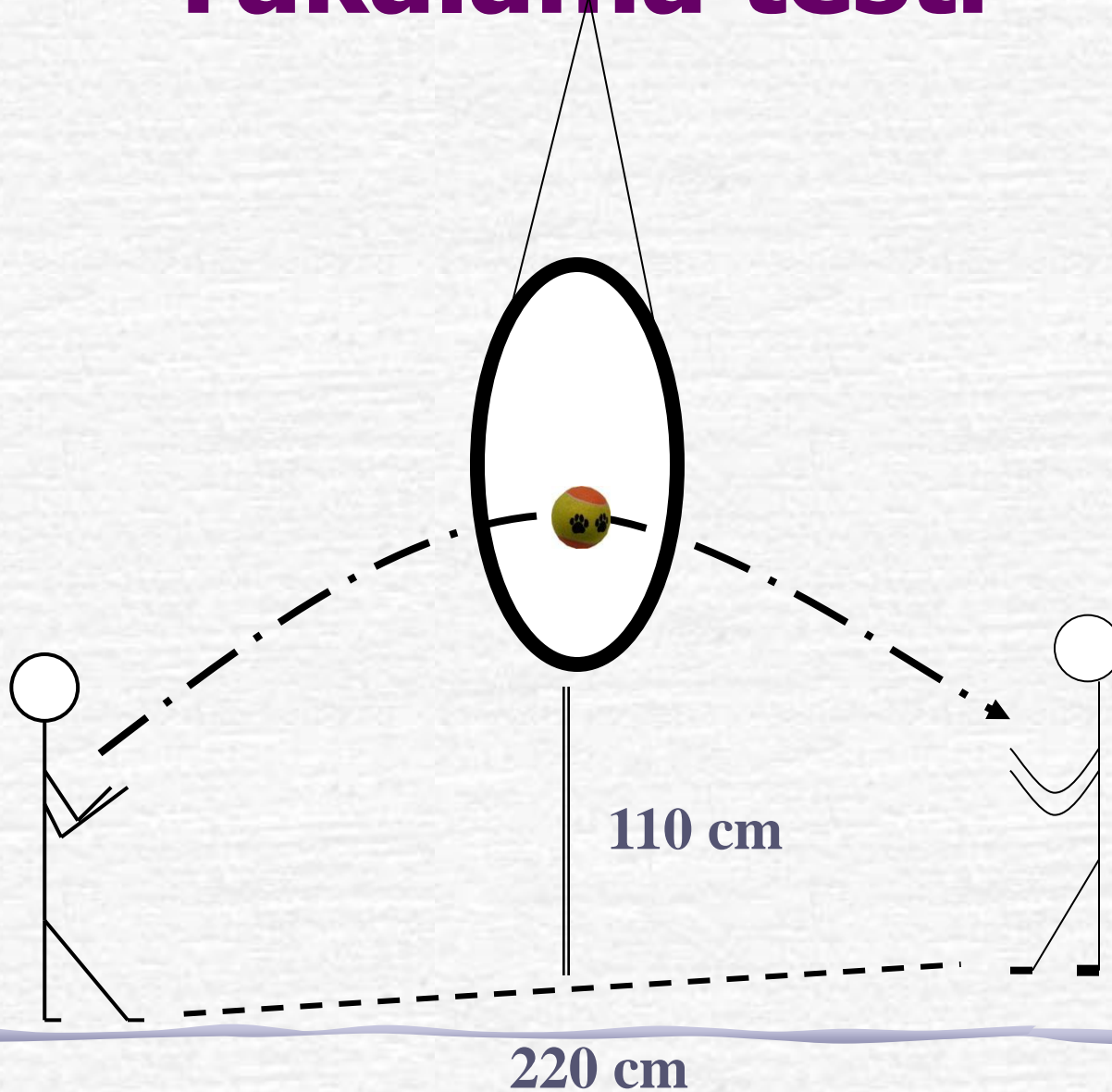


Yakalama

- Değerlendirme: 10 denemenin ortalaması alınır.
- 3 puan: Topun ellerle yakalanması
- 2 puan: iki el dışındaki diğer yakalama şekilleri.
- 1 puan: Yakalayamama
- 0 puan: Toptan kaçma, çaba eksikliği



Yakalama testi



DUA

- Değerlendirme: 5 denemeden en iyi 4'nün ortalaması alınır.

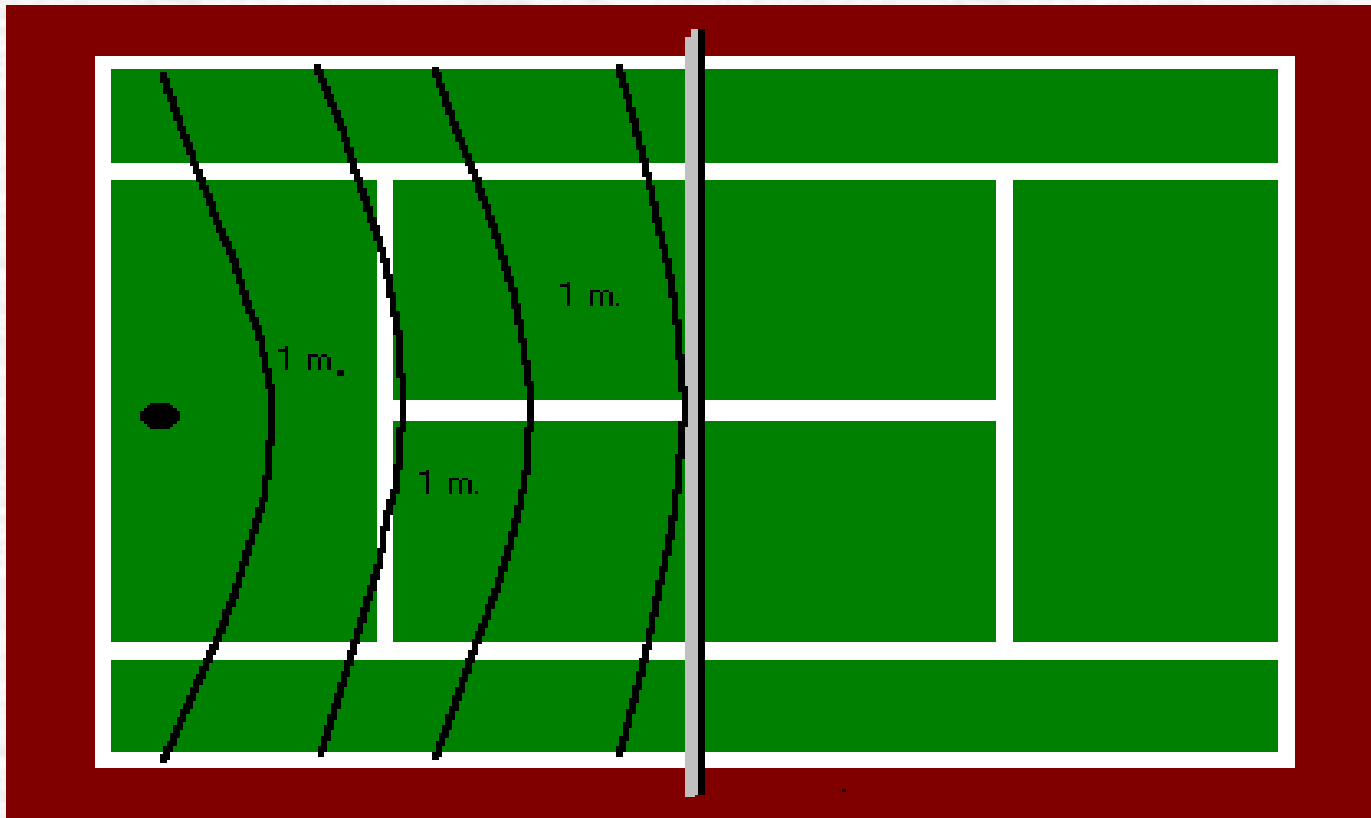
Durarak uzun atlama



TENİS TOPU FIRLATMA

- 7 uygulamadan en iyi ve en kötü performanslar çıkarılır. 5 denemenin ortalaması alınır.

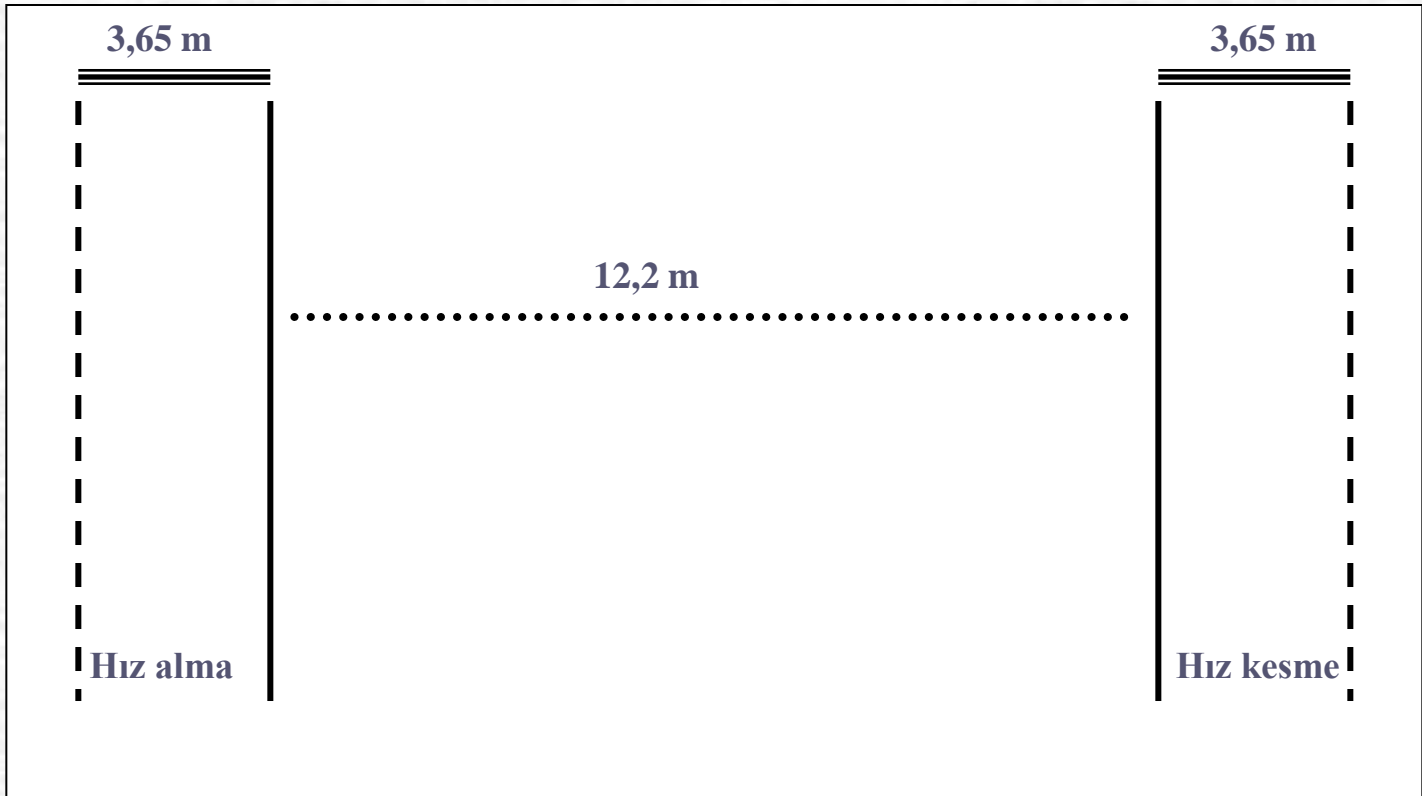
Tenis topu fırlatma testi



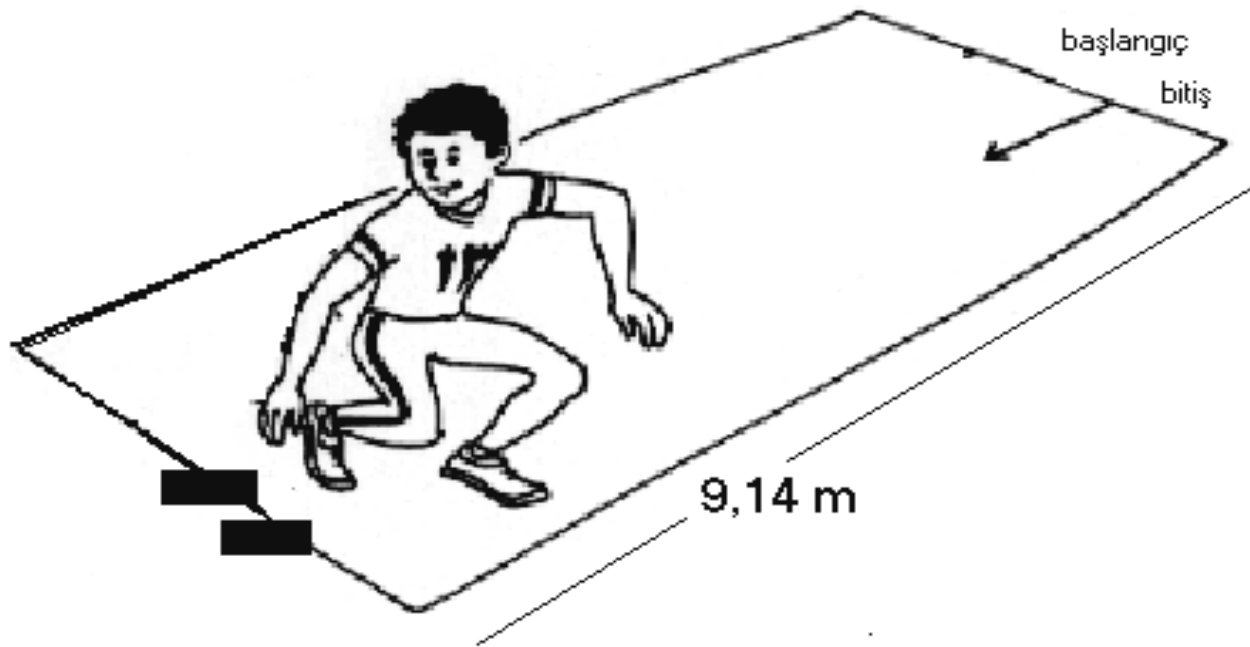
SÜRAT KOŞUSU

- Üç denemeden en kötü performans çıkarılır. İki denemenin ortalaması alınır.

Sürat koşusu testi



Koordinasyon testi



MOTOR GELİŞİM TESTLERİNİN KULLANIM AMAÇLARI

- KMB gelişiminde akranlarının gerisinde olan çocukları belirlemek,
- Eğitim programı hazırlamak,
- Bireysel gelişimi değerlendirmek,
- Eğitim programının başarısını değerlendirmek.
- Araştırmalarda ölçüm aracı olarak

OKULONCESI DONEMDE BEDEN EĞİTİMİ ETKİNLİKLERİNİN AMAÇLARI

- ☞ Sosyal ve duygusal gelişimi desteklemek
- ☞ Psikomotor gelişimi desteklemek,
- ☞ Bilişsel Gelişimi desteklemek,



PSİKOMOTOR GELİŞİM AMAÇLARI

- Yaşam boyu fiziksel aktivite alışkanlığı kazandırmak
- Bedeni tanıma ve daha etkin kullanma
- Fiziksel uygunluk düzeyini geliştirmek,
- Temel hareket becerilerini olgun forma ulaştırmak,

DUYGUSAL VE SOSYAL GELİŞİM AMAÇLARI

- Sosyal yaşam becerilerini geliştirmek,
- Saldırganlığı olumlu yöne kanalize etmek,
- Olumlu benlik gelişimini desteklemek,

- Dikkat etme, düşünceyi bir noktada toplamayı geliştirmek,
- Problem çözüme, yaratıcılık ve hayal gücünü desteklemek,
- Kavram gelişimi ve yön duyarlılığını desteklemek

