

ÇOCUK VE OYUN



Dr. Nilgün ÇÖL

Gaziantep Üniversitesi Tıp Fakültesi

Sosyal Pediatri BD.

«Uluslararası katılımlı 4. Ulusal Sosyal Pediatri Kongresi»

Kasım 2016, Antalya

Sunum planı



- ❧ Tanım
- ❧ Tarihçe
- ❧ Çocuk oyun hakları
- ❧ Oyun gelişiminin evreleri
- ❧ Ebeveyn-çocuk oyunu
- ❧ Çocuk oyun alanları
- ❧ Oyunun çocuk gelişimindeki rolü/önemi
- ❧ Bilgisayar oyunları

Tanım



- œ Oyun
 - œ Çocuğun dili
- œ Oyuncaklar
 - œ Kelimeleri

- œ Yařama hazırlanma provası
 - œ Yetiřkinliđe hazırlanma aracı

Tanım



Çocuğun

Ɔ Koyduđu kurallara bađlı olarak kendiliđinden geliřen

Ɔ Duygu/ dűřüncelerini ifade etmesini sađlayan

Ɔ Haz/ mutluluk kaynađı olan

Ɔ Fiziksel, bilişsel, duygusal ve sosyal tüm gelişim alanlarını destekleyen

Etkinliklerin tümü

Ɔ Gerçek hayatın bir parçası

Ɔ Etkin bir öğrenme süreci

Tarihçe



- ❧ Oyun kelimesinin kökeni Şamanlıktan geliyor
- ❧ Türkçenin en eski sözcüklerinden biri
 - ❧ Şaman'a ve şaman töreninin tamamına verilen isim
- ❧ Oyundan bahseden en eski kaynaklar
 - ❧ Batıda on üçüncü yüzyıl
 - ❧ Doğuda on birinci yüzyıl



Oyun



Çocuğun gelişmesi ve kişilik kazanması için

Sevgiden sonra gelen ikinci önemli ruhsal besin

Bekmezci H. ve ark. İzmir Dr. Behçet Uz Çocuk Hastalıkları Dergisi 2015; 5: 81-87.

Çocuk Oyun Hakları



- ❧ “Çocuk Hakları Bildirgesi”, 1959
 - ❧ Çocuğa eğitimde olduğu gibi, oyun oynamada da tam fırsat tanınmalıdır; toplum ve kamusal otorite bu hakkı yerine getirmeye çalışmalıdır
- ❧ “Çocuk Oyun Hakları Malta Deklarasyonu ”,1977
 - ❧ Oyun beslenme, sağlık, barınma ve eğitimin yanı sıra her çocuğun gelişimi için yaşamsal öneme sahiptir
- ❧ Türkiye
 - ❧ 1990, Çocuk Hakları Sözleşmesi imzalandı
 - ❧ 1994,Türkiye Büyük Millet Meclisi'nde sözleşme onaylandı
 - ❧ 1995,Resmi Gazete'de yayınlanarak yürürlüğe girdi

Oyun gelişimi evreleri



- ❧ **Tek başına oyun evresi (0-2 yaş)**
 - ❧ Alıştırmalı oyun
- ❧ 0-6 ay
 - ❧ Oyun ve oyuncak olarak ellerini ve gözlerini kullanır
 - ❧ Canlı renkli, ses çıkaran oyuncaklar çok hoşuna gider
 - ❧ Objeleri çekerek, sallayarak tanımaya/keşfetmeye çalışır
- ❧ 6-12 ay
 - ❧ Hareketlenmeye başlar
 - ❧ Bedenini, nesnelere ve bunların fonksiyonlarını öğrenerek tekrarlar
 - ❧ Kas gelişimine uygun ve hareketli oyuncaklardan hoşlanır
- ❧ 12-24 ay
 - ❧ Çocuk çevresindeki çocukları gözlemler fakat onlarla sosyal iletişimi olmadan tek başına oynar
 - ❧ Topunu yuvarlar, küplerden kuleler yapar, arabasını sürer

Oyun gelişimi evreleri



- ❧ Paralel oyun evresi (2-3 yaş)
 - ❧ Sembolik (simgesel) oyun
- ❧ Diğer çocuklarla aynı ortamda
 - ❧ Fakat birbirinden ve çevreden etkilenmeden
 - ❧ Bağımsız olarak oynadıkları oyun dönemi
- ❧ Çocuklar arasındaki sözel iletişim çok azdır

- ❧ Sembolik oyunlar
 - ❧ Nesnelere birbirinin yerine kullanırlar

Oyun gelişimi evreleri



- ❧ **Güçbirliğine dayalı oyun evresi (3-4yaş)**
 - ❧ Taklit etme oyunları
- ❧ Çocuklar iki-üç kişilik gruplarla ve kısa sürelerle birlikte oynarlar
 - ❧ İlgi alanlarına göre katıldıkları grupları değiştirebilirler
- ❧ Çevreye ilgileri artar
- ❧ Birbirlerinden fikir ve oyuncak alışverişinde bulunurlar
- ❧ Aynı oyunda yer alır, aynı malzemeleri kullanır
 - ❧ Fakat yine kendi oyunlarına devam ederler

Oyun gelişimi evreleri



- ❧ **Kurallı oyun evresi** (5 yaş ve sonrası)
- ❧ Kas gelişiminin devam etmesi nedeniyle
 - ❧ Koşma, tırmanma, çekme gibi hareketlerle
 - ❧ Oyuna tüm bedeni ile katılır
- ❧ Yarışmalı oyunlara ilgi duyar
- ❧ Oyunun kurallarına uymaya başlar
- ❧ Çocuklar arasında sosyal bir iletişim kurulur
 - ❧ Oyun içinde birbirlerine ihtiyaç hisseder
 - ❧ İşbirliği yaparak oynarlar

Oyun aracı «Oyuncak»



- Uzun süre aynı araçlarla oynama
 - Oynayan kişinin araçlarla durgun değişmeyen etkileşimine yol açar
- Yeniliği arttırabilmek için
 - Oyun araçları belirli aralıklarla değiştirilmeli

Oyuncak seçimi



Çocuğun

- ❧ Yaşına, gelişim düzeyine uygun olmalı
- ❧ İlgi, istek ve ihtiyaçlarını karşılamalı
- ❧ Farklı gelişim alanlarını desteklemeli
- ❧ Farklı türdeki oyunlarda
 - ❧ Farklı amaçlarla kullanılabilmesi
- ❧ Yaratıcı faaliyetleri teşvik edici olmalı
- ❧ Hayal gücünü uyarabilmeli
- ❧ Saldırganlık duygularını ortaya çıkarmamalı

- ❧ Güvenli olmalı
- ❧ Doğal malzemelerden yapılmış olmalı

Oyun aracı «Oyuncak»



œ Oyuncanın yapıldığı madde değil

œ Hangi ilişkiler içinde kullanıldığı daha önemli

Oyun aracı «Diğer materyaller»

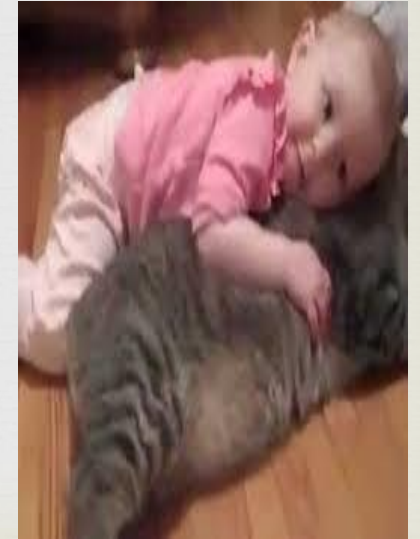


Bitkiler

- Çocukların kas gelişimlerini destekleyecek
 - Tırmanma, saklanma, atlama gibi fiziksel becerilerini geliştirebilir
- Çocuğa yapraklarını, meyvelerini, çiçeklerini toplama imkanı sunarak
 - Doğaya merak duymalarında rol oynar

Hayvanlar

- Okul yılları/ileri ki yıllarda yapabileceği
- Bilimsel keşifler için ciddi kazanımlar sağlar



Oyun aracı «Diğer materyaller»



☞ Kum ve su

- ☞ 24. aydan itibaren tüm yaşlar için temel oyun malzemeleridir
- ☞ Çocukların rahatlamasını sağlar

☞ Kum

- ☞ Çocukların çevrelerini
 - ☞ Değiştirebilme / biçimlendirme becerilerini

☞ Su

- ☞ Duygusal/motor becerilerini geliştirir



Cinsiyete göre oyun



18 ay civarında gelişmeye başlar

Kızlar

İşbirliğine dayalı

Erkekler

Yarışma tarzında

Ebeveyn-çocuk oyunları



☞ Ebeveynlerin

- ☞ Günde en az onar dakikalık iki evre halinde
- ☞ Çocuklarıyla oyun oynamaları öneriliyor

☞ Çocukların

- ☞ Bilişsel, dil, duygusal, sosyal gelişimini
- ☞ Olumlu yönde etkiliyor

☞ Birlikte oynama

- ☞ Anne çocuk arasındaki bağlanmayı güçlendirir



Ebeveyn-çocuk oyunları



- ❧ 0-3 ay:
 - ❧ Renkli ve hareketli objelerin çocuğun yakınına getirilip uzaklaştırılması
 - ❧ Bebeğe bakıp gülümseyerek dikkatini çekme
 - ❧ Aynı sesleri melodik olarak tekrarlama
 - ❧ Bebeğin karşılık vermesine olanak sağlama
 - ❧ Bebekle dans etme
 - ❧ Bebeğin el ve ayaklarını pedal çevirir gibi hareket ettirme

Ebeveyn-çocuk oyunları



3-9 ay:

- Bebele konuşma onu dinleme
 - İhtiyaçlarını belirtmeye çalıştığında cevap verme
 - Bebeęi oyun oynarken izleme
- Oyuncak güvenlięi

Ebeveyn-çocuk oyunları



9-18 ay:

- Paylaşımıcı rahatlatıcı koruyucu tavırlarla oyuna teşvik etme
- Sesli, takmalı-çıkartmalı, inşa etmeye yönelik oyun araçları ile oynama
- Tehlikeli objeleri uzaklaştırma

Oyun-fiziksel aktivite



3-5 yaş çocuklar

60 dakika/gün fiziksel aktivite yapmalı

Uyku dışında 60 dakikadan daha uzun süre hareketsiz kalmamalı

Oyun-fiziksel aktivite



Annelerin gebelik öncesi dönemde ki fiziksel aktivite süresi uzadıkça

Çocukların oyun alanlarında geçirdiği süre

Hafta içi 4 dakika

Hafta sonu 6 dakika uzuyor



Annelerin çocuğun fiziksel aktivite gerekliliği hakkındaki bilgi düzeyi arttığında

Çocukların oyun alanlarında geçirdiği süre

Hafta içi 12 dakika

Hafta sonu 15 dakika uzuyor

Çocuk oyun alanları



☞ Geleneksel (Klâsik) oyun alanları

- ☞ Standart oyun donanımı
 - ☞ En sık salıncak
 - ☞ Büyük kas aktivitesi
 - ☞ Kaba motor gelişimine yönelik

☞ Çağdaş oyun alanları

- ☞ Su, fıskiye, tepe, eğim, tünel gibi özellikler
- ☞ Çocuklardan başka hiç bir şey hareket etmez



Çocuk oyun alanları



☞ Macera oyun alanları

☞ Çocuklara kendi oyun alanlarını yaratmak için

☞ Donanım sunar

☞ Hiçbir şey sabit değildir

☞ Mekânda tavsiyelerde bulunan ve çocukların oyununda görev alan bir lider bulunur

☞ Bu kişi genellikle gönüllü bir yetişkindir

☞ Yaratıcı oyun alanları

☞ Tekerlekli araç alanı, su ve kum alanı

☞ Tırmanma, sallanma alanı gibi karmaşık birimler bulunur

Çocuk oyun alanları



- ❧ 3.5 yaş çocuklarda
- ❧ Açık havada 1 saatlik oyun
- ❧ Gece uyku süresini uzatıyor
- ❧ Yatağa daha erken gidiyorlar



Xu H. et. al. Acta Paediatr 2015; 105: 297-303.

Oyunun çocuk gelişimindeki rolü / önemi



☞ Fiziksel gelişim

- ☞ Oyun sırasında çocuğun tüm bedeni hareket halinde
- ☞ Yapılan hareketlerin tekrarlanması ve birbirini takip etmesi
 - ☞ Fiziksel performansını artırır
- ☞ Fiziksel güç gerektiren hareketleri içeren oyunlar
 - ☞ Fiziksel gelişimine/kas gelişimine katkı sağlar

Bekmezci H. ve ark. İzmir Dr. Behçet Uz Çocuk Hastalıkları Dergisi 2015; 5: 81-87.

Oyunun çocuk gelişimindeki rolü/ önemi



☞ Duygusal/Sosyal gelişim

- ☞ Toplum kurallarını/ gerçeklerini öğrenir
- ☞ Kişisel ve toplumsal alışkanlıkları kazanır
 - ☞ Kendine güven, kendini denetleme, çabuk karar verme, işbirliği yapma, doğruluk ,disiplin
- ☞ Yönetme, yönetilme gibi kavram/ duyguları tanır
- ☞ Kazanma ve kaybetmenin önemini kavrar
- ☞ Sorumluluk duygusunu geliştirir

- ☞ Hayata, sosyal/toplumsal yaşamın kurallarına hazırlanır

Oyunun çocuk gelişimindeki rolü/önemi



❧ Bilişsel/Dil gelişimi

- ❧ Dünyayı ve çevresini keşfeder, yeni bilgiler edinir
- ❧ Mantık yürütmeyi, sebep-sonuç ilişkileri kurmayı, dikkatini toplamayı, bir amaca yönelmeyi, problem çözmeyi öğrenir
- ❧ Düşünme, algılama, zihinsel planlama
 - ❧ Soyut yetenekleri gelişir
- ❧ Oyunda tekerlemenin yer alması
 - ❧ Dil gelişimi için önemlidir
 - ❧ Ezber gücünü geliştirir
 - ❧ Zihin gelişimine de katkıda bulunur

Oyunun çocuk gelişimindeki rolü / önemi



☞ Psikomotor gelişim

☞ Oyun sırasındaki fiziksel etkinlikler

☞ Çocukların

☞ İnce/kaba motor becerilerini geliştirir

☞ Vücut bölümlerini koordineli kullanmalarını sağlar

☞ Dikkat, koordinasyon, esneklik gibi yetenekleri geliştirerek

☞ Psikomotor alanda sağlıklı bir gelişim görülür

Oyunun çocuk gelişimindeki rolü/ önemi



Öğrenme

Oyun

Çocuğu hayata hazırlayan informal bir eğitim alanıdır

Öğrenmenin gerçekleşmesinde büyük önemi var

Oyunla eğitimin temel prensibi

Yaparak-yaşayarak öğrenme

Çocuk

Uygulayabilirse, öğrenebilir

Duyularını kullanır; dokunur, duyar, görür, hisseder

Böylece kalıcı ve kolay bir öğrenme ortamı sağlanmış olur

Oyun ve risk



- ❧ Çocukların oynadıkları oyunun doğal bir özelliği
 - ❧ Fiziksel, sosyal, duygusal, zihinsel açılardan
 - ❧ Riskli davranışlar içermesi

- ❧ Çocuklara risk alma/mücadele etme fırsatları sunulması
 - ❧ Yaratıcılık, problem çözme, karar verme, sebat etme, direnç kazanma
 - ❧ Kendini tanıma, başkalarıyla etkileşim kurma, risk ve tehlike arasındaki ayırımı anlama, riski yönetme
 - ❧ Becerilerinin
 - ❧ Gelişmesine önemli katkılar sağlar



«Ekran zamanı»



- ❧ Haftada 1 saat BS oyunu
 - ❧ Görsel uyarılara daha uyumlu/hızlı
 - ❧ Psikomotor yanıt sağlıyor
- ❧ Bu süre uzadığında motor hızda değişiklik gözlenmiyor

- ❧ Daha uzun süreler oyun oynama
 - ❧ Davranış problemleri
 - ❧ Akran çatışmaları
 - ❧ Olumlu sosyal becerilerde azalmaya yol açıyor

Pujol J. et. al. Ann Neurol 2016; 80: 424-433.

«Ekran zamanı»



☞ Ebeveynlerin

☞ BS/TV başında geçirdiği süre uzayınca

☞ Çocuğunki de uzuyor

Xu H. J Paediatr Child Health. 2014;50:680-686.



«Ekran zamanı»



- ❧ 2-5 yaş arası çocuklarda
- ❧ BS/TV ile geçirilen sürenin 1 saat artışı
- ❧ Gece uyku süresini 3 dakika azaltıyor
- ❧ Yatağa gitmeyi 4-7 dakika geciktiriyor
- ❧ Uykuya dalma süresini 1.6 dakika uzatıyor

Xu H. et. al. Acta Paediatr 2015; 105: 297-303.

«Ekran zamanı»



- ❧ Günde 1 saat
- ❧ Aktif BS oyunlarının
- ❧ Sedanter BS oyunları ile değiştirilmesi
 - ❧ Duygusal problemleri %6 azaltıyor
 - ❧ Yaşam memnuniyetini %4 arttırıyor
- ❧ Aktif sokak oyunlarının
- ❧ Aktif BS oyunları ile değiştirilmesi
 - ❧ Duygusal problemleri %7 arttırıyor
 - ❧ Yaşam memnuniyetini %2 azaltıyor

Şiddet içerikli bilgisayar oyunları



❧ *Saldırganlığa sevk etkisi*

- ❧ Saldırganlık seviyesinde artış
- ❧ Şiddete eğilimde artış
- ❧ Huysuzluk

❧ *Mağduriyet korkusu etkisi*

- ❧ Çevreyi korkulacak bir ortam olarak algılama
- ❧ Kendini korumaya yönelik tedbirler alma

❧ *Duyarsızlaştırıcı etki*

- ❧ Çevredeki şiddet olaylarına/ mağdurlarına karşı duyarsızlaşma

❧ *İştah etkisi*

- ❧ Daha çok şiddet içerikli materyale ulaşma/ izleme isteği

Şiddet içerikli bilgisayar oyunlarının etkileri



☞ Kardiyovasküler sistem

☞ Nabız sayısı

☞ Kan basıncını yükseltiyor



Şiddet içerikli bilgisayar oyunlarının etkileri



☞ Nörolojik sistem

- ☞ Bilişsel fonksiyonlarda azalma
- ☞ Dikkat /konsantrasyon bozukluğu
- ☞ Mantıklı ve analitik düşünme/karar alma yeteneğinde azalma
- ☞ Psikolojik ve duygusal uyarılma
- ☞ Yüksek parlaklığa sahip, hızlı değişen ve yanıp sönen ışıkların olduğu görüntüler
 - ☞ Epilepsi nöbetlerini tetikliyor

Şiddet içerikli bilgisayar oyunlarının etkileri

Psikoloji üzerindeki etkileri

- Saldırganlığı arttırır
- Depresyonu arttırır
- Empati yeteneğini azaltır
- Okul başarısını azaltır
- Anksiyete ve sosyal fobiye yol açar

*Messias E. et. al. Suicide life Threat Behv 2011; 41: 307-315.
Rehbein F. et al. Cyberpsychol Behav Soc Netw 2010; 13: 269-277.*

Şiddet içerikli bilgisayar oyunlarının etkileri

- ❧ Madde kullanımı
- ❧ Alkol ve tütün ürünleri kullanımı BS oyunlarında son derece yaygın
- ❧ Bu oyunları oynayan adolesanlar
 - ❧ Alkol ve tütün ürünlerini denemeye eğilimli oluyor

Cranwell J. et. al. Cyberpsychol Behav Soc Netw 2016; 19: 420-434.

Şiddet içerikli bilgisayar oyunlarının etkileri

Yarışmalı video oyunları

Agresif davranışları arttırıyor



Adachi PJ et. al. Child Dev 2016; DOI: 10.1111/cdev.12556.

Bilgisayar oyunlarının yararlı etkileri

- œ Öğrenme üzerinde pozitif etkili
 - œ “El-göz bağlantısı” sağlar
 - œ Aktif katılım, geri bildirim ve çok tekrar imkânı sunar
 - œ Oyunların çeşitli zorluk seviyelerinde farklı hedeflerinin olması
 - œ Eğitimde farklı seviyede öğrencilerin
 - œ Başarı seviyelerini arttırabilmek için gerekli
- œ Öğrenilen bir davranışın yerleşik hale gelmesi için
 - œ Pratik yapma imkânı sağlar
- œ Oyunlar bir davranışta ustalaşmayı destekler

Bilgisayar oyunlarının yararlı etkileri

- ❧ Problem çözüme yeteneğini artırır
- ❧ Oyunlar zorluk ve bilgi/beceri seviyelerine göre uyarlanabilir olduğundan
 - ❧ Farklı şekil ve seviyelerde pratik yapma
- ❧ Öğrenilen bir davranış ve beceriyi
 - ❧ Farklı ortamlarda
 - ❧ Farklı şekillerde
 - ❧ Farklı problemlere
 - ❧ Uygulayabilme yeteneği kazandırır

Shams TA. et. al. Curr Psychiatry 2015; 17: 71.

Bilgisayar oyunlarının yararlı etkileri

- ❧ Entellektüel fonksiyonları/akademik başarıyı artırır
- ❧ İçe kapanmayı azaltır
- ❧ Arkadaşlarıyla oynama
 - ❧ Sosyal aktiviteyi/becerileri artırır
- ❧ Bilişsel becerileri artırır
- ❧ Hafıza ve algıyı güçlendirir

Granic I. et al. Am Psychol 2014; 69: 66-78.

Kovess-masfety et. al. Soc Psychiatr Epidemiol 2016; 51: 349-357.

Bilgisayar oyunlarının yararlı etkileri

- ☞ Aktif BS oyunları
 - ☞ Hareket güçlüğü olan çocukların
 - ☞ Becerilerini geliştiriyor

Barnett KM. et. al. [Prev Med Rep.](#) 2015;2:673-678.

- ☞ Bir ay boyunca haftada 3 kez 10 dakika
 - ☞ Nintendo wii
 - ☞ Çocukların hareket yeteneğini artırıyor

Johnson TM. et. al. [J Sci Med Sport.](#) 2016 ;19:432-436.

Bilgisayar oyunlarının yararlı etkileri

BS oyunlarına erken yaşta başlama

Verilen görevi yerine getirme/uygulama

Becerilerini arttırıyor



Hartanto A. et. al. Atten Percept Psychophys 2016; 78. 1125-1136.

Pokemon Go



☞ Faydaları

- ☞ Egzersiz, sosyal etkileşim, sokak aktivitesi sağlar
- ☞ Bölgesel komşuluk yoluyla aktif öğrenmeyi güçlendirir
- ☞ Birlikte oynamayı, iletişimi sağlar
- ☞ Duygu durumunu düzenler

☞ Zararları

- ☞ Kazalara yol açar
- ☞ Yabancılarla iletişim sağlar



«Okul çocukları akıl sağlığı» Avrupa projesi

Beş Avrupa ülkesi

3000 okul çocuğu (6-11 yaşı) BS oyunu oynama süresi

%20'si >5 saat/hafta (fazla kullanım)

%40'ı 1-5 saat/hafta

%39'u <1 saat/hafta

«Okul çocukları akıl sağlığı»

Avrupa projesi

☞ Oyun süresini etkileyen faktörler

☞ Arttıran

☞ Erkek cinsiyet

☞ Büyük yaş

☞ Ortalama büyüklükte aile

☞ Azaltan

☞ Az eğitilmiş

☞ Pasif

☞ Bekar

☞ Psikolojik problemlili anne varlığı

«Okul çocukları akıl sağlığı» Avrupa projesi

☞ Fazla kullanım

- ☞ Yüksek akademik başarı
- ☞ İyi entelektüel kapasite
- ☞ Okuma ve matematikle pozitif korele
- ☞ İçerik kapanmayı azaltıyor
- ☞ Akran ilişkilerini düzeltiyor iyileştiriyor
- ☞ Sosyal ilişkileri geliştiriyor



TEŞEKKÜRLER...