

# ÖZ BAKIM VE GÜNLÜK YAŞAM BECERİLERİ

Dr. Meral Çilem Ökcün Akçamuş

- Beceri, bireyin sahip olduğu yeterliliklerine dayalı olarak yapabileceği tahmin edilen veya yaptığı etkinliklerdir.

□ beceri?\* kavram?

- Ahmet, beslenme saatinden sonra ellerini yıkamamakta, tuvaletten sonra kişisel temizliğini yapamamaktadır.
- Ali, sabahları yatağını düzeltmekte ve giysilerini giymekte sıkıntılar yaşamaktadır.
- Esra, kişisel temizliğini yapmakta ve kendi kendine giyinip soyunmakta sorunlar yaşamaktadır.

Gelişim sürecinde erken yaşta başlayan öz bakım becerilerinin gelişimi anne-babalardan bağımsızlığın başlangıcının göstergesidir

Bağımsız olarak tuvalet gereksinimini karşılama, yemek yeme, giyinme en temel öz bakım becerileridir.

# Sırasıyla;

5

- El yüz yıkama, diş fırçalama, burun temizliği ve banyo yapma
- Tırnak bakımı, cilt bakımı ve saç bakımı
- Günlük yaşam işlerini yerine getirme; (elbise satın alma ve bakımı, yaşa ve havaya uygun giyinme, ilaçların kullanımı, sağlıklı beslenme alışkanlıkları ileri düzey öz bakım becerileridir.

# Öz bakım becerilerini kazanmaya etki eden davranışlar:

6

- Zihinsel yetersizlik dışında,
  - Büyük kas becerilerindeki yetersizlikler (Kol-bacak)
  - Görme yetersizlikleri
  - El-göz koordinasyonunda yetersizlikler
  - Manipülatif becerilerde yetersizlikler
  - Ağız ve ağız içi bölümlerinde şekil bozuklukları, gelişmemesi

- Çocuğun görsel dikkat, taklit, yönerge alma ve basit cümle anlama becerilerindeki gelişim öz bakım kazanımını etkiler
- Taklit etme, dikkat süresi ve öz bakım becerileri öğretimine başlama arası ilişki araştırmalara göre değişiklik göstermektedir

# Öğretimden önce

8

- Hedef beceriler seçilir.
  - Çocuğun günlük yaşamında yardıma gereksinim duyduğu beceriler
  - Çocuğun öğrenmek istediği beceriler
  - Çocuğun öğrenmeye hazır olduğu beceriler
  - Öğretmek istediğimiz beceriler
- Beceriler aşamalandırılır
  - İleri zincirleme
  - Geri zincirleme
- Ödüller belirlenir
  - ilgi
  - Yiyecek
  - Etkinlikler
  - Semboller



# Hedef becerilerin seçilmesi

9

- Çocuk ve ailesi için öncelikli beceriler nelerdir?
- Çocuğun içinde yaşadığı ortamın özellikleri nasıldır?
- Çocuğun sahip olduğu kavram ve becerilerin nelerdir?
  - Genel gelişim düzeyi hakkında bilgi edinmek (gelişimsel alanlarda kaba değerlendirme araçları uygulamak, aile görüşmeleri, ortam incelemesi) ile hedef beceriler belirlenir

# Performansın belirlenmesi

- Öğrenciye yeni bir şeyler öğretebilmek için, öğrencinin önceki bilgilerinin ve sahip olduğu becerilerin neler olduğunu çok iyi bilmesi gerekir.
- Yeni bilgi ve beceriler, önceki bilgi ve becerileri temel alır. Bu aşama, öğretim sürecindeki ilk basamak olan performans belirleme aşamasıdır.

# Performans düzeyinin belirlenmesi

11

## □ Performans Düzeyi Belirleme:

- Öğretime başlamadan önce öğrencinin hangi beceri ve kavramları edinmiş olduğunu belirlemek amacıyla,
- Öğrencinin hangi beceri ve kavramları öğrenmeye hazır olduğunu belirlemek amacıyla,
- Öğrencinin güçlü ve zayıf yönlerini belirlemek amacıyla yapılır.

# Performans düzeyinin belirlenmesi

12

- Kaba değerlendirme araçları
- Aile görüşmeleri
- Gözlemler ile öğrencinin genel olarak günlük yaşam ve öz bakım becerilerinde yapabildikleri ve yapamadıkları belirlenir.
- Yapamadığı becerileri belirlenir
- Gelişimsel sırasına ve kullanım işlevine göre öncelik sırasına konulur
- Öncelikli beceriler belirlenir

# Beceri analizi ve amaç oluřturma

13

- Belirlenen becerilerde çocuğun yapabildiklerinin belirlenmesi için beceri analizi ve buna dayalı “ölçüt bağımlı ölçü aracı” hazırlanır
- Ölçü aracı çocuđa uygulanarak çocuğun yapabildikleri belirlenir
- Çocuğun yapabildiklerine dayalı olarak “tüm beceri, ileri zincirleme, geri zincirleme” yaklaşımlarından birine dayalı olarak UDA, KDA ve ÖA belirlenir

# Beceri Analizi Nedir?

- Beceri analizi, bir becerinin tamamlanabilmesi için gereken her bir beceri basamağının sıralı olarak belirlenmesi işidir.
- İyi bir beceri analizinde öğretilecek becerilerin sırası mantıklılık izlemelidir.
- Beceri analizinde öğrencinin amaca ulaşabilmesi için gerekli tüm basamaklar yer almalıdır.

# Beceri analizi

15

## □ Beceri analizi:

- Performans belirlemek
- Öğretim yapmak
- Öğretim sonunda değerlendirme yapmak amacıyla kullanılabilir.

# Beceri Analizinin Öğretime Katkıları

- **BİLGİ:** Beceri analizi yapıldığında en yüksek düzeyde bilgi sunmak mümkün olmaktadır. Öğretim basamakları beceri analiziyle belirlendiği için, öğretim materyali küçük parçalar halinde sunulabilmektedir. Böylece öğretmen öğrenciye bilgiyi daha çabuk ve kesin olarak kazandırabilmektedir.



# Beceri analizi

- **ÖĞRETİMİN BİREYSELLEŞTİRİLMESİ:** Beceri analizinin yapılması, öğretim basamaklarının oluşturulmasına hizmet ettiği için, öğrencilerin düzeyine göre öğretimin oluşturulmasını mümkün kılmaktadır.
- **ÖĞRETİMİ KOLAYLAŞTIRMASI:** Beceri analizi, öğrencinin bulunduğu düzeyi kolayca belirlememize yardımcı olduğu gibi öğretime nereden başlayacağımızı bilmemize de yardımcı olur.

# Beceri analizi

- **OBJEKTİF DEĞERLENDİRME:** Yapılan beceri analizi basamaklarıyla öğrencilerin göstermiş oldukları ilerlemeleri değerlendirmek ve kaydını tutmak mümkün olmaktadır. Bu da öğretmenin yanlılığını azaltmaktadır.
- **TEKRARLANABİLİRLİK:** Yapılan beceri analizleri, başka okul ve öğretmenlerce tekrar uygulanabilme olanağı sağlar.

# Beceri analizi

19

## □ Beceri analizi türleri:

- Yapılış sırasına göre beceri analizi
- Gelişimsel aşamaya göre beceri analizi
- Güçlük düzeyine göre beceri analizi
- Becerinin yapısal analizi

# Yapılış sırasına göre beceri analizi

20

- İleri zincirleme
  - ▣ Bir becerideki basamakların yapılış sırasına göre ilk yapılandan son yapılan doğru sıralanmasıdır.
  
- Geriye doğru zincirleme
  - ▣ Beceri analizinde sıranın yapılan en son basamaktan ilk yapılan doğru sıralanmasıdır.

# Gelişimsel aşamaya göre beceri analizi

21

- Bir becerinin gelişim aşamalarına göre beceri basamaklarının belirlenmesidir.
- Gelişimsel aşamalarında göre önceki basamaklardaki beceriler kendilerinin ardından gelen becerilerin önkoşulu sayılmaktadır.
- Bu analiz türünde alt becerilerin sıralanması gelişimsel bir düzen içindedir.

# Güçlük düzeyine göre beceri analizi

22

- Güçlük düzeyine göre analiz, alt becerilerin öğrenme kolaylığına göre sıraya konulmasıdır.
- Güçlük düzeyine göre analiz, becerinin daha kolay edinilebilen alt becerilerin belirlenmesidir.
- Çizgi çizmede
  - ▣ Doğru çizgiler çizmeyi gerektiren harfler (I, İ, L, T, E, F, H)
  - ▣ Eğik ve doğru çizgi çizmeyi gerektiren harfler (A, K, V, Y, Z)
  - ▣ Daire ve eğri çizmeyi gerektiren harfler (O, Ö, C, Ç, G, S)

# Becerinin yapısal analizi

23

- **Becerinin;**
  - Yönergesine (becerinin tümünün yönergesi ya da alt basamakların yönergesi)
  - Sunum şekline (tam öğrenme için ne tür bir bilgilendirme yapılacak),
  - Tepki şekline (öğrencinin tepkisi için beklenen ölçütlere göre),
  - Gerekli görülen niteliklere (beş denemenin biri, ikisi gibi becerinin tamamlanması için gerekli olan nitelik)
  - Doğruluk düzeyine göre analiz edilmesidir (Belirlenen doğruluk yüzdesine göre analiz).

# Kaynak

24

- Varol, N. (2011). Beceri öğretimi ve Öz Bakım Becerilerinin Kazandırılması. Ankara: KÖK Yayıncılık