



ÇOCUKLARDA FİZİKSEL AKTİVİTE VE HAREKET



*Özel Gereksinimi Olan Çocuklara Yönelik Fiziksel Aktivite
Hazırlama ve Sunma*



Dr. Taşkın Taştepe

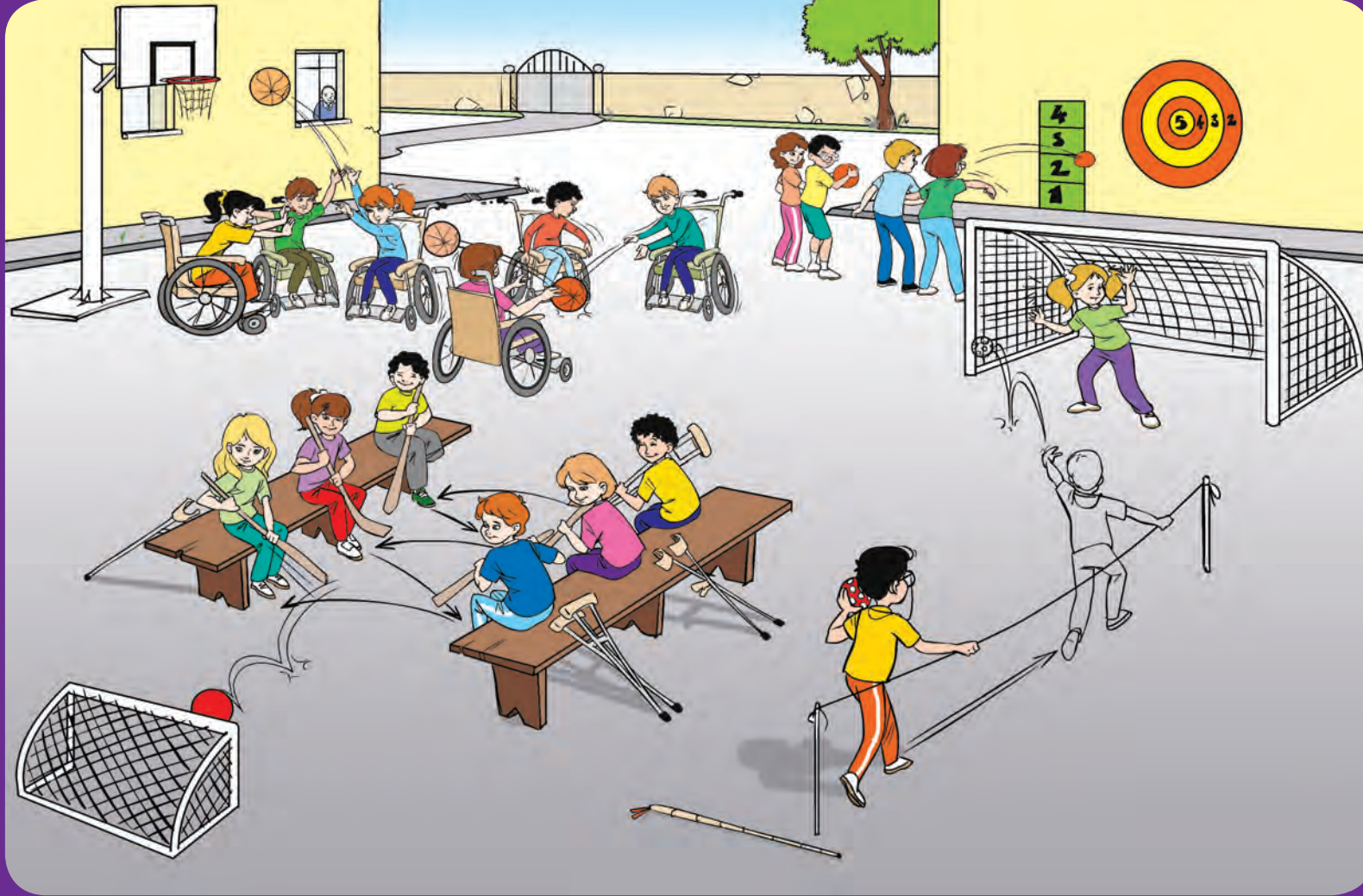
Spor Engel Tanımaz



Güvenlik:
Oyunculara güvenli olarak oynayabilecekleri yeterli alanlar oluşturun. Oyuncuların birbirlerinin hareket kabiliyetlerinin farkında olmasını sağlayın. Uzun saplı araçlarda topa vurduktan sonra aracı tutmaya devam edin.

Ekipman:
Zilli, parlak, yumuşak, hafif, oyuncuya uygun toplar, tebeşirler, ipler, işaret tabakları.

Hücum Oyunları - Ek Kart Spor Engel Tanımaz!



Güvenlik: İştirme - görme engelli oyuncularla birlikte başlama ve bitiş yönergeleri için uygun işaretler belirleyin. Savunmada zorluk çeken oyuncular için ikili mücadelenin yasak olduğu, güvenli alanlar belirleyin. Hareket engeli olan oyuncular için savunma ve hücum alanlarını genişletin. Hareket engeli olan ve olmayan çocuklar birlikte aynı alanda oynadıklarında her bir oyuncu için ayrı bölgeler kullanın.

Ekipman: Zilli, parlak, yumuşak, hafif toplar, ipler, farklı hedefler, kaleler.

Hücum Oyunları - Ek Kart

Spor Engel Tanımaz!

Öğrenme Anahtarı

A. Beceri Öğrenme

- Beceri gelişinceye kadar uygun hızda çalışılmalı.
- Hareketi öğrenmeye başlarken pas ve atışları oturarak veya sabit durarak yapmalı.
- Topu farklı şekilde kontrol etmenin yollarını (elle, koltuk değnekleriyle, tekerlekli sandalye vb.) denemeli.
- Beceriye geliştirmek için yeterli zaman ayırmalı.

B. Taktik Öğrenme

- Hareketleri çalışmak için topsuz, hızlı hareket etme ve yön değiştirme alıştırmaları yapılması
- Farklı mesafelerden değişik yönlerdeki hedeflere pas atılması

Değerlendirme ve İyileştirme

Çocukları;

- Zorlandıkları hareketleri nasıl daha kolay yapabilecekleri üzerine konuşmaya,
- Daha iyi paslaşabilmek, top sürebilmek ve hedefe isabetli atış yapabilmek için nelere dikkat etmek gerektiğini tartışmaya,
- Kendilerine uygun hedefler koymaya ve hedefe ne ölçüde ulaştıklarını nedenleriyle tartışmaya,
- Daha etkili oynamak için farklı bireysel etkinlikler üretmeye ve uygulamaya **teşvik edin.**

Çeşitlendirme

- G** Hedeflere mesafelerine göre puan vermek
Topu belli hedef ve yerlere atarak sayı almak
Topu atmak yerine yerde veya rampada yuvarlamak
İki ya da daha fazla kaleci ile oynamak
- E** Daha güvenli ve yakalaması kolay, yumuşak ve büyük toplar kullanmak
Görme engelli oyunculara yardımcı olmak için zilli veya çingiraklı top kullanmak
Topu yükseltmek için bir yükselti kullanmak
- M** Oyuncuların işini kolaylaştırmak veya zorlaştırmak için hedeflerin yerlerini değiştirmek
Oyuncuların engel durumuna göre mesafeyi değiştirmek
Sınırları belirlenmemiş alanda oynamak
- İ** Bireysel, eşli ve grupla çalışmak



G

Görev

E

Ekipman

M

Mekân

İ

İnsan

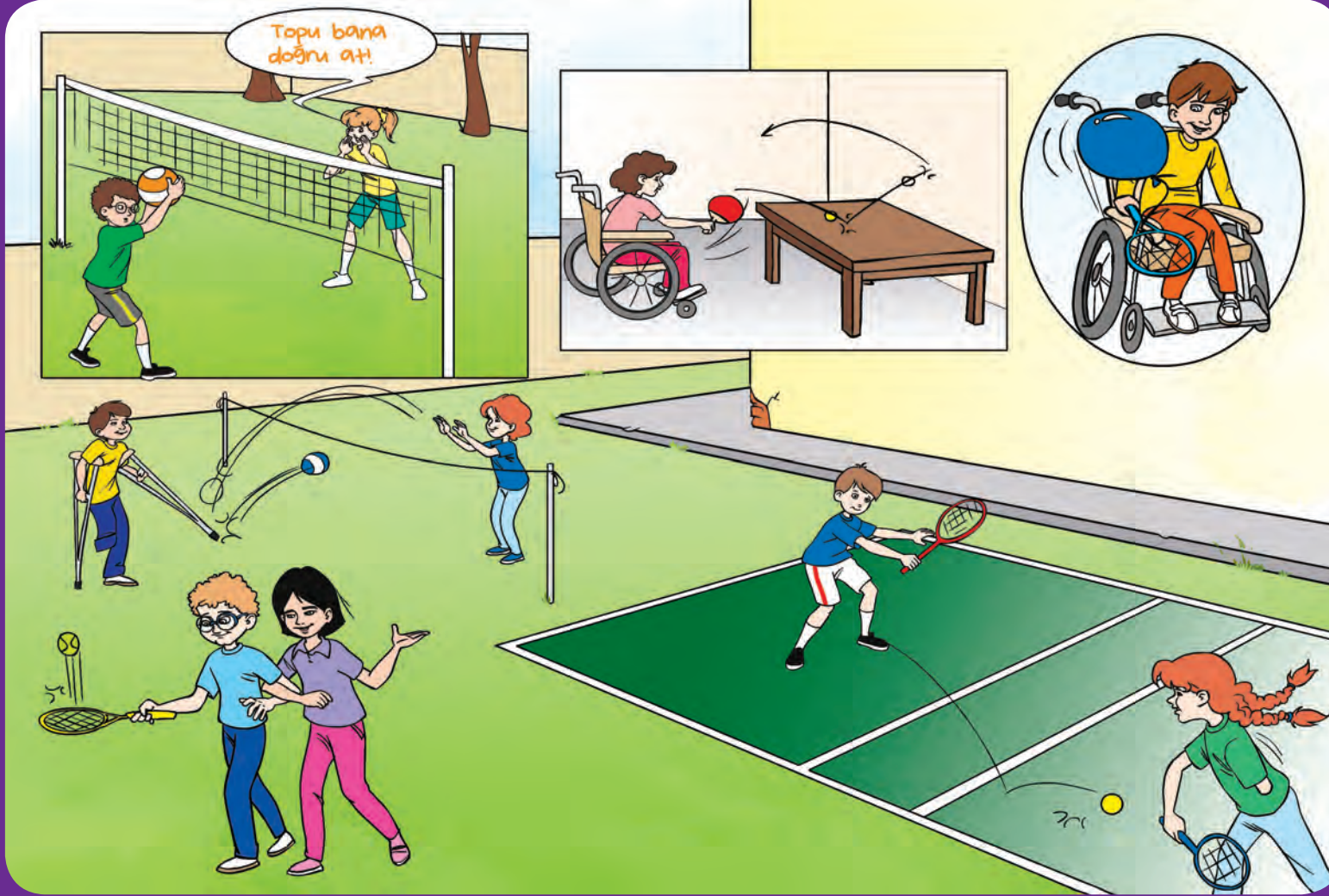
Sağlık Anlayışı

Çocukları;

- Özellikle en çok kullanılacak vücut bölgelerini yeterince ısıtıp esnetmeye,
- Etkinliklerde yeterli sıvı alımını sağlamaya **teşvik edin.**



File ve Raket Oyunları - Ek Kart Spor Engel Tanımaz!



Güvenlik: İşitme - görme engelli oyuncularla birlikte başlama ve bitiş yönergeleri için uygun işaretler belirleyin. Savunmada zorluk çeken oyuncular için güvenli alanlar belirleyin. Hareket (sınırlayıcı) engeli olan oyuncular için oyun alanlarını genişletin. Oyuncuların raketi iyi kavramasını sağlayın. Çarpışmaların engellenmesi için güvenli bir alan oluşturun.

Ekipman: Zilli, parlak, yumuşak, hafif, oyuncuya uygun toplar, tepki zamanını uzatmak için büyük ve yavaş hareket eden toplar, daha kolay vurabilmek için daha geniş raket veya sopalar.

File ve Raket Oyunları - Ek Kart

Spor Engel Tanımaz!

Öğrenme Anahtarı

A. Beceri Öğrenme

- Top uygun kuvvet kullanılarak gönderilmeli.
- Önce sabit duran bir top duvara veya sekme yüzeyine atılmalı.
- Farklı malzemeler denenmeli (daha büyük, daha yavaş toplar).
- Top hâkimiyetini geliştirmek için kayan top şeklinde oyunlar oynanmalı.
- Beceri geliştirmek için tekrar sayısı artırılmalı.
- Topu farklı şekilde kontrol etmenin yolları denenmeli.
- Beceriye geliştirmek için yeterli zaman ayrılmalı.

B. Taktik Öğrenme

- Kişiye uygun hedef ve bölgeler seçilmesi
- Oyunu daha oynanabilir yapmak için kurallarda değişiklikler yapılması
- Hareket engeli olan oyuncular için daha küçük alanlar kullanılması
- Farklı mesafelerden değişik yönlerdeki hedeflere pas atılması

Değerlendirme ve İyileştirme

Çocukları;

- Hareket yeterlilikleri farklı olan oyuncuların oyunda aktif rol alabileceği yolları bulmaya,
- Farklı vuruş şekilleri deneyerek hangisinin daha etkili olduğunu açıklamaya,
- Topu nereye atmayı istedikleri konusunda karar vermelerini ve bu kararlarını uygulamalarını sağlamaya,
- İyi oynadıkları oyunları hatırlayarak tekrar kullanmaya **teşvik edin.**

Çeşitlendirme

- G** Oturarak ve sabit bir şekilde oynamak
Topu elle yuvarlama şeklinde oynamak
Sayı sınırı olmadan oynamak
- E** Balonlar, yumuşak, zilli ve parlak toplarla oynamak
Filesiz oynamak
Kanallar kullanmak
- M** Oyun alanını küçültmek
Hedefe yakınlaşmak
- I** Küçük bir alanda bir ya da iki eşle çalışmak



G Görev **E** Ekipman **M** Mekân **I** İnsan

Sağlık Anlayışı

Çocukları;

- Özellikle en çok kullanılacak uzuvları yeterince ısıtıp esnetmeye,
- Etkinliklerde yeterli sıvı alımını sağlamaya,
- İstek ve katılımı artırmak için zihinsel hazırlanmayı sağlamaya,
- Etkinlik sırasında gerekli yerlerde yardım almaya **teşvik edin.**

Vurma ve Yakalama Oyunları - Ek Kart Spor Engel Tanımaz!



Güvenlik: Özel alanlar kullanın. Oyuncuların ekipmanlarını güvenli kullanmaya yetecek alanları olmalıdır. Oyuncular hareket kabiliyetleri konusunda uyarılmalıdır. İşitme engelli oyuncular için uygun başlama ve bitiş sinyalleri / hareketleri üzerinde anlaşılmalıdır.

Ekipman: Çeşitli raketler, çeşitli toplar, güvenlik işaretleri, işaret tabakları, balonlar, zilli ve parlak toplar, sopalar, dikmeler vb.

Vurma ve Yakalama Oyunları - Ek Kart

Spor Engel Tanımaz!

Öğrenme Anahtarı

A. Beceri Öğrenme

- Beceri gelişinceye kadar uygun hızda çalışılmalı.
- İlk başta pas / atış / vuruş vb.becerileri sabit duruşta veya oturur konumda çalışılmalı.
- Topa farklı şekilde vurma / topu yakalamanın yolları (elle, koltuk değnekleriyle, tekerlekli

sandalye vb.) denenmeli.

- Kaleler arasında ve çevresinde hareket becerileri çalışılmalı.

B. Taktik Öğrenme

- Topun boşluğa / hedefe atılması
- Topun hareketi önceden tahmin edilip topa doğru hamle yapılması

Çeşitlendirme

- G** Yakın, büyük hedeflere yüksek puan vermek
Duran topa sadece elle vurmak
Raket vb. araçları ele / bileğe sabitleyerek çalışmak
İple / lastikle bağlanmış olan topa vuruş çalışmak
Topu atmak yerine yerde veya rampada yuvarlamak
- E** Daha güvenli, yakalaması kolay, yumuşak, büyük, zilli ve parlak toplar kullanmak
Hedefi büyütme
Topu yükseltmek için bir yükselti kullanmak
Kolay vurulabilecek hedef alanlarının puanlarını artırmak

- M** Hedef alanını büyütme
Hedefe yaklaşmak
Sınırlanılmamış geniş alanda oynamak
- i** Topu toplayıp geri getirecek bir eşle çalışmak
Küçük bir alanda bir ya da iki eşle çalışmak
Savunma oyuncusu olmadan oynamak
Oyunda herkesin katılımını sağlamak için kuralları uyarlamak
İki ya da daha fazla kaleci / yakalayıcıyla oynamak



G Görev

E Ekipman

M Mekân

i İnsan

Değerlendirme ve İyileştirme

Çocukları;

- Topu nereye atmayı istedikleri konusunda karar vermelerini sağlamaya,
- Farklı atma / vurma çeşitlerini denemelerine ve hangisinin daha iyi olduğunu açıklamaya,
- Vurma veya atmaya yardımcı olacak egzersizler bulmak için bir eşle çalışmaya,
- Kendilerine uygun hedefler koymaya ve çalışmanın sonunda hedefe ne ölçüde ulaştıklarını nedenleriyle tartışmaya,
- Daha etkili oynamak için kendileri için farklı etkinlikler üretmeye ve uygulamaya **teşvik edin**.

Sağlık Anlayışı

Çocukları;

- Özellikle en çok kullanılacak uzuvları yeterince ısıtıp esnetmeye,
- Etkinliklerde yeterli sıvı alımını sağlamaya,
- İstek ve katılımı attırmak için zihinsel hazırlanmayı sağlamaya,
- Etkinlik sırasında gerekli yerlerde yardım almaya **teşvik edin**.



ÇOCUKLARDA FİZİKSEL AKTİVİTE VE HAREKET



*Özel Gereksinimi Olan Çocuklara Yönelik Fiziksel Aktivite
Hazırlama ve Sunma*



Dr. Taşkın Taştepe