



FİZİKSEL-MOTOR GELİŞİM VE DESTEKLENMESİ



Fiziksel-Motor Gelişimle İlgili Kavramlar



Dr. Taşkın Taştepe

Motor Gelişim

Yaşam boyunca motor davranışların değişikliğe uğramasıdır.

Hareket davranışlarında yaş ile ilişkili olarak meydana gelen sıralı ve sürekli değişimlerdir.

Organizmanın hareketlilik kazanmasını ve motor davranışlardaki aralıksız değişikliği vurgular.

Dr. Taşkın Taştepe

Büyüme

Büyüme; hücre sayısının, hücre boyutunun artışı yani fiziksel boyuttaki artıştır. Bir kişinin bedeninin ve uzuvlarının olgunlaşma süreci boyunca uğradığı bedensel büyümedir.

Dr. Taşkın Taştepe

Olgunlaşma

Olgunlaşma; yaşın beraberinde getirdiği, kişinin bir üst seviye fonksiyona ulaşmasını sağlayan niteliksel değişikliklerdir. Sabit bir ilerleme sırası ile kendini gösterir.

Dr. Taşkın Taştepe

Deneyim

Deneyim; öğrenme sürecinde çevrenin belirlediği gelişim özelliklerinin ortaya çıkmasına etki eden faktördür. Motor gelişim hızını artırabilmekte ancak bu ilerleme egzersiz gören hareketlerle sınırlı kalmaktadır.

Dr. Taşkın Taştepe

Motor Öğrenme/Beceri/Performans

Motor öğrenme; uygulama ve geçmiş deneyime dayalı motor davranıştaki göreceli kalıcı değişimdir.

Motor beceri; öğrenilmiş, hedefe yönelik bir ya da birden fazla vücut parçasının hareketi ya da istemli hareket görevidir. Böyle bir eylem öğrenmeyi gerektirir.

Motor performans; yapılan bir hareketi ya da hareketin sonucunu belirtmek için kullanılır. Bir hareket becerisini gerçekleştirme eylemidir.

Dr. Taşkın Taştepe

Hareket Formları

Hareket; bedenin herhangi bir bölümünün gözlemlenebilir pozisyon değişikliğidir. Hareket, temel motor süreçlerin en üst eylemidir.

Hareket kalıbı; ilgili hareketlerin organize olmuş bir serisidir. İzole bir hareket performansını gösterir. Bu hareket, kendi başına bir temel hareket kalıbı olarak sınıflandırılmayacak kadar sınırlıdır.

Temel hareket kalıbı; temel yer değiştirme, manipülatif ve denge hareketlerinin gözlemlenebilir performansı anlamına gelir. Bu temel hareket kalıpları bedenin bir veya birden fazla parçasının hareket kalıplarının bir araya gelmesini içerir.

Dr. Taşkın Taştepe

Hareket Becerilerinin Sınıflandırılması

- ❖ Tek boyutlu hareket sınıflandırma modelleri
- ❖ Gallahue'nin iki boyutlu hareket sınıflandırma modeli

Dr. Taşkın Taştepe

Tek Boyutlu Hareket Sınıflandırma Modelleri **(Gallahue vd., 2014)**

Hareketin Kassal Özellikleri (Hareketin boyutu ve kapsamı)
Kaba Motor Beceriler / İnce Motor Beceriler

Hareketin Zamansal Özellikleri (Hareketin gerçekleştiği zaman serisi)
Kopuk Motor Beceriler / Seri Motor Beceriler / Sürekli Motor Beceriler

Hareketin Çevresel Özellikleri (Hareketin gerçekleştiği ortam)
Açık Motor Beceriler / Kapalı Motor Beceriler

Hareketin Fonksiyonel Özellikleri (Hareketin amacı)
Denge Becerileri / Yer Değiştirme Becerileri / Manipülatif Beceriler

Dr. Taşkın Taştepe

Gallahue'nin İki Boyutlu Hareket Sınıflandırma Modeli (Gallahue vd., 2014)

Motor Gelişim Dönemleri	Hareket Görevlerinin İşlevleri		
	Denge (statik ve dinamik hareket durumlarında beden dengesi)	Yer Değiştirme (bedenin bir noktadan bir noktaya taşınması)	Manipülasyon (bir nesneye güç verme ya da o nesneden güç alma)
Refleksif Hareketler Dönemi	<ul style="list-style-type: none">• Labirent dik durma refleksi• Boynu kaldırma refleksi• Bedeni kaldırma refleksi	<ul style="list-style-type: none">• Emekleme refleksi• Adımlama refleksi• Yüzme refleksi	<ul style="list-style-type: none">• El kavrama refleksi• Plantar refleksi• Çekme refleksi
İlkel Hareketler Dönemi	<ul style="list-style-type: none">• Başın ve boynun kontrolü• Üst bedenin kontrolü• Desteksiz oturma• Ayakta durma	<ul style="list-style-type: none">• Emekleme• Sürünme• Düz yürüme	<ul style="list-style-type: none">• Uzanma• Yakalama• Bırakma
Temel Hareketler Dönemi	<ul style="list-style-type: none">• Bir ayak üzerinde denge sağlama• Alçak bir denge tahtası üzerinde yürüme• Eksenli hareketler	<ul style="list-style-type: none">• Yürüme• Koşma• Zıplama• Hoplama	<ul style="list-style-type: none">• Fırlatma• Yakalama• Ayakla vurma• Sopayla vurma
Özelleşmiş Hareketler Dönemi	<ul style="list-style-type: none">• Jimnastikte denge tahtası üzerinde rutin denge sağlama• Futbolda kalede durma	<ul style="list-style-type: none">• Pistte düz ya da engelli 100 metre koşma• Kalabalık bir sokakta yürüme	<ul style="list-style-type: none">• Futbolda gol vuruşu yapma• Fırlatılan bir topa sopayla vurma

Dr. Taşkın Taştepe

Kaynaklar

- ❖ *Gallahue, D. L., Ozmun, J. C. ve Goodway, J. D. (2014). Motor gelişimi anlamak: Bebekler, çocuklar, ergenler, yetişkinler (D. Sevimay Özer ve A. Aktop, Çev. Ed.). Motor gelişimi anlama: Genel bakış (D. Sevimay Özer ve A. Aktop, Böl. Çev.). Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.*
- ❖ *Taştepe, T. (2018). 36-47 aylık çocuklara ve annelere uygulanan motor gelişim destek programının çocukların motor gelişimine etkisinin incelenmesi. Doktora tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.*

Dr. Taşkın Taştepe



FİZİKSEL-MOTOR GELİŞİM VE DESTEKLENMESİ



Fiziksel-Motor Gelişimle İlgili Kavramlar



Dr. Taşkın Taştepe