Eğitim Bilimleri

KPSSCini.com

Gelişim Psikolojisi

A. KÖSE

GELİŞİM DERGİ 1. KONULAR

- **Gelişim ve Temel Kavramlar**
- **Gelişimi Etkileyen Faktörler**
- **Gelişim İlkeleri**
- **Gelişim Görevleri**
- **Psiko- motor Gelişim ve Dönemleri**

0505 443 78 37

GELİŞİM ve TEMEL KAVRAMLAR

Gelişim	Büyüme	Olgunlaşma	Öğrenme	Hazırbulunuşluk

Gelişme(Gelişim): Organizmanın, **büyüme, olgunlaşma ve öğrenme**nin etkileşimiyle **sürekli** olarak ilerleme kaydeden değişmesidir. **YAPI , ÖRGÜT ve İŞLEYİŞ AÇISINDAN BİREYİN İLKEL BİR AŞAMADAN DAHA YETERLİ AŞAMAYA GELMESİDİR.**

- Organizmanın **döllenmeden başlayarak**, bedensel, zihinsel, dil, duygusal, sosyal alanlarda belli aşamaları ve şartları olan **sürekli ve düzenli değişimlerdir**.
- **Gelişme**; olgunlaşma ve öğrenmenin bir sonucudur. **Yani olgunlaşma ve öğrenme olmadan gelişme olmaz.**
- **Gelişim; BÜYÜME, OLGUNLAŞMA, HAZIRBULUNUŞLUK ve ÖĞRENME kavramlarını kapsamaktadır.**
- **Gelişim bir süreçtir gelişme ise bir üründür**.

Bir çocuk, gerekli kas olgunluğuna erişmeden bir ağaca tırmanmayı öğrenemez. Olgunlaşma olduktan sonra uygun yaşantılarla da ağaca çıkmayı öğrendiğinde devinimsel bir gelişme göstermiş olur. Bu durumda ağaca çıkma gibi devinimsel bir gelişmeyi göstermesi için çocuğun önce kas olgunluğuna erişmesi sonra da ağaca çıkmayı öğrenmesi gerekiyor. Bu durumda ***Gelişme=Olgunlaşma +Öğrenme***

Gelişim <u>sadece bedensel bir durum değildir</u>. Gelişimin birçok alanı vardır: Fiziksel gelişim, zihinsel gelişim, psikoseksüel ve psikososyal gelişim, ahlak gelişimi**; dar kapsamlı gelişim alanları ise** dil, kural,mizah gelişimi **vs.**

Zeka ile ilgili yapılan bir araştırmada şu ortalama sonuçlar çıkmıştır:
Benzer beslenen kardeşlerde 0,47 korelasyon
Farklı beslenen özdeş ikizlerde 0,72 korelasyon
Benzer beslenen özdeş ikizlerde 0,86 korelasyon elde edilmiştir. Bu durum zekanın büyük ölçüde kalıtımdan etkilendiğini fakat bir takım kişilik özelliklerinin ise zekaya göre daha az kalıtımsal olduğunu göstermektedir. ***Özetle gelişimin bazı alanları kalıtımdan, bazı alanları ise çevreden daha çok etkilenir. Bu durumda çıkarılacak sonuç gelişimde çevrenin de kalıtımın da etkisi ortaktır.***

Büyüme: Vücudun sadece boy, kilo, hacim olarak artmasıdır. Büyüme değişik organlarda değişik hızlarda gerçekleşebilir.

- Büyüme yapısal bir artıştır. Bendenle ilgili değişmelerdir.
- Büyüme farklı organlarda farklı hızlarda gerçekleşir.
- Büyüme NİCELİKSELDİR (Boy uzaması, Kilo artışı vs)

⚠ **Canlıyı oluşturan çeşitli hücreler ve görevlerin büyüyüp çoğalması sonucu yapı ve işleyişte baş gösteren nicelikle ilgili değişmeler büyüme anlamına gelir.**

- Çocukken gittiğimiz bir köy evinin kapsından geçerken kafamızı kapının üstüne vurmamız,
- Yıllardır görmediğimiz yeğenimizi yeniden gördüğümüzde çok şaşırmamız,
- Hücre bölünmesi bir büyümedir.
- Annelerimizin ayakkabımızı iki numara büyük alması,

Olgunlaşma: Vücut organlarının kendilerinden beklenen fonksiyonu yerine getirebilecek düzeye gelmesi için **öğrenme yaşantılarından bağımsız** olarak, kalıtımın etkis

iyle geçirdiği biyolojik değişmedir.

- Organizmanın türe özgü **genetik yapı tarafından önceden belirlenmiş** bir plan dâhilinde **yaşantılardan bağımsız**, olarak ortaya çıkan biyolojik gelişmeleridir.
- Olgunlaşma bir şeyi yapmak için gerekli düzeye erişmektir.

Beş yaşındaki bir çocuğa istediği kadar eğitim verilsin, her türlü öğrenme yaşantısı sunulsun yine de o çocuğa düzgün bir resim çizme yeteneği kazandırılamaz. Resim çizerken çizgileri eğri – orantısız olacaktır. Çünkü el kasları düzgün resim çizme olgunluğuna erişmemiştir.

⚠ ***Olgunlaşma için büyümenin, beklentilerin, biyolojik değişmenin ve kalıtımın varlığından söz edebiliriz. Psiko-motor davranışların gerçekleşmesi olgunlaşmaya bağlıdır. Dil ve zihin gelişiminde de olgunlaşma önemli rol oynamaktadır. Meydana gelen değişmelerde olgunlaşma önkoşuldur. Olgunlaşmada kalıtım tarafından kontrol edilen değişmeler söz konusudur.***

⚠ **Olgunlaşma öğrenmeden bağımsızdır ancak öğrenme olgunlaşmaya bağlıdır. Yani olgunlaşma olmadan öğrenme olmayacaktır.**
9 yaşındaki bir çocuğa matematikteki fonksiyon konusu öğretilmeye çalışılsa çocuk öğrenemeyecektir. Çünkü fonksiyon gibi karmaşık ve soyut bir konuyu öğrenecek zihinsel olgunlukta değildir. ***Bu öğrenmenin olgunlaşmaya bağlı olduğunu göstermektedir****. 16 yaşındaki bir genç ise fonksiyon konusunu öğrenebilecek olgunluğa erişmiştir; fakat o gence gerekli öğrenme yaşantısı sunulmazsa fonksiyon konusunu yine öğrenemeyecektir.* ***Bu durum olgunlaşmanın öğrenme yaşantılarından bağımsız olduğunu göstermektedir.***

- 1,5 yaşındaki bir çocuğun defalarca anlatılmasına karşın kakasını tutamaması **(Anal kasları tutma yetisine erişmemiştir**)
- İlköğretim 4.sınıfa giden bir çocuğa ablasının matematik problemini x, y gibi değerlerle çözüp defalarca anlatmasına karşın çocuğun bu durumu anlayamaması(**zihinsel olgunlaşma sağlanmamıştır)**

KPSSCini.com

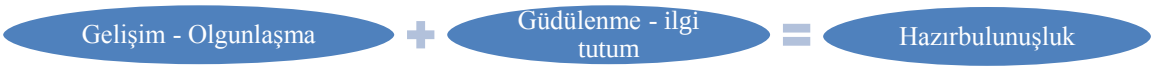
Hazırbulunuşluk: **Bireyin olgunlaşmasının** yanında **önceki öğrenmeleri (önbilgiler)** , **ilgileri**, tutumları, güdülenmişliği **(isteklilik düzeyi)** olarak tanımlanabilir.

- Hazırbulunuşluk, herhangi bir konunun öğrenilmesi için gerekli olgunlaşma ile birlikte bu konunun dayanacağı yaşantıları da içine alır.
- **Hazırbulunuşluk = Olgunlaşma +Önbilgi + İlgi + Tutum + Güdülenmişlik**
- Hazırbulunuşluk bir öğrencinin "**eğitim pazarına getirdiği tüm ürünlerdir"**

- **Bir öğrencinin matematikte çarpmayı öğrenmesi için toplama bilgisi olmalıdır. (önbilgi)**
- **Bir çocuğun bisiklete binmeyi öğrenmesi için bunu istemesi gerekir. (İlgi-tutum-güdü)**
- 8. Sınıf öğretmeni öğrencilerine 7. sınıf konularından düzey belirleme testi yapması hazır bulunuşluğu ölçmeye yöneliktir**.(önbilgi)**
- 7 yaşındaki bir çocuğun okumayı öğrenmeyi istemesi iyi bir tutum geliştirmesi. **(ilgi – tutum-güdü)**

Hazırbulunuşluk olgunlaşmayı da içine alan bir kavramdır. Yukarıdaki örneklerde belirtilen durumların olması için bireyin bunları yapacak zihinsel – bedensel vs olgunluğa erişmesi gerekir. Örneğin 3 yaşındaki bir çocuk okumayı öğrenmeye karşı istek ve tutum sergilemesi okumak için hazır olduğu anlamına gelmez; çünkü zihinsel olgunluğu buna uygun değildir. Bu da hazırbulunuşluğun olgunlaşmayı da içine aldığını göstermektedir

Bir bireyin bir konuyu tam olarak öğrenebilmesi için o konunun gerektirdiği gelişim ve güdülenme **düzeyine ulaşması gerekir.**



ÖNEMLİ BİRKAÇ NOKTA

- Gelişim büyüme ile karıştırılmamalıdır. Büyüme daha çok fiziksel özellikler için kullanılırken, gelişim fiziksel özelliklerin yanı sıra diğer (psikolojik) özellikleri de kapsayacak şekilde kullanılır. Örneğin kişilerin vücutları büyür aynı zamanda gelişir de; zihinleri gelişir ama büyümez.
- Bir değişiklik önceki duruma göre üç durumu ifade edebilir. Eğer daha kötü bir duruma geçişi gösteriyorsa **gerileme**, aynı düzeydeki başka bir duruma geçişi veya değişikliğin olmadığını ifade ediyorsa **duraklama**, daha iyi bir duruma geçişi ifade ediyorsa **gelişme** olarak değerlendirilir. Bu açıdan baktığımızda gelişim kendi içinde bir değer bildirir bu da: **Gelişim iyidir**!
- Gelişim tek yönlü bir süreçtir bu yön de daima ileridir. Aksi halde gerileme olur. Psikolojik anlamda ele aldığımızda gelişimin sonucu kazanılan özellikler kazanılmamış duruma dönemezler. Ancak bazı olağanüstü kaza durumlarında normal dışı bir şekilde bu durumdan söz edilebilir. Normal yollarla böyle bir durum meydana gelmez.
- Olgunlaşma ile büyüme karıştırılmamalıdır. Olgunlaşma bir potansiyelin açığa çıkma durumudur. Örneğin çocuğun elinin ve parmaklarının sırtına yetişmesi büyümedir ancak sırtını kaşıması için bu olgunluğa erişmesi gerekmektedir. Bunun için de el – kol – parmak kaslarının gerekli olgunlaşma seviyesinde olması gerekir.

Öğrenme: Öğrenme bireyin **çevresiyle etkileşimi** sonucu meydana gelen **nispeten kalıcı izli** davranış değişiklikleridir.

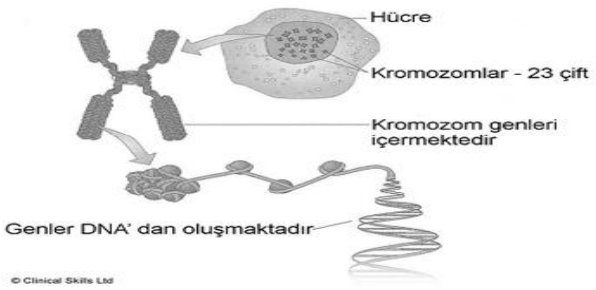
- Gelişim tek başına büyüme ve olgunlaşma değildir. **Gelişimin olması için mutlaka ÖĞRENME de gereklidir**.
- Çevre etkileşimi (deneyim) öğrenme için olmazsa olmazdır. Hayatında hiç Kuala görmemiş biri Kuala resmi çizemeyecektir

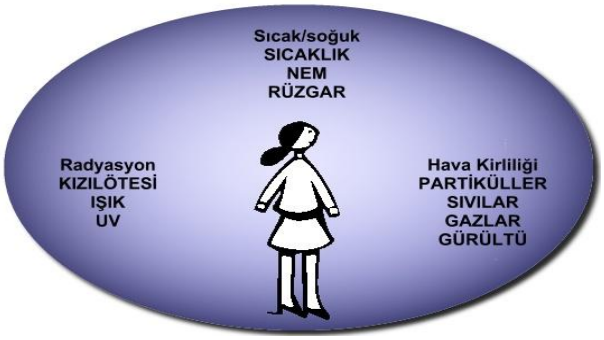
- Bir çocuğun acıktığında mutfağa gitmesi,
- Hapşıran birine çok yaşa dememiz,
- 7 yaşındaki bir çocuğun okuma yazma davranışı göstermesi
- 10 yaşındaki çocuğun bisiklet sürme davranışı göstermesi
- Nesneleri birbirinden ayırt etmesi **öğrenmeyle ilgilidir**.

Öğrenmenin gelişim için gerekli olduğunu söylemiştik. Öğrenmede önemli olan çevre etkileşimini de düşündüğümüzde çevre etkileşimi yeteri kadar sağlanmamış bir çocukta öğrenme de yeteri kadar olmayacak buna bağlı olarak da gelişimde sorunlar olacaktır. Bu durumda anne – baba-öğretmen ya da onların yerine geçen kişilerin yaşamsal önemleri vardır.

GELİŞİMİ ETKİLEYEN FAKTÖRLER

KALITIM	ÇEVRE	KRİTİK DÖNEM	TARİHSEL ZAMAN





Kalıtım: En yalın söylemiyle bireyin anne ve babasından (atalarından) aldığı biyolojik kalıt(miras) ve özelliklerdir.

- Yumurta ve spermdeki 23'er adet kromozomun birleşmesi sonucu zigot çekirdeği oluşur. Zigotta 46 tane kromozom bulunur.
- Bu kromozomlardan **22 çifti otozom**, 1 çifti ise **gonozomdur.**

⚠ **Otozom: Vucut özellikleri ile ilgili genleri taşıyan kromozomlardır. Gonozom : Cinsiyetle ilgili bilgi taşıyan kromozomlardır. Gonozom sayısı 2 (1 Çift) tanedir, ikiye ayrılır : X gonozomu Y gonozomu.**

- Her kromozom anne-babadan çocuğa geçecek olan özellikleri taşıyan 20.000 genin değişik kombinasyonlarla dizilişinden oluşur. Genler **DNA** (Deoksiribonükleik asit) adı verilen amino asitten meydana gelir.

Genotip: Döllenme anında bireyin belirlenmiş olan güncel, kalıtsal yapısını belirtir. Başat özelliklerdir.

Fenotip: Genler birbirini etkileyip organizmanın genotipini oluştururken, genotiple çevresel etmenlerin etkileşimi sonucu organizmanın herhangi bir andaki gözlenlenebilir özellikleridir.

- Bireye anne ve babadan genetik yolla geçen(**GENOTİP)** bazı özellikler ve yetenekler:
  - Cinsiyet
  - Göz, saç ve ten rengi
  - Zeka kapasitesi
  - Fiziksel özellikleri (Yüz şekli, boy ve beden yapısı)
  - Bazı kişilik(mizaç) özellikleri , yeteneklerin bir kısmı
  - Çeşitli hastalıklar

⚠ **Kalıtım sadece zeka kapasitesinde etkilidir. Zekâyı kullanma, geliştirmede bireyin olanakları (eğitim – aile ilgisi – arkadaş çevresi vs) etkilidir.**

⚠ **Döllenme sırasında anne veya babanın genlerinden biri baskın ise çocukta baskın özellikler görülür. Döllenme sırasında hem anne hem de babanın genleri çekinik olursa çocukça çekinik özellikler ortaya çıkar. Örnek durum: Siyah saçlı bir anne babanın sarı saçlı çocuğu olabilir.**

Çevre: Spermin yumurtayı döllemesinden itibaren bireyin içinde yaşadığı ve etkilendiği tüm dış uyaranlar çevreyi oluşturur.

- Çevre; **doğum öncesi, doğum sırası ve doğum sonrası** bir zaman dilimini kapsar.
- Bireye çevrenin etkisiyle geçen bazı özellikler:
  - Fiziksel görünümdeki bazı özellikler. (**Doğum sırasında oluşan leke , yanık , iyi beslenmeden kaynaklı fiziksel büyüme** vs)
  - Zekayı kullanma oranı, zekayı geliştirme (**İyi eğitim olanakları ve iyi beslenme ile**)
  - Dil gelişimi (**Çevresinde dil gelişimini sağlama olanaklarının sunulması**)
  - Yetişme tarzı
  - Eğitim düzeyi
  - Karakter özellikleri
  - Alışkanlıklar, tavırlar, ilgiler, sosyal davranışlar

Kritik Dönem: İlgili davranışın kazanılması gereken, kazanılmadığında telafisi çok zor olan gelişim dönemidir.

- Kritik dönem organizmanın çevrenin etkilerine **en duyarlı olduğu zaman** dönemlerini ifade eder.
- Kritik dönemde en can alıcı nokta **ZAMANLAMADIR**.
- Her davranışın bireylerce kazanılması gereken dönemleri bulunur. Eğer bu davranışlar ilgili oldukları dönemde kazanılmazlarsa sonraki dönemlerde kazanılmalarında güçlükler görülür.
- **Ağaç yaşken eğilir** atasözü kritik dönem kavramına vurgu yapmaktadır.

Bu dönemlerde organizma çevre etkilerine karşı daha duyarlı ve açıktır. Bu açıklık ve duyarlık dönemlerinde çevre etkilerinin nitelikleri gelişimi olumlu ya da olumsuz etkileyebilir. Bu dönemde çevre etkileri olumlu ise gelişimi destekler olumsuz ise gelişimi olumsuz yönde etkiler. Anne karnında bir çocuğun sinir sisteminin oluştuğu bir dönemde annenin aldığı bazı ilaçlar bu dönem için olumsuz bir çevre etkisi yaratabilir.

Kritik dönem kavramı can alıcı bir önem arz ettiğinden anne ve babalara derin sorumluluklar yüklemektedir. Birey x davranışını kazanması gereken dönemde kazanamazsa ileride bu davranışı sergilemesi oldukça zor olacaktır.

Yıllardır ülkemizde yabancı dil eğitimi ilköğretim ikinci kademede(ortaokul) verilmekteydi ve lise, üniversite dönemlerinde devam etmekteydi. Bu durumda öğrenciler yabancı dili öğrenmede oldukça zorluk çektiler. Çünkü yabancı bir dili öğrenmek için seçilen dönem (ortaokul, 11-14 yaş dönemi) dil edinimi için oldukça geç bir dönedir. Günümüzde yabancı dil öğretimi ilköğretim birinci kademede (ilkokul) başlamaktadır. Bu durum gelişimde kritik dönem kavramının artık önemsendiğinin göstergesidir.

- Bebekken ailesinden yakın ilgi görmeyen bir çocuğun insanlarla ilerde yakın ilişkiler kurmasının oldukça zor olması (**Temel güven için kritik dönem bebekliktir**)
- Doğuştan görme sorunu olan bir çocuğun 6 yaşında tedavi edildikten sonra bile görme sorunu yaşaması. (**Görme için kritik dönem yaşamın ilk 6 yılıdır**)
- 10 aylık bir çocuğun ilk konuşma döneminde onunla sık sık konuşularak, kelimeleri ve sesleri tanımasının sağlanması (**Dili öğrenme zamanı gelmiş ve tam zamanında müdahale gerekiyor**)
- Saz çalmayı küçükken öğrenmiş biri 20 yaşında öğrenen birinden daha iyi saz çalar.(**Deneyim**)
- 3 yaşındaki bir çocuğa yapabileceği işleri kendinin yapması için fırsat sunulması zorunluluğu **kritik dönemle ilgilidir.**

Doğuştan yürüme bozukluğu olan Ahmet ile 3 yaşında yürüme bozukluğu yaşayan Selim beraber 7 yaşına geldiklerinde ameliyatla tedavi oluyorlar. Bu durumda İleriki dönemlerde Ahmet'in mi yoksa Selim'in mi yürüme sorunları daha fazla olacaktır? **Selim yürüme için kritik dönem olan <u>1-2-3</u> yaş arasını sağlıklı bir şekilde atlatmış ve bu dönemde geçirmesi gereken yaşantıları geçirmiştir. Ancak Ahmet doğuştan sorunlu olduğu için kritik dönemde yaşaması gereken yaşantıları geçirmemiştir. Bu durumda Ahmet tedavi olduğundan sonra bile Selim'e göre daha zor yürüyecektir.**

Kritik dönem bir deneyim meselesidir. Ancak bu deneyim yaşanması gereken dönemde yaşanmalıdır. Aksi durumda telafisi olmayan sorunlar oluşabilir.

Tarihsel Zaman: Bireyin yaşadığı toplumda ya da dünyada o zaman diliminde olan olay ve olgulardan etkilenmesini ifade eder.

- Bu etkilenme düşünce dünyasında olduğu gibi bedensel de olabilir.
- Tarihsel zamanın etki alanı sınırlıdır. Sonsuz zamanı kapsamaz.

- Günümüzde çocukların bilgisayar kullanmayı çok çabuk öğrenmeleri çağımızda bilgisayarın artık yaşamınızın içine çok girmesiyle alakalıdır. Bundan 10 yıl önce çocukların bilgisayarı bu kadar hızlı öğrenemediği bilinmektedir.
- 11 Eylül saldırılarından sonra çocukların Usame Bin Laden ismini sık anmaları oyunlarının parçası etmeleri ve kutulardan iki kule yapıp onları uçak gibi yıkmaları gözlenmiştir.
- Çernobil ve Hiroşima – Nagazaki'de yaşanan kimyasal patlamaların insan bedenlerinde 3-4 kuşak boyunca etkisinin olması **tarihsel zamanla ilgilidir**.
- Günümüzde yoğun radyasyona bağlı olarak oluşan kanser vakalarında artış gözlenmesi
- Belli gıdaların yoğun tüketilmesinden kaynaklı oluşan obezite hastalığının artış göstermesi
- Son yıllarda klima kullanımın artmasından kaynaklı insanların sıcak havada aşırı terlemesi, sıcağa dayanamaması ya da klima kullanımın yoğunluğundan kaynaklanan bazı akciğer rahatsızlıklarında artış gözlenmesi
- Karpal Tünel Sendromu (elde sinir sıkışması), eskiden ev kadınlarında görülüyordu, şimdi ise bilgisayar kullanıcılarının hastalığı oldu.

GELİŞİMİN İLKELERİ

1. **Gelişim Süreklidir ve Belli Aşamalarda Gerçekleşir:** Gelişim **ileriye doğrudur** ve birikimli-aşamalı olarak devam eder. Aşağıda gelişim aşamalarının yaş dönemleri yaklaşık olarak verilmiştir**.**

0-2	2-6	6-11	11-13	13-18	18-24
Bebeklik	**İlk çocukluk**	**Son çocukluk**	**Erinlik**	**Ergenlik**	**Gençlik**

- Gelişimde her aşama **kendinden öncekine dayanır ve kendinden sonrakini hazırlar**.
- Gelişim aşamaları birbirinden **kesin çizgilerle ayrılmamıştır**. Yani bir birey içinde bulunduğu dönemden önceki dönemin özelliklerini gösterebilir ama asla içinde bulunduğu dönemden sonraki dönemin özelliklerini gösteremez. Sonuç olarak gelişim dönemlerinin **iç içe olduğunu** söyleyebiliriz

Gelişimin her bir aşaması bir sonraki aşama için hazırlık işlevi görmektedir. Bu aşamada kazanılan özellikler sonraki aşamaya geçişi ve o aşamadaki görevlerin yerine getirilişini kolaylaştırmakta, desteklemektedir. HAZIBULUNUŞLUK YASASI

2. Gelişim Nöbetleşe Devam Eder (Gelişimin Hızı Her Zaman Aynı Değildir) : Bir gelişim alanının hızlandığı bir dönemde bir başka gelişim alanının yavaşlaması görülebilir. Ya da bir gelişim alanı farklı yaşlarda farklı hızlarda olabilir. **Her organın gelişim hızı aynı değildir.**

- Yürümenin ön plana çıktığı dönemde konuşma duraklama eğilimi gösterebilir.

- Bedensel gelişim bebeklik döneminde hızlı iken son çocuklukta yavaşlayabilir ergenlikte tekrar hızlanır.

3. Gelişim, Kalıtım ve Çevre Etkileşiminin Bir Ürünüdür: Bireye genetik olarak anne ve babadan geçen özellikler kalıtımla ilgilidir. Daha sonradan edindiği özellikler ise çevrenin etkisiyle oluşur. İşte gelişim bu iki unsurun karşılıklı etkileşimi sonucu meydana gelir. **İNSAN GELİŞİMİNDE KALITIM ve ÇEVRENİN ORTAK ETKİSİ SÖZ KONUSUDUR.**

⚠ ***Kalıtım yoluyla getirilen saç rengi, cinsiyet, beden biçimi gibi bireyin sahip olduğu ana yapıya ilişkin özellikler doğrudan gözlenmesine karşın; huy- mizaç , yetenek düzeyi gibi özelliklerin çevre ile etkileşimin ürünü olarak ortaya çıktığı gözlenmektedir.***

- Anne ve babasının boyu uzun olan bir çocuk genlerinde uzun boylu olmak kodlu olsa dahi küçükken geçirdiği bir rahatsızlıktan sonra büyüme ve uzama göstermemesi kalıtımla çevre etkileşimine örnektir.

Öğrenme Çevresi: Bireyin öğrenilmiş davranışlarını belirleyen tüm uyaranlar öğrenme çevresidir**.**

- Öğrenme çevresi işitme – görme – dokunma gibi duyularla çocuğun **yaşantı ve bilgi zenginliğini** arttırır.
- Öğrenme çevresi **bireye dönüt – düzeltme ve pekiştireç** sunarak hangi davranışların doğu hangilerinin yanlış olduğu kazandırır.
- Öğrenme çevresinde yer alan modeller(anne- baba- arkadaş –öğretmen) çocuğun birçok şeyi öğrenmesini sağlar(Dil, görgü kuralları, bir işin nasıl yapılması gerektiği vs)
- Anne ve babaların çocuklarına oldukça geniş bir öğrenme çevresi sunmaları gerekmektedir. Çocuklarının çevreyi keşfetme süreçlerini **"yapma" "kırarsın" "dur" gibi ifadelerle engellememeleri gerekmektedir.**
- Çocuklar için risk içeren davranışlarının yapılmamasının uygun bir dille anlatılması da ailenin ve öğretmenin görevidir. Çocuk her istediğin olmayacağını da bilmelidir.
- Çocukların kendilerine güven duygusu geliştirilmeli uygun - tehlikesiz öğrenme ortamı verilmeli

4. Gelişim Baştan Ayağa, İçten Dışa Genelden Özele (Gelişimde Belli Eğilimler Vardır) : Gelişim baştan ayağa, içten dışa, merkezden çevreye, genelden özeledir. Önce baş sonra göğüs, karın, bacaklar ve ayağın kontrolü sağlanır. Ayrıca önce iç organlar sonra dış organların gelişimi sağlanır.

- **Bir bebek önce başını dik tutmayı öğrenir.**

- **Yeni doğmuş bir bebeğin başı diğer organlarına göre daha büyüktür.**

Gelişim Genelden Özeledir: (**Gelişim basitten karmaşığa – kolaydan zora doğrudur**) Çocuklar önce tüm vücutları ile hareket ederler. Bir topu kolları ve göğsü yardımı ile tutar. Sonra gerekli olgunlaşma ile bir topu sadece iki eli daha sonra tek eli ve parmakları ile tutabilir. Yani önce kaba hareketler daha sonra ince ve estetik hareketler yapılır**.**

3 yaşındaki bir çocuk küçük lego parçaları ile oynayamaz. Çünkü bu dönemde kaba kas hareketleri küçük nesneleri düzgün tutup dizmeye uygun değildir**.**

5. Gelişimde Kritik Dönemler Vardır: Bireyin bazı gelişim alanlarında öğrenmeye ve gelişmeye eğilimli olduğu belli bir zaman dilimi vardır. Bu dönemde organizma çevre etkilerine daha çok duyarlıdır**.**

- 0 ile 1 yaş arası temel güven duygusu için önemlidir. Bu dönemde yakın çevresinden temel güven duygusu alamayan bir bireyin bu duyguyu ileriki dönemlerde kazanması da güç olacaktır.

- 0 ile 1 yaş arası dil ve zeka gelişimi açısından da kritik dönemdir. Bu dönemdeki bireylere hazırlanacak zengin uyarıcı çevresi onun gelişimi açısından önemlidir.

6. Gelişim Bir Bütündür: Gelişim alanları (Zihinsel, Bedensel, Sosyal, Duygusal) birbiriyle etkileşim içindedir. Bu gelişim alanlarındaki olumlu ya da olumsuz bir özellik diğer gelişim alanlarını da aynı yönde etkiler.

- Bedensel olarak oldukça göz alıcı bir erkek çocuğu küçüklükten beri ilgi odağı olacaktır. Herkes sevecek ve onunla ilgilenecektir. Sevilen ve ilgi odağı olan çocuk **duygusal gelişim** açısından da sağlıklı olacak ve insanlarla sağlıklı **sosyal ilişkiler** kuracaktır.

7. Gelişimde Bireysel Farklılıklar Vardır: Gelişme, olgunlaşma ve öğrenmenin etkileşiminin bir ürünüdür. Olgunlaşmayı büyük ölçüde kalıtım, öğrenmeyi ise çevre etkileşimleriyle kazanılan yaşantılar belirlemektedir. Her bireyin **biyolojik kalıtsal mirası ve etkileşimde bulunduğu çevrenin farklı olması** nedeniyle gelişimin de farklı olması doğaldır.

- Komşusunun çocuğunun 5 aylıkken diş çıkardığını bilen Ayşe Hanım kendi çocuğunun 9 aylık olmasına rağmen diş çıkarmadığını fark ettiğinde hemen doktora koşar. Doktor da bunun gayet normal olduğunu her bireyin gelişiminde farklılıklar olabileceğini söyler.

Gelişim İlkeleri ile İlgili Birkaç Önemli Nokta

- Hızlı değişikliklerin olduğu gelişim dönemlerinde çevredeki değişikliklerin etkisi büyük olur; değişiklikler yavaşladıkça çevredeki değişikliklerin etkisi de azalır. Yani yaşamın ilk yıllarında gelişim hızlı olduğundan çevredeki değişikliklerin etkisi de güçlü olur.

- Gelişim düzenli bir sırayı izler, gelişim rastgele değişikliklerden oluşmaz. Dolayısıyla **gelişimin hızı ve yönü kestirilebilir.**

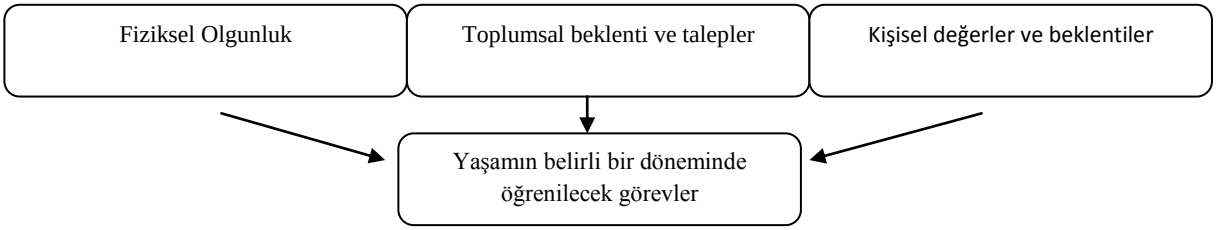
- Gelişimde kural ödünleme (telafi) değil, ilişkidir. Bir dönemde gerçekleştirilmeyen davranışlar telafi edilemez, diğer özelliklerle ilişki içinde kazanılır.

GELİŞİM GÖREVLERİ

Kritik dönem kavramının öneminden hareketle **Havighurst gelişimin görevleri** kavramını öne sürmüştür. Havighurst gelişimin dönemler halinde olduğunu ve her dönemde kazanılması gereken özellikler vardır, görüşünü belirtmiştir.

Her dönemin gerektirdiği gelişim görevleri kazanılmadığında bir sonraki dönemde kazanılması zordur. Bir dönemde kazanılması gereken davranış kazanıldığında sonraki dönemlerde, başarıya ve mutluluğa ve çevreye uyuma yol açtığını kazanılmadığında ise mutsuzluğa ve çevreye uyumda zorluğa yol açtığını söylemiştir.

Kişisel, idiyografik ve öznel olan gelişim görevleri üç etkenin etkisi altındadır.



Gelişim Görevlerinin İlkeleri

- **Bireysel büyüme ve gelişim süreklidir.**
- **Bireysel büyüme belirleme amacıyla dönemlere veya evrelere ayrılabilir.**
- **Her yaşam evresindeki bireyler genelde sahip oldukları belli genel özelliklerle nitelenebilirler.**
- **Belli bir kültürdeki bireylerin çoğu benzer gelişim evrelerinden geçerler.**
- **Toplum bireylerden bazı taleplerde bulunur ve bu talepler toplumun tüm üyeleri için nispeten benzerdir.**
- **Toplumun bu talepleri birey, gelişim sürecinde ilerledikçe evreden evreye değişir.**
- **Birey şimdiki davranışlarını değiştirme talebiyle karşılaştığı ve yeni bilgiler edindiği sürece gelişim krizleri ortaya çıkar.**
- **Gelişim krizlerini karşılar ve çözerken kişi olgunluğun bir gelişim evresinden diğerine geçer**
- **Gelişim görevi bir evrede saf bir biçimde ortaya çıkar (Bulanık ve belirsiz değildir)**
- **Gelişim krizlerini veya gelişim görevlerini çözme hazırlığı, çözülmesi gerektiği evreden önceki evrede meydana çıkar.**
- **Kişi verdiği kararı gözden geçirmek zorunda kaldığında, gelişim krizi ya da görevi daha sonraki evrede farklı bir biçimde tekrar ortaya çıkabilir.**
- **Kriz veya görev, birey başarılı bir şekilde sonraki gelişim evresine geçmeden çözülmelidir.**
- **Bir görev veya krizi karşılamada başarısızlık toplum tarafından hoşgörüsüzlüğe yol açar.**
- **Belli bir gelişim görevinin her birey için biricik olan bir anlamı bulunmaktadır.**
- **Gelişim görevleri bir araya gelerek bir örüntü oluştururlar. Tekil gelişim görevi olarak değil bir dönemdeki gelişim görevleri bütünü olarak ele alınırlar.**

Yukarıda belirttiğimiz noktalardan da anlaşılabileceği gibi gelişim görevlerinin idiyografik yani (kişinin ona yüklediği anlam) özelliğini vurgulamalıyız. Her ne kadar gelişim görevleri bir toplumdaki bireyler için ortak hatta tüm toplumlar için de bazı ortak değerler taşıyorsa da temelde kişinin onlara yüklediği anlamlar önemlidir.

GELİŞİM GÖREVLERİNİ BELİRLEYEN ÖĞELER

Fiziksel Olgunluk:	**Toplumsal Beklenti – Talep:**	**Kişisel Değerler ve Beklentiler:**
Kişi fiziksel olarak olgunlaştıkça gelişim görevleri ortaya çıkar.	İçinde yaşanılan toplumun her yaşam döneminde kişilerden bir takım beklentileri vardır.	Kişilerin sahip oldukları değer yargıları, ilgileri, beklentileri, gelişim görevlerini belirlemektedir.

Gelişim Görevleri ve Yaş Dönemleri

(HAVİNGHURST)

Bebeklik Dönemi (0-2)

- **Nefes alma (Nabız ve solunum sisteminin düzene girmesi)**
- **Emme**
- **İlk yürüme ve konuşma çalışmaları**. (Dönemin sonları)
- Doğumdan sonra **fiziki çevresine uyum sağlamayı başarma**
- Boşaltım sisteminin kontrolünü sağlamaya başlama (Dönemin sonları)
- **Katı yiyecekler** yemeyi öğrenme
- Uyku saatlerini bilme bazı zamanlarda uyanık kalma bazı zamanlarda uyumayı öğrenme
- Sosyal çevre (anne – baba vs) ile ilişki kurma.

İlk Çocukluk Dönemi(2-6)

- **Konuşmayı ve yürümeyi öğrenme**
- **El – göz uyumunu sağlamaya başlama**.(Tamamen sağlama çocukluk döneminde olacaktır. Çünkü el-göz uyumu okuma – yazma becerisinin ön koşuludur)
- **İnce ve kaba motor becerileri** gelişir.
- Kendi **özbakım** becerilerini geliştirir. (Giyinebilme, yemeğini yeme, tuvaletine gitme)
- İlk kez anne ve babadan bağımsızlaşma gerçekleşir. (**Özerk dönem**)
- Okuma yazmaya hazır hale gelme
- Cinsiyet farklılıklarını öğrenme ve cinsel kimliğini kazanmaya başlama
- Toplumsal rolleri öğrenir, **doğru yanlış kavramlarını** ayırt etmeye başlar.

Çocuk 3 yaşında cinsiyetini öğrenir. Erkek ve kız kelimelerinin ne olduğunu anlar. Bu durum çocuklara şu gelişim görevini vermektedir: " Bu dönem çocukları CİNSEL GÖSTERİŞSİZLİĞİ (cinsiyetini teşhir edici davranışlar yapmamak) öğrenmelidir."

İlk çocukluk (2 – 6) döneminin başlarında tam olarak var olmayan doğru – yanlış gibi kavramlar dönemin sonuna doğru (anaokulu dönemi) belirmeye başlar; bununla birlikte çocuklarda vicdan kavramı da gelişir.

Son Çocukluk (Orta Çocukluk) (6-12)

- **Okuma, yazma ve hesaplama ile ilgili becerilerini geliştirir**; zaman kavramını tanır.
- **Mantıklı ve somut** düşünme becerisi gelişir.
- **Kendine karşı olumlu tutumlar** oluşturur **<u>başarı isteği</u>** artar.
- Kişisel bağımsızlığa ulaşmış olur.
- Cinsiyetine uygun rollere göre davranmayı benimser.
- Sorumluluk alabilir.
- **Kişiler arası ilişkiler geliştirir ve yaşıtlarıyla iyi sosyal ilişkiler kurar**.
- Önemsediği büyükleri örnek alır.
- **Vicdan ve değerler sistemi gelişir**.
- **Sosyal grup ve kurumlara karşı tutum geliştirme**

İlk çocuklukta cinsiyet farklarını öğrenen çocuk bu dönemde cinsiyet sosyal rollerini kavrar. İlk çocuklukta cinsiyette fiziksel görünüş ağırlıkta iken bu dönemde davranış ağırlıktadır. (Erkekler şöyle yapar, kızlar şöyle yapar gibi)

Son çocukluğun sonlarına doğru çocuklar ülkelerinde ve dünyada olup bitenlerle ilgili fikir beyan etmeye başlarlar. Hatta siyasi tercihlerde bulunmaya, olayları değerlendirerek onlarla ilgili olumlu veya olumsuz bildirimlerde bulunmaya başlarlar. Çünkü zihin gelişimleri soyut işlemlere hazırlanmaya başlamıştır.

Ergenlik Dönemi(12-18)

- **Kimlik kazanma çabaları**
- **Aileden bağımsızlık kazanma** (Bu dönemde birey ailesiyle çatışmalar yaşayabilir. Bu onun kimlik arayışı statüsünde olduğunu ve olumlu bir kimlik statüsüne sahip olabileceğinin göstergesidir.)
- Yaşıtlarıyla **yeni ve olgun** ilişkiler içinde olma
- **Bedenini kabullenme** ve etkili bir şekilde kullanma
- Yetişkinlerden **bağımsız olarak kendi duygusal özerkliğini kazanma**
- Bir mesleğe doğru **yönelme ve hazırlanma**
- **Toplumsal sorumluklar alma ve rolleri yerine getirme**.
- Karşı cinsle ilişkiler artar.
- Kişisel değerlerine uygun **bir yaşam felsefesi** kurma
- Yetişkin **kadın ya da erkek sosyal rolünü** edinme
- Evlilik ve aile hayatına hazırlanma

Genç Yetişkinlik Dönemi (18-29)

- Bir işe başlama
- Eş seçme
- Aile kurma girişimi
- Yakın ilişkiler kurabileceği arkadaşlar ve sosyal gruplar bulma
- Vatandaşlık kavramının gelişmesi ve sorumluluklarını bilme
- Aile sorumluluklarını yerine getirme

Orta Yetişkinlik Dönemi (30 – 60)

- Yeni kuşaklara rehberlik etme
- Bazı hobiler edinmeye başlama
- Kendini eşiyle ilişkilendirme
- Ekonomik standarta ulaşmak

İleri Yetişkinlik (Yaşlılık) Dönemi (60 +)

- Azalan bilişsel ve fiziksel güce uyum sağlama
- Emekliliğin getirdiği azalan gelire uyum sağlama
- Eşin ölümüne uyum sağlama

GELİŞİM ALANLARI

Daha önceden gelişimin bir bütün olduğunu söylemiştik. Gelişim psikolojisi ile ilgilenen bilim adamları, insan gelişimini belirli çerçevelerde incelemişlerdir. BEDENSEL, DEVİNİŞSEL, DUYGUSAL, CİNSEL, TÖREL (ahlak) gelişim gibi. Bu bölümleme (gelişim alanlarına ayırma) çalışmalarda kolaylıklar sağlamıştır.

Fiziksel ve Psiko-motor Gelişim

- **Büyüme ve gelişim yaşamın başlangıcından sonuna kadar devam eden dinamik bir süreçtir. <u>Fiziksel(Bedensel)</u> gelişim bütün bir gelişimin temelini oluşturduğu için gelişimin öteki alanları üzerinde önemi bulunmaktadır.**

- **Psiko-motor(Devinişsel) gelişim bireyin kol, bacak ile tüm organlarını kullanmada güç ve hız kazanmasına, beden organları arasında eşgüdüm sağlanmasına ve onları denetim altına almada becerikli duruma gelme sürecini ifade eder. Psiko-motor gelişim sadece kas- sinir sistemi ile açıklanmaz, vücut organlarının eşgüdümlü çalışmasını ifade ettiğinden BEYİN-KAS KOORDİNASYONU olarak da değerlendirilebilir.**

- **Fiziksel gelişim, gelişimin daha çok kalıtsal özelliklerini içerir. İnsan vücudunun büyümesi, motor gelişimi, vücut ve duyu sistemindeki değişiklikler; cinsel gelişim, sağlık, beslenme, uyku gibi fiziksel gelişimle ilgili süreçleri kapsar.**

FİZİKSEL VE PSİKOMOTOR GELİŞİM

DÖNEMLER

DOĞUM ÖNCESİ: Döllenmeyle **başlayan bu dönem anne karnından çıkışa kadar olan süredir**.

Doğum Öncesi Dönem Üç Evreye Ayrılır

Zigot (Dölüt) (0-2 Hafta) | **Embriyo (2 – 8 Hafta)** | **Fetus (9-38 Hafta)**

⚠ **Bebeğin temel organları ilk üç ay içinde büyük ölçüde tamamlanır (Embriyo Dönemi)** Aynı zamanda bu evrede üç ayrı hücre tabakası gelişir. En dıştaki tabakaya **ektoderm,** ortadaki tabakaya **mezoderm** ve en içteki tabakaya **endoderm** denir. Ektodermden sinir sistemi ve deri; mezodermden iskelet ve kaslar; endodermden sindirim sistemi ve yaşam için önemli olan organlar (Akciğer, Sidik torbası, karaciğer, pankreas vb.)

- **Fiziksel gelişim en hızlı olduğu dönem doğum öncesi dönemdir. (Özellikle ilk 3 ay)**

DOĞUM ÖNCESİ GELİŞİM DEVRELERİ

Devre	Zaman	Değişiklikler
Dölüt	**0-4 Günler**	Döllenme; hücre bölünmesi; zigot fallop borularından dölyatağına (uterusa) doğru hareket eder.
	4-8 Günler	Zigot dölyatağına yerleşmeye başlar
	12 – 13 Günler	Zigotun döl yatağına yerleşmesi tamamlanır
Emriyo	**2. Hafta**	Plesenta oluşmaya başlar
	3-4. Hafta	Kalp atmaya başlar; gözler, kan damarları ve sinir sistemi gelişmeye başlar
	5-6. Hafta	Kollar ve bacaklar oluşmaya başlar; gonad(cinsel salgı bezi) oluşmaya başlar
	8. Hafta	Önemli organların gelişimi tamamlanır.
Fetus	**8-12. Hafta**	Cinsel organların görünümü tamamlanır; bacak ve kol hareketlerini yapmaya başlar; dolaşım sistemi çalışır.
	10. Hafta	Uyarıcıya tepki verir
	13- 16. Hafta	Deri ve saç gelişir; iskelet yapısı güçlenir
	20. Hafta	Kalp atışı duyulabilir; etkin olarak hareket eder
	25 – 28. Hafta	Kilo almaya başlar; emme hareketleri görülür
	26. Hafta	Gözler açılır
	28. Hafta	Boşaltım sistemi olgunlaşır
	30. Hafta	Deri altında yağ tabakası oluşur
	32 – 36. Hafta	Dölyatağı dışında yaşayabilir
	38. Hafta	Normal Doğum

BEBEKLİK DÖNEMİ (0-2) : Doğum öncesi dönemden sonra bedensel gelişimin <u>en hızlı</u> olduğu dönemdir. Özellikle doğumdan sonraki ilk yıl en hızlıdır.

- Gelişim baştan ayağa doğru olduğu için bebeklik döneminde önce başı büyür ve baş diğer organlara göre daha büyük ve orantısızdır.
- Psiko-motor ve sinir sisteminde hızlı bir gelişme olur.

Sindirim Sistemi: Yeni doğan bebeğin sindirim sistemi yalnızca anne sütü ve onun bileşimine yakın gıdaları sindirebilecek durumdadır.

Solunum Sistemi: Bebekler yetişkinlerden daha hızlı soluk alıp verirler (Dakikada 40 – 60) Ayrıca solunum yolları yetişkinlerinkinden daha kısa ve dardır.

Kalp ve Dolaşım Sistemi: Dolaşım sistemi doğum öncesine göre değişiklik gösterir. Her şeyden önce göbek kordonu ve plasenta ile bağlantısı kalmamıştır. Kanında kalıcı hemoglobin bulunur. Bebeklerin kalbi de yetişkinlere göre fazla atar (Dakikada 120 – 140)

Beyin ve Sinir Sistemi : Bebeğin sinir sistemi ve beyni geliştikçe reflekslerin yerini bilinçli ve istemli hareketler alır.

Bağışıklık Sistemi: Yeni doğan bebeklerin bağışıklık sistemi zayıftır. Anne sütü ile anneden bebeğe geçen antikorlar birçok hastalığa karşı bebeği korur.

Boşaltım Sistemi: Böbrekler doğuşta işlevini yapabilecek olgunlukta iken , idrar torbası bu olgunluğa ulaşmamıştır.

⚠ **Birey doğum öncesinde ve doğumdan sonraki yaklaşık bir yıl içinde hemen hemen tüm davranışları reflekstir ya da denetimsiz vücut hareketidir. <u>Bilinçli en önemli ilk davranışı</u> yürümedir. (1 yaş)**

⚠ **Bebekler dünyaya geldiklerinde yaşamalarına yardımcı olacak** "emme, yutma, sürünme, adımlama, aksırma," **gibi birçok reflekse sahiptir.**

Bebeklerde Görülen Bazı Refleksler ve Tanımları

Rooting(KÖKSEME) : Yanağına dokunulduğunda yüzünü dokunulan yöne çevirme ve emme tepkisi verme. Buna kökünü bulma da denir; bebek emeceği şeye doğru yönelme – emeceği şeyin kökünü , kaynağını bulmaya çalışmaktadır.

Babinski: Ayak tabanı uyarıldığında ayağın bükülmesi ve ayak parmaklarının yukarı doğru yelpaze gibi açılması

Babkin : Avuç içine bastırıldığında gözlerin kapanması, ağzın açılarak başın çevrilmesi

Rage : Hareketi engellendiğinde ya da ağzı örtüldüğünde bebeğin ağlaması ve kurtulmak için çaba göstermesi

Knee jerk: Diz kapağına hafifçe dokunulduğunda ayaklarını yukarı kaldırması

Palmar gasp: Parmaklarından tutulup kaldırıldığında bebeğin asılı durmaya çalışması

Blinking: Göze doğru bir nesne veya ışık geldiğinde görülen körleşme

⚠ **Bebekler bu dönemde bazı devinişsel hareketleri birçok denemeden sonra öğrenirler. Bebekler yaptıkları hareketin doğruluğundan iyice emin olmadan başka bir harekete geçmezler. Motor gelişim ilk aylarda bütünüyle sinir bağlantılarına, beyin merkezine ve kemik yapısına bağlıdır. Bu yapılar yeterince olgunlaşmadan çocuğa sürekli alıştırma yaptırmakla gelişim SAĞLANMAZ. !!!**

İLK ÇOCUKLUK DÖNEMİ (2-6): Bedensel gelişim 0-2 yaş dönemine göre azalmıştır. Sinir sistemi gelişimini büyük ölçüde tamamlamıştır.

- Kalp atış hızı 6 yaşına kadar çok hızlı iken 6 yaş ve sonrasında giderek yavaşlar ve yetişkinlerinkine yakın bir değer alır. (6 yaşından küçük çocuklara kalp masajı yapılması durumunda yetişkinlere dakika başına yapılan masajdan daha fazlası yapılmalıdır.)
- **Başın vücuda oranla olan büyüklüğü bu dönemde ortadan kalkar ve çocuk bebeklik görünümünden uzaklaşır. (1/4 ten 1/6'ya)**
- Okul öncesi dönemde kaslarda ciddi gelişmeler gözlenir. Ancak kaba motor hareketleri sağlayan kaslar ince motor hareketleri sağlayan kaslardan daha fazladır.

Gelişimin "genelden özele doğrudur**" ilkesini tekrar düşündüğümüzde bu dönem çocukları estetik ve incelik gerektiren hareketleri yapmakta zorlanırlar. Koca bir yastığı sizi fırlatabilir ancak bir oklavayı parmağında dengede tutmakta zorlanır.**

- Ayakkabısını giyebilir ancak bağcıklarını bağlamakta zorlanabilir.

Bu dönemde erkekler kızlardan daha ağır ve uzun olmalarına karşın kızlar ince motor kaslarının gelişimi erkelerden daha ileridir. Bu durum göz önüne alındığında aynı yaşlardaki çocukların ince motor beceri gerektiren düğme iliklemek, makas kullanmak gibi işlerdeki başarılarını kıyaslamamak gerekir. Hatta bu durumun aynı cinsteki çocuklar arasında da olabileceği yani bireysel farklılıkların olabileceği asla unutulmamalıdır.

- Bu dönemde çocuklar uzun süreli oturmalardan hoşlanmaz, koşmak , zıplamak ve oynamak isterler.
- El- göz uyumları bu dönemde yetersizdir; ancak koordinasyon süreci başlamıştır.
- **El-göz koordinasyonu okuma – yazma için önemlidir. Bu dönemden sonra gelişecektir.**

Bu dönemde çocuklar aynı zamanda gözlerini küçük nesneler ve ayrıntılar üzerinde odaklamak için de yeteri olgunlaşma düzeyine erişmemişlerdir. Bu durum el-göz koordinasyonun gelişmediğinin de göstergesidir. (Görme duyuları gelişmemiştir) El-göz uyumunun sağlanması bir olgunlaşmadır.

SON ÇOCUKLUK (OKUL DÖNEMİ) (6-12) : Okul döneminde bedensel gelişim ilk yıllara göre yavaş bir gelişim gösterir.

- **Küçük ve ince motor kas gelişimleri oluşmuştur**. Daha zarif ve ince hareketler yapabilirler, küçük nesneleri kullanabilirler.
- 9-10 yaşlarına kadar erkekler daha iri olurken 10-11 yaşlarında kızlar daha iri olur.
- **El-göz uyumu** sağlanır. Okuma – yazma becerisi gelişir.

El – göz uyumu sağlandığı için çocuk bu dönemde okuma- yazma becerisini kazanacaktır. Bir önceki dönemde el-göz uyumu OLGUNLAŞMASINI yaşayamayan çocuk okuma – yazmada zorlanmaktaydı. Aradan geçen süre içinde el – göz koordinasyonu olgunlaşmasını yaşayan çocuk küçük puntolu yazıları okuyabilir, ayrıntılar ile uğraşabilir.

- 11-12 yaş döneminde erinliğe girerler ve hormonal değişiklikler görülür.

Bu dönem çocuklarında iç salgı bezleri oldukça önemlidir. Gırtlağın iki yanında bulunan tiroid bezi yeterince salgı üretmezse bedensel ve zihinsel gelişimde yavaşlama görülecektir.

ERGENLİK DÖNEMİ (12 – 18) : Ergenlik dönemi 3 evrede ele alınır.

1. **Ön ergenlik (Erinlik)**
2. **Ergenlik**
3. **Son Ergenlik**

- Ergenlikte fiziksel değişim hızlıdır. Bu yüzden bedensel değişimlere ayak uydurmak kolay değildir.
- Üreme olgunluğu oluşmaya başlar.
- Ayrıca hızlı kemik kas gelişimi **vücut koordinasyonunu zorlaştırır**, **sakarlık** gibi davranışlar gözlenmesine neden olur.
- Ortalama olarak ergenlik dönemine kızların 11-13 erkeklerin 13-15 yaşları arasında girdikleri kabul edilmekle birlikte bu dönemin kesin sınırları yoktur.

Ergenliğin başlama ölçütleri genel olarak şu üç belirtiyle ortaya çıkmaktadır:

1. Kızlarda ay hali , erkeklerde gece boşalması
2. İdrarın kimyasal analizleri sonucu ortaya çıkan belirtiler
3. Kemik gelişiminin röntgenle belirlenmesi

Erinlik ve ergenlik evrelerinde kızlar yılda ortalama 5 -10 kilo, erkekler ise yılda ortalama 7,5 -12 kilo almaktadırlar.

Kızlar ergenlik dönemine GENELLİKLE erkeklerden önce girer. Ancak kimi durumlarda (genetik-çevresel faktörler) bazı erkek çocukları çevrelerindeki kız arkadaşlarından daha önce ergenlik dönemine girebilir.

Ergenlikte Ortaya Çıkan Büyüme Değişimlerinin Yaşlara Göre Dağılımı

Yaş	**Kızlar**	**Yaş**	**Erkekler**
10-12	*İç organların gelişiminde kritik dönem*	*12-13*	*İç organların gelişiminde kritik dönem*
11-12	*Göğüslerin ve kalça kemiğinin büyümesinin başlaması*	*13-14*	*Kasıklarda kıllanmanın başlaması*
12-13	*Kasıklarda kıllanmanın başlaması*	*14-15*	*Kas gelişiminin yoğunlaşması ve koltuk altı kıllarının gelişimi*
13-14	*Koltuk altı kıllarının gelişimi ve regl(ay hali) görülmesi*	*14-16*	*Cinsel organın büyümesi sperm üretimi*
15-18	*Dişi biçim ve fiziğin tamamlanması*	*16-18*	*Yüzde kıllanmanın başlaması*
		19-21	*Erkek biçim ve fiziğinin tamamlanması*

Son dönemde genellikle kız çocuklarında görülen **ANOREXİA NEVROSA** hastalığı ergenlik döneminde başlayan psikolojik nedenli iştahsızlık ve aşırı derecede kilo kaybı ile belirlenen, oldukça nadir oluşan bir bozukluktur. Zayıflama isteği ile perhiz yapılması ve bunun giderek aşırı bir şekilde uygulanması bu rahatsızlığa yol açan bir nedendir.

Geç Olgunlaşma (GO) Erken Olgunlaşma (EO)

- **EO erkek çocuklar akranları tarafından daha çok ilgi görmektedirler. Lider durumundadırlar. Daha dışa dönük, karşı cinsle daha ilgilidirler. Kültürel normlara daha kolay uyum sağlarlar.**
- **GO erkek çocuklar yaşıtları arasında pek popüler değildirler. Ancak çok hareketli ve enerjiktirler.**
- **EO kız çocuklar, yetişkinlik döneminde yaşıtları ile karşılaştırıldıklarında daha çekingen olurlar. Sosyal ve kişilik özellikleri açısından da ortalama düzeyin altındadırlar.**
- **GO kız çocuklar, kendilerine daha güvenli, daha dışa dönük ve yaşıtları arasında daha popülerdirler.**

⚠ ***Erken olgunlaşma erkeklerde olumlu*** *sonuçlar doğururken* ***kızlarda geç olgunlaşma olumlu*** *sonuçlar doğurmaktadır. Geç olgunlaşmanın kızlarda ve erkeklerde ortak noktası hareketliliktir. Yani geç olgunlaşan kız ve erkek çocukları daha hareketli olmaktadır.*

Birincil ve İkincil Cinsiyet Özellikleri

BİRİNCİL CİNSİYET ÖZELLİKLERİ: Birincil cinsiyet özellikleri **üremedeki** belirleyici gelişimlerle ilgilidir.

- Kızlarda, östrojen **hormonu**nun salgılanmasının artışıyla beraber, **yumurtalık, rahim, vajina; erkelerde** ise **testosteron hormonu** ile beraber, **testisler**(yumurtalık) **penis ve sperm** birincil cinsiyet özelliğidir.

İKİNCİL CİNSİYET ÖZELLİKLERİ: Vücutta **doğrudan doğruya üreme faaliyetleri ile ilgili olmayan** değişikliklerdir.

- Kasıklarda **kıllanma, sakal, kol ve bacaklarda kıllanma, sivilce, yüzde yağlanma, sesin kalınlaşması göğüslerde kabarma, sertleşme ve göğüs düğümcükleri**.

⚠ **İkincil cinsiyet özelliklerinin ergenlik dönemindeki bireyde aşırı olması (Kızlarda aşırı sivilceleşme-kıllanma göğüslerin büyüklüğü erkeklerde aşırı göğüs büyümesi "jinekomasti-göğüs düğümcükleri" aşırı kıllanma DUYGUSAL GELİŞİMLERİNİ olumsuz etkileyebilir.**

Ergenlik dönemine ilişkin aşağıdaki ifadelerden hangisi yanlıştır?

A) Ergenlik dönemindeki bireylerin hızlı bedensel gelişimlerine ayak uyduramamaları nedeniyle sakarlık gözlenebilir.
B) Ergenlik skolyoz ve epifiz kayması gibi kemik hastalıklarının sıklığının arttığı bir dönemdir.
C) Bir kız çocuğu erken olgunlaşmasından kaynaklı etrafının dikkatinin kendi üstüne toplanmasından memnun olur ve iyi sosyal ilişkiler kurar.
D) İkincil cinsiyet özelliklerinin geç ortaya çıkması bireyde endişe ve merak duygusu oluşturabilir, kendini arkadaşları ile kıyaslayabilir.
E) Kızlar genellikler erkeklerden daha erken ergenliğe girmekle beraber, bazı erkekler kız arkadaşlarından erken ergenliğe girebilir.

Ergenlik dönemine ilişkin aşağıdaki ifadelerden hangisi doğrudur?

A) Kızlarda ilk adet kanaması erinliğe geçişin de ilk işaretidir.
B) İkincil cinsiyet özelliklerinin geç ortaya çıkması bilişsel gelişimi olumsuz yönde etkiler.
C) Ergenlik döneminde kızlarda östrojen erkeklerde testosteron hormonlarının ilk kez salgılanmaya başlamasıyla ikincil cinsiyet özellikleri kazanılır.
D) Erkek çocuklar arasında çevresindeki kız arkadaşlarından daha önce ergenlik dönemine girenler bulunabilir.
E) Geç olgunlaşma, ergenlik dönemindeki erkekleri olumlu, kızları ise olumsuz etkiler ancak bu etkinin yönü zaman içinde değişebilir.

(2008 KPSS)

FİZİKSEL GELİŞİMİN EĞİTİM AÇISINDAN DOĞURGULARI

1. Okul öncesi çocukları kaba kas hareketlerini yapabildiklerinden öğretmenlerin bu duruma dikkat etmeleri onların olgunluk ve hazır bulunuşluk düzeylerini göz önünde bulundurması gerekir.

2. Okul öncesi çocuğu uzun süre yerinde duramayacağı için koşma, hoplama, kayma gibi onların kaba kas gelişimini de destekleyecek etkinlikler yapması gerekir. Ancak bu dönem çocukları dinlenme gereksinimlerinin farkında olmadığı için öğretmenin fazla ve az enerji gerektiren etkinlikleri art arda yaptırması ve planlaması gerekecektir.

3. Okul öncesi çocuklarının kafatası kemikleri henüz tam sertleşmediği için çocuğun koşma, oynama gibi etkinliklerinde öğretmenin gözetimi gerekmektedir. Ayrıca etkinliklerini mutlaka bedensel gelişimlerine uygun yaptırmalıdır.

4. Okul öncesi dönemde çocuğun el-kol koordinasyonu ve özbakım becerilerinin gelişmesi gerektiğinden öğretmenin gerekli olgunluk düzeyine göre çocukların bu gelişimini sağlayıcı etkinlikler düzenlemesi gerekmektedir.

5. Okul öncesi çocuklarda el – göz koordinasyonu yeterince gelişmediğinden küçük resimler, nesneler vs üzerinde etkinlik yapmaktan kaçınılmalıdır.

6. İlköğretim döneminde çocuklarda görsel algılama artık normale döner. Küçük kas becerileri, okul öncesi döneme göre oldukça gelişir. Ancak okulöncesi dönemde kalem tutma, resim yapma vb değişik etkinlikleri yapmadan ilköğretime başlayan çocuklarda küçük kas gelişimi yetersiz kalabilir.

7. İlkokula başlayan öğrenciler arasında halen ince motor kasların kontrolü ve el – göz uyumunun sağlanması açısından güçlükleri bulunan öğrenciler bulunabilir. Buna bağlı olarak öğrenciler uzun süreli kalem tutma , satır çizgilerini izleyerek yazı yazma gibi faaliyetleri yerine getirmede zorlanabilir, Okul – aile işbirliği bu durumda önemlidir.

8. Ergenlik döneminde ise fiziksel gelişim çok hızlıdır. Ergen vücut görüntüsündeki ve fizyolojisindeki hızlı değişimlere ayak uydurmak, onlarla baş etmek durumundadır. Bu bağlamda öğretmenin bu konuda bilgisi olması gerekmektedir.

9. Ergenlik dönemindeki bireylerin derslerinde fizyolojik ve psikolojik değişikliklerden ve bunların nedenlerinden söz etmek öğrencilerin kendilerini ve bedenlerini tanımalarını kolaylaştırır.
10. Ergenlik dönemindeki öğrencilere sosyal etkinliklere katılmalarını desteklemek, aranan ve sevilen bir birey olmanın fiziksel görünüşle değil de farklı niteliklerle sağlanabileceğini anlatmak öğretmenin görevidir.

KPSSCini.com

kpsscini.com başarılar dileriz...