

# Sobe sobe!

Eskiden çıkıp ılık ılıa oyunlar oynadığımız, koşturduğumuz sokak ve mahallelerimiz vardı. Bugünün şehir çocukları doğal gelişen oyunlardan ve arkadaşlıklardan mahrum ne yazık ki...

**S**aklambaç, elim sende, yakar top, ebelemece, tilki tilki saatin kaç, seksek, ip atlamaca, lastik... Daha ağaçlı sokaklar, daha küçük binalar, daha تنها araç trafiğı, daha çok bahçe, daha az televizyon, daha az oyuncak, daha geniş hayal gücü... Çarpık çurpuk devleşen şehirlerimizde bu nimetleri tatmış son nesillerdeniz. Bizim çocuklarımız artık özel parklarda, okullarda ve gruplarda önceden planlanan, programlanan oyunlara katılıyorlar.

Çocukların fiziksel, duygusal, sosyal ve psikomotor gelişimleri açısından dış mekan oyunları çok önemli. Çocuğa doğal öğrenme ortamı yaratıyorlar. Öğrendiklerimizin yüzde ellisini dört yaşına, yüzde seksenini de sekiz yaşına kadar öğrendiğimizi düşünürsek, okul öncesinde çocuklarımızın bu tür oyun ve aktiviteler içinde olmasının önemini anlayabiliriz.

DBE **Davranış Bilimleri Enstitüsü** Çocuk ve Genç Bölümü'nden Uzman Psikolog Şeyda Özdalga, arkadaşlarıyla, en basit tanımıyla "koşup oynayan" çocuğun hayatında gerçekleşen olumlu değişiklikleri şöyle açıklıyor:

- \* Atlama, koşma, tırmanma faaliyetleri çocuğun sindirim, dolaşım, solunum sistemlerinin düzenli çalışmasına yardım eder.
- \* Güneşten ve temiz havadan yararlanan çocuk D vitamini ve oksijen ihtiyacını karşılar.
- \* Enerjisini boşaltır, rahatlar. Daha huzurlu ve sakin iç yaşama sahip olur.
- \* Doğayı, canlı ve cansız varlıkları keşfederek öğrenir.
- \* Oyun sırasındaki davranışlarıyla, duygusal durumu ve davranış sorunları hakkında bilgi verir.
- \* Grup oyunlarındaki rol değişiklikleriyle empati kurma becerisi geliştirir.
- \* Dikkati, algısı, koordinasyonu, hızı artır.
- \* Zıplama, inme, çıkma, bükme, düzeltme, yoğurma faaliyetleri ile büyük ve küçük kasları gelişir.
- \* Ait olma, saygınlık kazanma, kendini kanıtlama gibi sosyal rolleri tanır.
- \* Toplulukta nasıl davranması gerektiğini, iş birliği yapmayı, paylaşmayı, rekabet etmeyi, yeni arkadaşlar edinmeyi, kurallara uymayı, grubun parçası olmayı, grupta dinamik yaratmayı, kendini ifade etmeyi tecrübe eder.

