

21.05.2011 Sabah Gate tesi
Cumartesi Sabah EK

Yeni Ford **GRAND C-MAX** yenicmaxailesi.com

Kayar kapılar ile yaratıcı yenilikler elinizde.



Çocuklar açık havada nefes alsın

Dört duvar arasında ödevlerle boğuşan günümüz çocukları için açık havada oynanan oyunlar büyük önem taşıyor. Çocuğunuzun biraz nefes alması, koşup oynayarak eğlenmesi için haydi durmayın oyun parklarına gidin



Çocuklar parka götürüldüğünde aileler, müdahaleci olmaktan çok katılımcı olmalı.

NESLİHAN TUNÇ

KAÇ yaşında olursa olsun bir çocuk için en keyifli aktivitelerin başında, açık havada arkadaşlarıyla oyun oynamak gelir. Mahalle kültürünün olduğu yıllarda çocuklar kendi başlarına sokağa çıkardı. Şimdi ise ebeveynlerin gözetiminde olmak şartıyla parka çıkarılıyorlar. Ebeveynler ise parkta denetim konusunda nasıl davranacaklarını bilemiyor kimi zaman. Sürekli çocuğun başında dikilip gözünü üzerinden ayırmamak mı gerekiyor, yoksa bir köşede oturup uzaktan takip etmek mi? Uzman Psikolog Çağla Tuğba Dortluoğlu, mahalle kültürünün yok olması başlangıcına paralel olarak çocukların da 'çocuk' olma vasıflarını kaybetmeye başladıklarını dikkat çekiyor: "Çocuklar ilköğretim hayatları başladıktan sonra okul, etütler, özel dersler, sosyal aktivitelerle o kadar yoğun hale geldiler ki; sokağa çıkıp oyun oynamak onlar için lüks haline geldi. Ebeveynler de kitle iletişim araçlarında çıkan olumsuz haberlerden dolayı aşırı koruyucu hale geldi. O yüzden de çocuklar nereye giderlerse gitsin peşlerinden ayrılmıyorlar. Her şeyi onların yerine düşünün ve onların yerine yapmaya çalışan ebeveynler oldukça sık görmek mümkün. Bu denetim

olayını oldukça abartan ebeveynler sayesinde özgüven konusunda problem yaşayan çocuklarla çok sık karşılaşyoruz."

Şartlar değişse de çocukların ihtiyaçları değişmiyor. Oyun oynamak ise onların en başta gelen ihtiyaçları arasında yer alıyor. Özellikle de açık havada ve başka çocuklarla... Farklı çocuklarla etkileşim kurabilmek, aileden bağımsız bir şekilde oyun kurabilmeleri ve enerjisini boşaltabilmesi için oyun parklarının çok önemli olduğunu söylüyor Dortluoğlu: "Havaların güzel olduğu ve ailelerin müsait olduğu her zaman çocuklar parka götürülmeli. Çünkü dört duvar arasında bir dünyada ödevlerle boğuşan çocuklar için bir nefes alma zamanı yaratan yerler parklar. Çocuklar size aynı parka mı farklı parklara mı gitmek istediği mesajını verir. Eğer gittiği parkta sevdiği oyuncaklar ve yeni edindiği sevdiği arkadaşları varsa hep aynı parka gitmek isteyecektir."

BÜYÜK KAS GELİŞİMİNE FAYDALI

Çocuklar için açık havada oynanan oyunların önemiyle ilgili ise şunlara dikkat çekiyor Çağla Tuğba Dortluoğlu: "Kapalı ortamlarda oynanan oyunlarda çocuklar bedenlerini çok fazla kullanmazlar. Ancak açık havada oynanan oyunlar çocukların büyük kas

gelişimi için oldukça faydalıdır. Aynı zamanda dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu olan ailelere özellikle çocukların enerjisini atabilecekləri ortamlar ve spor öneririz. Açık havada oynanan oyunlar da bu anlamda onlar için oldukça faydalıdır. Çocuk parklarında daha özgürdür. Daha fazla alternatifli oyunlar deneme şansı olur ve kendine olan güveninin artmasına bu oyunlar oldukça yardımcı olur."

Açık hava oyunlarına zaman zaman ebeveyn katılımı da gerekiyor. Psikolog Dortluoğlu, ailenin çocukla etkileşimi ve çocuğun dünyasına girmesi açısından oyunlara katılımının önemli olduğunu görüşünde: "Ancak katılmadan çok daha az müdahaleci ve daha az koruyucu olması daha önemlidir. 'Oğlum/kızım aman düşeceksin, dur o topa dikkat et, evladım çok koşma', gibi yönergeler çocuğu çok yorar ve oynadığı oyunlardan zevk almamasını sağlar. Eğer arkadaşları yoksa aile ile oyunlar oynanabilir ama çocuğun arkadaşları varsa ailenin katılımcı olmaktan ziyade izleyici olması faydalı olacaktır."



Çocuk parklarda daha özgürdür. Daha fazla alternatifli oyunlar deneme şansı olur.

AÇIK HAVA OYUNLARI

Seksek

Seksek oyunu en az altı kişiyle oynanır. Normal boyutta bir taş bulunur. Oyuncular oyunu çizer ve kutucukların içerisine taşlarını atmaya çalışır. Eğer taş kutucuğun içine girmezse o kişi elenerek ikinci tura kalır. Sıra diğer oyuncuya gelir. Taş kutucuğun içine girdiği zaman o taşın üzerindeki sayı atılarak bölümler geçilir.

Saklambaç

Saklambaç en az dört kişiyle oynanır. Bir kişi ebe olur ve arkadaşlarını göremeyecek şekilde yüzünü 'kale'ye dönüp gözlerini kapatır. Yüksek sesle 50'ye kadar dışından sayar. Bu sırada diğer oyuncular saklanırlar. Ebe saymayı bitirince 'öldü' diye bağırır ve gözünü açıp diğer oyuncuları bulmaya çalışır. Diğer oyuncular ise ebe kalenin başından ayrıldığını görünce ebenin saydığı duvara sobe diyerek ebelemeye çalışırlar. Ebeliyen kişiler ebe olma.

Köşe kapmaca

Genellikle sokakta oynanır. Çünkü sokaklar, oyuncuların kendilerine köşe olarak tutmaları gereken bina kapıları, iki ağaç ya da pencere arası gibi yerler açısından daha zengindir. 'Köşe Kapmaca' az sayıda kişiyle oynanır. Ebe diğer oyunculara göre ortada bir yerde durur. Oyuncular ebeyle yakalanmadan, birbirleriyle köşeleri değiştirmeye çalışırlar. Bu değiştirme sırasında ebeyle yakalanan oyuncu köşesini kaybeder ve kendisi ebe olur.

Gölge kovalamacası

Gölge kovalamacasını oynayabilmek için güneşli bir hava gerekir. Bu oyun, ebe olan oyuncunun diğer oyuncuların gölgelerine basma esasına dayanır. Bu oyunda, ebenin gölgeye basıp basmadığına karar verecek bir de hakem seçilir. Oyun bu şekilde devam eder. En son kalan kişi birinci seçilir.

Top ile oynanan oyunlar

Yakar top

Yakartop oyunu, sayıları eşit iki grup ile oynanır (en az dört kişi, iki kişi bir gruba iki kişi de bir gruba). İlk önce yazı tura atılarak topun hangi gruptan başlayacağı seçilir. Her grubun iki top atıcısı olur (Biri bir tarafta diğeri diğer tarafta karşılıklı dururlar). Bu atıcılar ortadaki oyuncuları vurmaya çalışır. Ortadaki oyuncuların vurularak elenmesiyle oyun son bulur. Bu arada topu kucuklarında tutan oyuncu can tutar ve elenmekten korunur. Hangi takım daha çok can yakalarsa oyunu o takım kazanır.

İstöp

İstöp oyununda oyuncular bir daire oluşturmurlar. Topu bir oyuncu havaya atar, bir isim söyler ve o kişi hemen topu tutmaya çalışır. Seçilen kişi topu havada tutabilirse o da isim söyler. Tutamazsa bu kez bir renk söyler ve oyuncular oyun alanında bu rengi bulmaya çalışırlar. Bu süre içinde de ebe olan oyuncu topla diğer oyuncularından renk bulamayanları vurmaya çalışır. Vurulursa sıra vurulan oyuncuya geçer ve o bir renk söyler, herkes söylenen rengi bulabilirse bu kez ebe olan kişi ve oyuncular tekrar bir daire oluşturmurlar ve ebe olan kişi bir isim söyler, oyun aynı şekilde devam eder.