



<http://doi.org/10.22282/ojrs.2022.95>

COVID-19 SÜRECİNDE OKUL ÖNCESİ ÇOCUKLARDA OYUN VE SPOR ÜZERİNE GÜNCEL YAKLAŞIMLAR

Mehmet Ali CEYHAN¹

¹Bayburt Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu
mehmetaliceyhan@bayburt.edu.tr, Orcid No: 0000-0001-6207-8135

Öz

Bu çalışmada Covid-19 sürecinde okul öncesi çocuklarda oyun ve spor üzerine güncel yaklaşımlar ele alınmıştır. Okul öncesi dönem çocuklarda gelişimsel olduğu kadar temel hareket becerilerinin kazanılması bakımından kritik bir yaşam dönemi olarak kabul edilmektedir. Okul öncesi çocuklarda oyun ve spor etkinlikleri gelişimleri açısından önem arz etmektedir. Çünkü çocuklarda koşma, sıçrama, yürüme, bükülme, fırlatma, eğilme gibi temel hareketler ve becerilerin erken çocukluk döneminde desteklenmesi, gelişimsel

alanları doğrudan etkilemektedir. Ancak Covid-19 sürecinde alınan karantina ve izolasyon tedbirleri kapsamında okullarda eğitimin uzaktan sürdürülmesi, çocukların evde kalmaları nedeniyle çocukların oyun ve spor etkinliklerini düzenli olarak yapamamasında etkili olmuştur. Bu kapsamda Covid-19 sürecinde çocukların oyun ve spor etkinlikleri yapmasını sağlayacak uygun ortamların oluşturulmasının önemli olduğu ortaya konmuştur.

Key Words: Oyun, Spor, Okul Öncesi Dönem, Erken Çocukluk Dönemi



<http://doi.org/10.22282/ojrs.2022.95>

Current approaches on play and sports in pre-school children in the COVID-19 process.

Mehmet Ali CEYHAN¹

¹Bayburt University Faculty of Sport Sciences
mehmetaliceyhan@bayburt.edu.tr, Orcid No: 0000-0001-6207-8135

Abstract

In this study, current approaches on pre-school children's play and sports in the Covid-19 process are discussed. It is considered a maturity from the knowledge acquired from developmentally basic information in preschool children. It offers game and sports trainings for pre-school children. Basic movements and small-scale products for children, such as lightweight

designs, light weights, are developmental products. Education to nurture and nurture Covid-19 has not been effective in making education as training about old, stay-at-home and preparing sports training. This can be used to improve Covid-19 and training those who can make the sport fit has been made important.

Key Words: Play, Sports, Preschool Period, Early Childhood Period

1. GİRİŞ

İnsanoğlu tarih boyunca pek çok salgınla mücadele etmek durumunda kalmıştır. Covid-19 küresel ölçekte hızla yayılım gösteren, 2020 yılı mart ayında vaka sayısı yüz binin üzerine çıkan bir salgındır (Jiao vd., 2020, Çakır, 2020). Virüsle enfekte olan insanlarda öksürük, yüksek ateş, nefes darlığı, ishal gibi semptomlar ortaya çıkmaktadır. Bundan dolayı enfeksiyondan korunmak amacıyla koruyucu tedbirler alınması gerekmektedir (Yücel ve Görmez, 2019). Covid-19 salgınından korunmak için sosyal mesafe, maske ve hijyen tedbirlerine titizlikle uyulmalıdır. Bulaş riskinin yüksek olması, temas ile geçmesi nedeniyle Covid-19 pandemisi insanların bir araya gelmelerinin önünde engel oluşturmuştur. (Şahin ve Gönen, 2020)

Dünya genelinde küresel bir salgın durumuna gelen Covid-19 nedeniyle ülkelerin pek çoğu izolasyon ve karantina süreçlerini başlatmış, gereken tedbirleri almışlardır. Tedbirler kapsamında sosyal mesafe, maske ve hijyen kurallarına özen gösterilerek, gerekmedikçe insanlarla yakın temasta bulunmamak, kalabalık ortamlara girmemek ve izolasyonu sağlayarak Covid-19 salgınının kontrol altına alınmasına çalışılmıştır (Gökçe vd., 2021). Türkiye’de de 16 Mart 2020 tarihinden itibaren okullarda eğitime ara verilmiş ve uzaktan eğitime geçilmiştir (MEB, 2020). Okullarda yüz yüze eğitime ara verilmesiyle virüsün yayılma hızının yavaşlatılması ve enfeksiyonun azaltılması amaçlanmıştır (Çakır vd., 2021). Bununla birlikte eğitim kurumların kapalı olmasından dolayı çocuklar akranları ve öğretmenleri ile çevrimiçi ortamlarda iletişim halinde olduklarından sosyalleşme alanları kısıtlanmıştır (Gökçe vd., 2021, Erbaş, 2021). Covid-19 sürecinde okul öncesi eğitimlerine devam eden çocukları da çeşitli yönlerden etkilenmiştir (Yeasmin vd., 2020). Özellikle okul öncesi dönemde çocukların gelişimlerinde önemli bir etkisi bulunan oyun ve spor etkinliklerinin Covid-19 sürecinde olumsuz etkilendiği söylenebilir.

2. OKUL ÖNCESİ ÇOCUKLARDA OYUN VE SPOR

İnsanlık tarihi ile birlikte var olan oyun, bireyin doğumundan başlayarak yaşam boyu süren gelişim göstermektedir. Oyun, çocuğun farklı ihtiyaçlarına ve ilgi alanlarına yanıt verir, en fazla haz aldığı doğal bir etkinliktir (Lifter vd., 2011; Ramazan vd., 2012). Oyun, çocukların gelişimlerini desteklemek amacıyla ortamdaki nesnelere odaklanmaları ve kullanmaları olarak ifade edilebilir (Lifter vd., 2011). Bundan dolayı oyun

çocukların çevrelerinden gördükleri ile keşif ve tecrübelerinin yansıması veya hayal dünyalarından kaynaklanan bir ürün olabilir (Koçyiğit vd., 2007). Çocuklar oyun aracılığıyla yetişkinlik dönemine dair deneyimler de yaşamaktadır. Bundan dolayı erken çocukluk döneminde bireylerin oyunlar yardımıyla elde ettikleri öğrenmeler bireylerin ileriki yaşam dönemleri için de gereklidir (Nestor ve Moser, 2018).

Araştırmacılar ve eğitimciler tarafından oyunun çocukların gelişiminde, öz düzenleme becerilerinde ve okula hazırlık üzerindeki etkileri kabul edilmektedir (Lifter vd., 2011). Oyun, çocukların gelişimsel alanlarını destekleyici, özellikle okul öncesi dönemde gelişimsel etkisi bulunan öncü bir etkinlik olarak ifade edilmektedir (Mart ve Kesicioğlu, 2020). Farklı nedenlerden dolayı çocukların yetersiz oyun ile karşı karşıya kalması olumsuz duygusal durum şeklinde algılanmaktadır (Ramazan vd., 2012). Covid-19 sürecinde alınan karantina ve izolasyon tedbirleri kapsamında çocukların evde kalma zorunluluğu nedeniyle hareketsiz yaşam tarzı ortaya çıkmıştır. Salgın döneminde çocukların evde kalmaları, okullarda eğitimin uzaktan sürdürülmesi nedeniyle ev içerisinde telefon, bilgisayar, tablet gibi teknolojik cihazlar ile geçirilen zaman artabilmektedir. Bundan dolayı çocukların ileri yaşlarında sağlıklarının ve vücut kompozisyonlarının korunmasında birtakım sorunlar yaşanabilme riski ortaya çıkmaktadır. Covid-19 sürecinde okul öncesi çocukların oyunlardan uzak kalması nedeniyle yaşanan hareketsiz yaşam tarzı özellikle mevcut sağlık problemlerinin olumsuz etkilerini artırabilmektedir (Daniels vd., 2005).

Spor, bireylerin hareket etme ihtiyaçlarının karşılanması, oyun, eğlenme, statü elde etme, sosyalleşme, neşelenme gibi pek çok sebeple tercih edilen, bireysel veya toplu olarak yapılabilen, genelde yarışmaya dayalı, bazı kurallara göre uygulanması mümkün olan beden hareketlerinin bütünüdür (Heper, 2012, Erbaş, 2020, Kul et al., 2015). Buna ek olarak sporun bireylerin benlik saygılarına ve liderlik özelliklerine olumlu katkı yaptığı söylenebilir (Karatas ve Akyuz, 2021). Bununla birlikte okul öncesi çocukların da sportif aktivitelere katılmaları gelişimleri bakımından önem arz etmektedir. Çocukların bilgisayar, televizyon, tablet, telefon gibi teknolojik cihazlarla geçirdikleri sürenin artması, sürekli hareketsiz olmaları neticesinde duruş bozuklukları, kilo artışı, hareketsizlik, kemik dokusu değişimleri, kas gücünde azalma gibi problemler yaşanabilmektedir. Erken çocukluk dönemi spor alışkanlığının kazanılmasının temellerinin atıldığı bir süreçtir (Özer ve Özer, 2012).

Okul öncesi çocuklarda oyunlar aracılığıyla gerçekleştirilen egzersizler hem bu dönem hem de yetişkinlik döneminde sağlık üzerinde olumlu etkiler yapmaktadır. Çocukların spor yapmalarını, oyun oynamalarını etkin şekilde yapabilmeleri, fiziksel hareketliliğe teşvik edilmeleri sağlık açısından önemlidir. Bu hususta ebeveynler başta olmak üzere, öğretmenlere, doktorlara, spor bilimcilerine önemli bir görev düşmektedir (Çelik ve Yenal, 2020). Aynı zamanda egzersize katılımın, iş yaşam kalitesine etki eden bir faktör olduğu söylenebilmektedir (Karataş, 2021).

Okul Öncesi Dönemde Oyun ve Spor Etkinliklerinin Önemi

Erken çocukluk döneminde nesne kontrol becerileri ve lokomotor becerilerini içeren motor becerilerin ilerleyen dönemde oyun ve spora önemli katkısı olmaktadır. Temel hareket becerilerinin çocuklarda büyüme ve gelişme sonucunda kazanıldığı, çevrenin ise bunda etkisinin oldukça az olduğu ileri sürülmektedir. Ancak çocuklar için sunulan hareket eğitimi ve fırsatların becerilerin gelişiminde önemli bir etkisi bulunmaktadır (Güven, 2005). Okul öncesi eğitimde oyun etkinlikleri yanında beden eğitimi ve spora yönelik derslerin olduğu bilinmektedir (Duman, 2014). Ancak bu dönem beden eğitimi etkinliklerinin gerek uygun mekân olmaması gerekse öğretmenlerin fiziksel aktivitelere olan ilgisinin fazla olmaması gibi nedenlerden dolayı yeterince yapılamadığı belirtilebilir. Beden eğitimi ve spor etkinliklerine yönelik programların doğru planlanmaması ve uygulanmaması eğitimde yaşanan önemli bir eksiklik olarak görülebilir. Çocukların hareketsiz bir yaşamdan uzaklaştırılması için en uygun etkinliğin beden eğitimi ve spor programlarının olduğu ifade edilmektedir (Özer ve Özer, 2012).

Hareket etkinlikleri olarak nitelendirilebilecek olan oyun ve spor, çocuklarda fiziksel gelişim başta olmak üzere sosyal, duygusal ve bilişsel gelişimi desteklemektedir (Duman, 2014). Çocuklar erken çocukluk döneminde altı yaşına geldiklerinde gelişimsel olarak temel hareketlerin tümünü olgun aşamada yapmak için hazır olmalı, motor gelişiminin spor yönüne bunları aktarmaya başlamalıdır. Ancak özellikle Covid-19 sürecinde okul öncesi çocukların evde kalmaları, eğitimin uzaktan yapılması gibi nedenlerle gelişimsel olarak temel hareketleri yeterli düzeyde yapamadıkları ileri sürülebilir. Erken çocukluk döneminde çocukların harekete yönlendirilmesi durumunda spor, zorunlu yaşam ihtiyacı haline gelmektedir. Çocuklarda temel hareket becerileri geliştiğinde, özelleşmiş becerilerin geliştirilmesi ve bunların yaşam boyu spor, oyun, rekreasyonel ve dans aktivitelerinde kullanımı mümkün olabilecektir. Okul öncesi dönem temel hareket becerilerinin edinilmesi bakımından önemli

bir süreçtir (Özer ve Özer, 2012). Çocukların erken dönemde spora yönlendirilmesinde ebeveynlerin öğrenim düzeyleri, gelir düzeyleri, çocuğun spor yapmasına olumlu yaklaşma ve aile bireylerinde sporcu olma durumlarının etkili olduğu belirlenmiştir (Kotan ve Yaman, 2009).

3. SONUÇ

Covid-19 sürecinde okul öncesi çocuklarda oyun ve spor üzerine güncel yaklaşımların ele alındığı çalışmada, erken çocukluk döneminde hareket etkinliğini sağlayan oyun ve spor etkinliklerinin önem arz ettiği ortaya konmaya çalışılmıştır. Hareket etkinliği, çocuklarda temel hareket becerilerini geliştirmeyi ve buna bağlı olarak çocuklarda motor, fiziksel, dil, bilişsel, duygusal ve sosyal gelişim alanlarının gelişmesini, öz bakım becerilerine katkı yapmayı amaçlamaktadır. Çocuklarda fiziksel ve motor yeterlilikleri, algısal motor gelişimleri ile nesne kontrolü, yer değiştirme, denge becerileri gibi hareket becerilerinin geliştirilmesini kapsayan etkinlikler olmaktadır. Bu etkinliklerde çocukların beden farkındalığı, temel hareket becerileri, fiziksel yeterlilikleri ve motor yeterliliği gelişir. Çocukları güdüleyen, bireysel özelliklerini dikkate alan, benlik algıları ve özgüvenlerini pekiştirebilecek etkinliklere önem verilmelidir. Covid-19 sürecinde çocukların hareketsiz bir yaşam tarzının etkisinde olmaları dikkate alınarak, etkinlikler buna uygun planlanmalı ve uygulanmalıdır. Uygulamada çocukların bireysel özelliklerine, çevre düzenlemesine, yaşlarına uygun olan temel hareket becerilerini kazanabilecekleri materyallerin seçimine önem verilmelidir.

Okul öncesi çocukların hareketleri öğrenmede çok istekli oldukları ve hareketleri denedikçe mutluluk duydukları belirtilebilir. Kendi fiziksel kontrollerini sağlayabildikleri ölçüde kendilerini başarılı bulur ve özgüvenleri artar. Oyun oynamak, becerilerini geliştirmek amacıyla dışarıdan gelecek nedenlere ihtiyaçları bulunmaz. Çünkü çocukların bunun için gereken motivasyonları vardır. Bu nedenle çocuklar için spor aktiviteleri düzenlenirken, kendi fiziksel becerilerini öğrenebilecekleri ortamların oluşturulması ve kendilerinden üst düzeyde bir performans beklenmemesi gerekmektedir (Karaman vd., 2012).

Ramazan ve arkadaşlarının (2012) yaptıkları çalışmada çocukların ev ve okul ortamındaki oyunlarını kıyaslanmıştır. Çalışmanın sonucunda okul ortamında oynadıkları oyunların daha fazla olduğu belirlenmiştir. Roopnarine (2012) tarafından yapılan çalışmada

ise, çocukların zorlu ekonomik ve sosyal durumlarda dahi oyun oynadıkları veya içinde yer aldıkları durumları oyunlaştırabildikleri belirlenmiştir.

Sonuç olarak; Covid-19 sürecinden dolayı okuldan uzak kalan çocukların oyun gereksinimlerinin ev ortamında karşılanmasının gelişimleri bakımından önem arz ettiği söylenebilir. Covid-19 sürecinin doğru değerlendirilmesi, çocukların ileriki yaşamlarına ve okul başarılarına katkı yapabilecektir.

Okul öncesi çocuklarda oyunlar aracılığıyla gerçekleştirilen egzersizler hem bu dönem hem de yetişkinlik döneminde sağlık üzerinde olumlu etkiler yapmaktadır. Çocukların spor yapmalarını, oyun oynamalarını etkin şekilde yapabilmeleri, fiziksel hareketliliğe teşvik edilmeleri sağlık açısından önemlidir. Bu hususta ebeveynler başta olmak üzere, öğretmenlere, doktorlara, spor bilimcilerine önemli bir görev düşmektedir (Çelik ve Yenal, 2020).

Okul öncesi çocuklarda Covid-19 sürecinin en az etki ile atlatılması amacıyla kontrollü etkinlik alanlarının oluşturulması, fiziksel etkinlikler yapabilecekleri oyun ve spor alanlarının yaygınlaştırılması, topluma sağlıklı bireyler kazandırılması açısından önem arz etmektedir.

KAYNAKÇA

- Çakır, Z. (2020). The effects of the covid-19 pandemic on sports, athletes and trainers during the normalization phase. *The Online Journal of Recreation and Sports*, 9(3), 45-58.
- Çakır, Z., Gönen, M., & Ceyhan, M. A. (2021). Lise Öğrencilerinin Fiziksel Aktivitelere Katılımını Engelleyen Faktörlerin İncelenmesi. *Spor Bilimlerinde Güncel Konular ve Yaklaşımlar-2* (pp. 144-163).
- Çelik, F. ve Yenal, T. H. (2020). Covid-19 ve Hareketsiz Yaşam. *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*, 3 (2), 249-259. DOI: 10.38021/asbid.804705.
- Daniels, S., Arnett, D., ve Eckel, R. (2005). Overweight in children and adolescents: pathophysiology, consequences, prevention and treatment. *Circulation*, 111, 1999-2012.
- Duman, G. (2014). *Hareket eğitime giriş, Okul Öncesi Dönemde Beden Eğitimi* (Ed.: Duman G), Her Yönüyle Okul Öncesi Eğitim-6, Ankara: Hedef Yayıncılık.
- Erbaş, Ü. (2021). Effect of physical activity level and behavioral regulations in exercise on successful aging. *Progress in Nutrition*.
- Erbaş, Ü. (2020). The Relationship of Physical Activity Level and Recreation Area. *International Journal of Recreation and Sports Science*, 4(1), 18-27.

- Gökçe, N., Erdoğan, B. M., Kızıl Yatmaz, A., Avaroğlu, N. ve Çok, Y. (2021). Okul Öncesi Dönem Çocuklarının Covid-19 Salgın Süreci ve Etkilerine İlişkin Görüşleri. *Eğitim ve Yeni Yaklaşımlar Dergisi*, 4 (1), 101-113. DOI: 10.52974/jena.936048.
- Güven, N.M. (2005). *Okul Öncesi ve İlköğretimde Beden Eğitimi* (4.baskı), Ankara: Kök Yayıncılık.
- Heper, E. (2012). *Sporla ilgili kavramlar ve sporun tarihsel gelişimi*, *Spor Bilimlerine Giriş* (Ed.: Ertan H), Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Yayınları no:2509.
- Jiao, W. Y., Wang, L. N., Liu, J., Fang, S. F., Jiao, F. Y., Pettoello-Mantovani, M., ve Somekh, E. (2020). Behavioral and Emotional Disorders in Children during the COVID-19 Epidemic. *The Journal of Pediatrics*. doi.org/10.1016/j.jpeds.2020.03.013.
- Karaman Ç, Son M, Bayazıt B, Dinçer Ö, Çolak E (2012). Spor yapan ve yapmayan 10-12 yaş grubu çocuklarda benlik saygısının incelenmesi, *I.Rekreasyon Araştırmaları Kongresi*: 431-438, 12-15 Nisan, Kemer/Antalya.
- Karataş, İ. (2021). Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenlerinin İş Yaşam Kalitesi Düzeylerinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi: Bayburt ve Erzurum İlleri Örneği. *International Journal of Contemporary Educational Studies*, 7(2), 480-499.
- Karatas, I. ve Akyuz, H. (2021). Investigation of the Relationship Between the Two-Dimensional Self-Esteem Perceptions and Leadership Orientations of the Faculty of Sports Sciences Students. *Education Quarterly Reviews*, 4(4), 492-505.
- Koçyiğit, S., Tuğluk, M. N. ve Kök, M. (2007). Play as Educational Activity in the Child's Development Process [Çocuğun Gelişim Sürecinde Eğitsel Bir Etkinlik Olarak Oyun]. *Journal of Ataturk University Kazım Karabekir Faculty of Education [Atatürk Üniversitesi Kazım Karabekir Eğitim Fakültesi Dergisi]*, (16), 324–342.
- Kotan Ç., ve Yaman Ç (2009). İlköğretim okullarında okuyan sporcu öğrencilerin spor yapmalarında okul ve aile faktörünün etkisi (Sakarla ili örneği), *Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 3(1), 49-58.
- Lifter, K., Foster-Sanda, S., Arzamarski, C., Briesch, J. ve McClure, E. (2011). Overview of play: Its uses and importance in early intervention/early childhood special education. *Infants & Young Children*, 24(3), 225–245.
- Mart, M., ve Kesicioglu, O.S. (2020). Parents' opinion to play at home during COVID-19 pandemic. *Turkish Studies*, 15(4), 945-958. <https://dx.doi.org/10.7827/TurkishStudies.44381>
- Kul, M., Çatıkkaş, F., Türkmen, M., & Akyüz, H. (2015). The Role of Sports in recreational activities. *The Online Journal of Recreation and Sport*, 4(1), 40.
- MEB. 2020. Uzaktan Eğitim 31 Mayıs'a Kadar Devam Edecek. <http://meb.gov.tr/uzaktan-egitim31-mayisa-kadar-devam-edecek/haber/20803/tr>, Erişim Tarihi: 04.03.2022.
- Nestor, O. ve Moser, C. S. (2018). The importance of play. *Journal of Occupational Therapy, Schools, and Early Intervention*, 11(3), 247–262.
- Özer D.S, Özer K. (2012). *Çocuklarda motor gelişim* (7.baskı), Ankara: Nobel Yayınları.
- Ramazan, O., Adak Ozdemir, A. ve Ozdemir Beceren, B. (2012). Evaluation of play from private and public pre-school children's point of view. *Procedia: Social and Behavioral Sciences*, 46, 2852–2856.

- Roopnarine, J. L. (2012). What is the state of play?, *International Journal of Play*, 1(3), 228–230. <http://dx.doi.org/10.1080/21594937.2012.735452>.
- Şahin, T., & Gonen, M. (2020). The Perceived Stress Levels During COVID-19 Quarantine Periods and Physical Activity and Exercise. *Ambient Science*, 7.
- Yeasmin, S., Banik, R., Hossain, S., Hossain, M. N., Mahumud, R., Salma, N., ve Hossain, M. M. (2020). Impact of COVID-19 pandemic on the mental health of children in Bangladesh: A cross-sectional study. *Children and youth services review*, 117, 105277. <https://doi.org/10.1016/j.chilyouth.2020.105277>
- Yücel, B, Ala Görmez, A. (2019). SARS-Corona Virüsüne Genel Bakış. *Türkiye Teknoloji ve Uygulamalı Bilimler Dergisi*, 2 (1), 32-39.