

Hareket ve Oyun Temelli Uygulamaların Çocukların Fiziksel ve Motor Gelişimindeki Önemi

The Importance of Movement and Game Based Applications in Physical and Motor Development of Children

Prof. Dr. Betül BAYAZIT

Kocaeli Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Rekreasyon Bölümü, Kocaeli, Türkiye

betul.bayazit@kocaeli.edu.tr

ORCID: 0000-0003-3547-2035

Öz

Araştırmanın amacı, fiziksel ve motor gelişimin çocukların hem gelişim sürecinde hem de ileriki yaşlarda sağlıklı ve verimli bir yaşam sürdürebilmeleri için büyük bir önem taşıdığına ifade edilmesidir. Özellikle ailelerin ve eğitimcilerin bu süreci doğru uygulayabilmesinde ve yönetebilmesinde katkı sağlamaya çalışmaktadır. Oyun, çocuğun kendi yöntemleriyle deneyimlerini kazanma yolu olarak da kullanmasını sağlayan önemli araçlardan biridir. Oyun, hareket ve spor eğitiminin küçük yaşlarda çocuklara kazandırılmasında hem yaşam bilinci hem de spor kültürü oluşturmada büyük önem taşımaktadır. Çocuklara sunulan spor eğitimi ortamlarının güvenli olması ve eğitimlerin çocukların yaşlarına, gelişim düzeylerine, algı seviyelerine, bireysel farklılıklarına, ihtiyaçlarına ve becerilerine uygun olarak düzenli ve sistemli bir şekilde planlanması, programlanması ve uygulanması çocuklara katacağı değeri de artırmaktadır. Annelerin-babaların, beden eğitimi öğretmenlerinin ve antrenörlerin çocukların spora katılımını sağlamadaki en önemli rolü, çocukları kendi yapabildiklerine göre değerlendirip onlara her zaman cesaret vermeleri ile birlikte istedikleri sporu yapabilmeleri için tercih hakkı tanımaları ve hedeflerini belirlemede yol gösterici olabilmeleridir.

Anahtar Kelimeler: Çocuk, Hareket, Oyun, Fiziksel Gelişim, Motor Gelişim.

Abstract

The aim of this research is to express the importance of physical and motor development in child development process and maintaining a healthy and productive lifespan. Contributing to the families and educators on implementing and managing this process correctly was intended. Play is one of the most important tool which enables children to gain experience by their own way. Bringing game, movement and sports education to children at a young age has a great importance in creating life awareness and sports culture. The safety of sports education environments, systematic planning and implementation of education programmes according to the age groups, developmental and perception levels, individual differences, needs and skills of the children would increase the quality of these programmes. The most important role of parents, physical education teachers and coaches on ensuring children's participation in sports is to evaluate children's capacity correctly, encourage them to choose the right sports branch and guide them to set their goals.

Keywords: Child, Movement, Game, Physical Development, Motor Development.

Giriş

İnsan çocukluğunu yaşadığı ya da oyun oynadığı sürece gelişimine önemli bir değer katabilmektedir. Oyun her yaş grubundaki bireyin yaşamında önemli yer tutan faaliyetlerdendir. Yetişkin bireyler için eğlenmenin, dinlenmenin, boş zaman etkinliği içerisinde bulunmanın temeli olarak görülen oyunun çocuklarda yaşamı, çevreyi tanıma ve insanları anlama, değerlendirme aracı olduğu ifade edilebilir (Yörükoğlu, 2007). Çocukluk, gerçek yaşama bir hazırlık dönemi olmayıp amacı bizzat kendinde ve kendine özgü gereksinimleri bulunan bir yaşam kesitidir (Kılbaş, 2001).

Geniş bir yaş dönemini kapsayan ve son derece çeşitli gereksinimleri, yetenekleri ve potansiyelleri içeren çocukluk; oyun, öğrenim ve yetişme çağıdır. Bu nedenle gün boyu çalışmaya zorlanması çocuğun eğitimini, sağlığını, beden ve kişilik gelişimini olumsuz yönde etkiler (Akarslan, 1997). Çocuğun çocukluk döneminde en ciddi uğraşının oyun, en ciddi işinin de oyun olduğu vurgulanmaktadır. Çocuk oyun sırasında coşkularını ve duygularını geliştirebilme fırsatı bulabilmektedir. Hemen hemen her toplumda çocuk ve çocukluk dönemi, insanların kolay iletişim kurabildiği ve bir empati alanı yarattığı için önemli bir yere sahiptir (Mungan, 2011). Oyun, bireylerin yaşamıyla birlikte başlayan, değişerek ve gelişerek sürdürülen, farklı ilgi ve ihtiyaçların en doyurucu kaynaklarından biridir (Tuğrul, 2010). Oyunun çocuğun kendini ifade etmesinde, tepkide bulunabilmesinde ve etkileşim kurup topluma en iyi şekilde uyum sağlamasında da etkili bir yöntem olduğu söylenebilir.

İnsan, ömrünü hem daha sağlıklı hem de daha nitelikli bir şekilde devam ettirebilmesi amacıyla hareket etmeye gereksinim duymaktadır (Koç ve Tekin, 2011). Bu ihtiyacın da giderilmesinin en önemli döneminin çocukluk dönemi olduğu vurgulanabilir. Çocukluk döneminin hem geniş bir yaş aralığını kapsayan ve aynı zamanda da çeşitli ihtiyaçları, yetenekleri, becerileri ve potansiyelleri içeren bir dönem olmasından dolayı, çocukların öğrenme ve yetişme çağı olarak değerlendirilebilir. Ayrıca çocukluk dönemi, gerçek yaşama bir hazırlık dönemi olmayıp amacı bizzat kendinde ve kendine özgü gereksinimleri bulunan bir yaşam kesitidir. Bundan dolayı, her çocuğu bireysel değerlendirmeli ve onun biricik özellikler taşıdığı kabullenilmelidir (Köktaş Kılbaş, 2004). Çocuk oyun içerisinde bedensel yetkinliklerini geliştirebilmekte, ayrıca hareket ve davranış olgunluğu da kazanabilmektedir.

Çocukluk döneminde çocuklara fiziksel ve motorsal aktivitelerin yoğun olduğu etkinliklerin yaptırılarak onların yaşları gereği ihtiyaçları olan hareketlilik sağlanmalı ve enerjilerini bu yönde kullanmalarına olanak verilmelidir. Çocukların bu tür aktivitelerle arkadaşlarına yaklaşımları, sosyalleşmeleri, fark edemedikleri yönlerini ortaya çıkarabilmeleri açısından da büyük önem taşıdığı söylenebilir. Çocukların aktif olarak katılabilecekleri sportif aktivitelerin artırılması kendilerini daha iyi tanıyabilmelerine, grup bilinci oluşturabilmelerine, yardımlaşma ve birçok konuda gelişimlerine destek olabilecektir. Çocuğun bedensel, ruhsal ve bilişsel yönden hem daha sağlıklı gelişimi hem de eğitimi için oyunun beslenme ve uyku kadar son derece önemli ve gerekli olduğu unutulmamalıdır. Çocuklar hem kişiliklerini hem becerilerini hem de zekâ bütünlüklerini oyun içerisinde geliştirmektedirler. Çocuklar için oyun, hem temel ihtiyaçlarından biri hem de vazgeçilmez olan önemli bir etkinliktir (Memiş, 2006).

Çocuklar davranışlarını geliştirirken büyük ölçüde ailelerinden etkilenmekte ve çevresel faktörlerin etkisinde kalabilmektedirler. Bundan dolayı ailelerin ve eğitimcilerin çocuklara uygun olan egzersizleri belirlerken aynı zamanda kazanma ve kaybetme ile ilgili de uygun yorumlar yapmaları önemlidir.

Bu bağlamda, yapılan çalışmada çocukların gelişiminde sportif rekreatif içerikli uygulanan oyunların büyük önem taşıdığı belirtilmesi, çocuğun yaşamı anlama ve algılama süreçlerinde hem kendisine hem de çevresine değer katabilmesi için hem ailelere hem de eğitimcilere bir farkındalık oluşturulması amaçlanmıştır. Çocuğu kendi isteklerimiz ve amaçlarımız yönünde programlamak değil onun yetenek ve özellikleriyle yönlendirmek, eğitmek olduğu unutulmaması gereken en önemli noktalardan biri olarak değerlendirilmelidir.

1. Oyunun Çocukların Gelişimindeki Yeri ve Önemi

Çocukluk dönemi, yaşam için gerekli olan birçok alışkanlığın ve gelişimin temelini oluşturmaktadır. Çocukların gelişmesi için sevgi, ilgi, eğlenme ve oyun oynama önemli bir ihtiyaçtır. Oyun, çocukluk döneminde öğrenme, üretme, deneyim kazanma, iletişim kurma aracı iken yetişkinlik döneminde yorgunluk ve sıkıntılardan kurtulma aracı olarak değerlendirilebilir (Sel, 1987). Oyun çocuğun kendi yöntem-

İnsan organizmasında sistemlerin optimal fonksiyonlarının gelişmesi ve bu fonksiyonların ahenkli çalışabilmesi için hareket uyarımına ihtiyaç vardır. Hareket, zaman ve mekân içinde oluşan ve sürekli olarak bir hedefe yönelik dinamik bir süreç içinde, insan vücudunun ya da vücudun çeşitli organlarının yer, durum ve çabukluk değişimleri olarak ifade edilmektedir (Şahin, 2005).

Hareket içerikli oyunlar, çocuğun hem büyük hem de küçük kaslarında kılma ve uzamalarla çalışma halindedir. Kalp atışı artmakta, kan dolaşımı hızı ve solunum normalin üs-



Şekil 1. Oyun Örnekleri (<https://www.martilarus.com/202/okul-oncesi-donemde-oyun-ve-arkadaslik-illiskileri.jpg>)

leriyle deneyimlerini kazanma yolu olarak da kullanmasını sağlayan önemli bir araç olarak da ifade edilebilir.

Oyun; çocuğa yön veren, sosyal yaşamı içerisinde onu topluma en iyi şekilde hazırlamaya çalışan ve doğru davranışlar geliştirmesinde etkili olan önemli bir unsurdur (Alıncak ve Tuzcuoğulları, 2016). Oyun aynı zamanda çocuğun kas sistemini geliştirirken çocukta biriken enerjinin doğru yerde ve zamanda kullanılması el-göz koordinasyonunu da geliştirebilmektedir. Çocukta var olan enerjinin harcanamaması çocuğun ileriki yaşlarda bazı sorunlarla karşılaşmasına da neden olabilir. Oyunun kas hareketlerine dayanan etkinlikler olduğunu büyüme ve gelişmeyi sağladığını, kasları kuvvetlendirip geliştirdiği ve vücut direncini arttırdığı da ifade edilmekte olup (Karaküçük, 1995) oyun oynamak çocuklarda ince-kaba motor becerilerinin ve kemik yapılarının sağlıklı gelişmesini de sağlamaktadır.

tüne çıkmaktadır. Bunun sonucunda da derinleşen ve sıkışan solunum sayesinde kana havadan bol oksijen geçmektedir. Dokulara giren oksijen orada besinleri yakarak vücuda enerji sağlamaktadır. Ayrıca kan dolaşımının normalden hızlı olması dokulara daha çok besin taşımaya yardımcı olmakta ve böylece kaslar da gelişme olanağına kavuşmaktadır (Sel, 1987). Her bireyin bireysel farklılıkları vardır. Gelişim biyolojik olgunlaşmadan etkilenmektedir fakat biyolojik olgunlaşmanın ortaya çıkabilmesi için zamanında öğrenmelerin olması gerektiğinin unutulmaması önemlidir (Erden ve Akman, 2007). Motor gelişim alanının anlaşılmasının temelinde büyüme, gelişim, olgunlaşma ve motor davranış kavramlarının olduğu unutulmamalıdır (Aşçı ve Kırazcı, 2014). Bu bağlamda, oyun, çocukların hayatındaki yaşamlarının kuralları ile karşısına geldiği, yaşamı tanımasında ve yeteneklerinin gelişmesi yönünden önemli olgulardan biri olmaktadır.

2. Oyunun Çocukların Fiziksel Gelişimindeki Yeri ve Önemi

Sağlıklı bir toplum için, çocukların fiziksel uygunluk düzeylerinin dengeli olarak gelişimi önemli bir temel dayanaktır. Oyun anlam bakımından zengin bir işlev taşımaktadır (Dever, 2015). Bireyin fiziksel, motorsal, bilişsel, duygusal ve sosyal alanlardaki gelişimi bir bütün olarak ilerletmekte, bir alanda olumlu ya da olumsuz gelişimi diğer alandaki gelişimini de aynı yönde etkileyebilmektedir (Senemoğlu, 2005).

Oyun yoluyla çocuğun psikomotor becerileri, gücü, tepkisi, dikkati artmakta, büyük-küçük kaslarının denetimi kontrol altına alınmakta, dengesi, hareketlerdeki esnekliği ve çevikliği sağlanmaktadır. Çocuklar bedenlerini kontrol etmeyi, geliştikçe öğrenmektedirler. Çocukların vücut dengesini ve organları arasındaki uyumlu hareketi sağlamak için uygulanan çalışmalar büyük-küçük kasların gelişmesini sağlar (Poyraz, 2003). Psikomotor gelişim süreciyle ilgili fiziksel uygunluk, hem sağlığa hem de hareket becerilerine bağlı öğeleri içermektedir. Bunlar; kalp-dolaşım sistemi dayanıklılığı, kuvvet, kas dayanıklılığı, esneklik, vücut kompozisyonu, çeviklik, denge, beceri, koordinasyon, güç ve sürat olarak ifade edilebilir (Gökmen, Karagül ve Aşçı, 1995).



Şekil 2. Oyun örnekleri (<https://hareketlioyunorneklere.wordpress.com/oyunun-onemi.jpg>)

3. Oyunun Çocukların Motor Gelişimindeki Yeri ve Önemi

Oyun bir etkinlik, bir harektir (Aksoy ve Çiftçi, 2014). Çocuğun oyun yoluyla psikomotor becerileri, büyük-küçük kaslarının denetimi, dengesi, hareketlerdeki esnekliği ve çevikliği artmaktadır. Çocuklar bedenlerini kontrol etmeyi büyüdükçe ve geliştikçe öğrenmektedirler. Çocukların vücut dengesini ve organları arasındaki koordineli hareketi sağlamak için uygulanan çalışmalar çocuklarda büyük-küçük kasların gelişmesini sağlamaktadır. Kaslar, öğrenilen hareketleri bilmedikleri hareketlere göre daha kolay yapabilmektedirler.

Okul öncesi dönemde çocuklara uygulanan hareket içerikli uygulamalar içerisinde yer alan; tırmanma merdivenleri, kayma olukları, atlama ipleri, bisikletler büyük kasların

gelişmesine; denge tahtası, bloklar, el işleri ve benzeri araç gereçlerle yapılan çeşitli oyunlar da küçük kasların gelişmesine yardımcı olmaktadır (Poyraz, 2003). Özellikle müzik eşliğinde yapılan ritmik hareketler ve danslı oyunlar, kuralları az ve öğrenilmesi kolay mücadeleyi gerektiren oyunlar çocuğun ilgisini çeker. Çocukların en önemli eğitim ve öğrenme aracının oyunlar olduğu hem aileler hem de eğitimciler tarafından benimsenmelidir. Çocuğa, oyun ve hareket etmenin verdiği sevinç, heyecan ve başarı ile bitirme gibi deneyimler çocuğun kendine güveninin gelişmesine yardımcı olmaktadır (Özer ve Özer, 2021).

Okul öncesi dönemde çocuklar, dikkatlerinin dağınık olmasından dolayı, ağır kurallara bağlı olmayan ve özgürce yapabilecekleri hareketlerden hoşlanmaktadırlar. Bu dönemde devamlı bir gelişim söz konus olduğundan özellikle asılmalar, sallanmalar, dönmeler, yuvarlanmalar, atıp tutmalar, tutunarak inip çıkmalar ve ağır olmayan topla yapılacak egzersizler faydalı olabilmektedir (Poyraz, 2003). Çocuklar hayatı yaşadıkları toplumun ve çevrenin özelliklerine göre öğrenmektedirler. Çocuklar oyun oynama sırasında hem çevresini keşfetme hem de düşünme ve öğrendiklerini değerlendirme becerilerinin gelişmesine olanak tanımaktadırlar.

Oyun temelli hareket eğitimi çalışmaları içerisinde bulunan çocuk; yardımlaşma, rekabet, yarışma, mücadele, acı, neşe, kişiliğini bulma gibi özellikleri yaşayarak kazanma fırsatı da bulabilmektedir.



Şekil 3. Oyun örnekleri (<https://app.emaze.com>)

Hareket ve oyun birbirini tamamlayan ve birbirinden ayrı düşünülmemesi gereken iki kavramdır. İnsanın beden ve ruh sağlığını geliştirmek ve iradesini güçlü kılmak gibi kişinin keşfedilmemiş özelliklerini ve yaratıcı yönünü harekete geçiren önemli bir faktördür (Erkal, 1982). Bedensel hareketlenmenin öğrenmeyi aktif bir sürece geçirdiği bilinmekle birlikte aynı zamanda oyun oynayan çocuğun becerilerini de geliştirdiği ifade edilmektedir (Arabacı ve Çıtak, 2017). Çocuklar spor yapma sırasında birbirleriyle etkileşim içinde olmakta ve belli kuralları öğrenmektedirler (Yıldız ve Çetin, 2018). Çocuk hareket içerisinde iken kendini hem sağlıklı bir şekilde toplumsallaştırmakta hem fiziksel, motorsal ve psikolojik olarak geliştirmekte hem de daha sağlıklı bir bedene sahip olabilmektedir (Dever, 2015).



Şekil 4. Oyun Örnekleri (https://www.freepik.es/vector-premium/gente-hace-diferentes-tipos-deportes_1498119.htm.jpg)

Motor gelişimi, çocuklarda hareket gelişimini ifade etmektedir. Bu durum çocukta gelişim gösteren hareketlerde yetenekleriyle beden kontrolünün sağlanması anlamına gelmektedir (Günel, 2016). Dinamik sistem teorisine göre yeni eylemlerin yeteneği;

→ Beden eylem kapasitesi (kişisel farklılıkları)

→ Çocuğun koymuş olduğu amaçlar

→ Yeteneği kazanmasında çevrenin bahsettiği olanaklar açısından

kazanım sağlamaktadır. Bunun yanı sıra motor yeteneklerinin

uzmanlaşmasında uygulamaların yapılması gerekmektedir (Berk, 2013). İlköğretim çağlarında sporla ilgili faaliyetlere katılım sağlayan ve düzenli şekillerde bedensel hareketleri sürdüren çocukların okulda başarılı olmasında, fiziksel ve iletişimle ilgili davranışlarında pozitif yönlü değişimlerin olduğu belirtilmektedir (Desdicioğlu ve Malas, 2006). Çocuklar kendi bedenini kullanabileceği oyunların kurallarını öğretebilecek hareket eğitim uygulamalarından pozitif yönde etkilenmektedir. Ayrıca, fiziksel aktivitelerin yapıldığı anda sayma, ölçümleme, karşılaştırmayla ilgili oyunlar ile matematiksel yeteneklerinde de gelişim sağlayacağı tahmin edilmektedir (Stöckel ve Hughes, 2016).

Sonuç

Çocukların hareket alanlarının artması, hareketsiz yaşama neden olan unsurların ortadan kaldırılması, düzenli olarak fiziksel aktivitelere iyi, doğru, sistemli, yaşa uygun hazırlanan motor uygulamalara katılımının sağlanması, bu çalışmaların

eğlenceli ve keyifli bir içerik taşıması ile birlikte çeşitlilik, değişkenlik ve süreklilik ilkelerine bağlı kalınarak planlanması aktif yaşam ve spor kültürü kazanılmasında önemli bir değer yaratacağı düşünülmektedir.

Kaynakça

- Akarslan, M. (1997). Ana Hatlarıyla Çocuk Hakları ve Çocuk Hakları Mevzuatı. İstanbul: Alfa Yayınları.
- Aksoy, A.B. ve Çiftçi Dere, H. (2014). Erken Çocukluk Döneminde Oyun. Bölüm 1: Erken Çocukluk Döneminde Oyun ve Oyunun Gelişimsel Katkıları. Pegem Akademi. (1. Basım). Ankara: Ayrıntı Basın Yayıncılık.
- Alıncak, F. ve Tuzcuoğulları, T. (2016). The Evaluation of Violent Content Games for Children's Development. European Journal of Physical Education and Sport Science, 2(5), 61-67.
- Alp, H. ve Çamlıyer, H. (2016). Otistik Çocuklarda Görülen Davranış Problemlerinin Düzeltmesiyle Hareket Eğitimi ve Fiziksel Aktivitelerin İlişkisi. Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi, 5(2), 252-264.

- Arabacı, N. ve Çıtak, Ş. (2017). Okul Öncesi Dönemdeki Çocukların “Oyun” ve “Açık Alan (Bahçe)” Etkinlikleri ile İlgili Görüşlerinin İncelenmesi ve Örnek Bir Bahçe Düzenleme Çalışması. Akdeniz Eğitim Araştırmaları Dergisi 2017, 11(21), 28-43.
- Aşçı, H. ve Kirazcı, S. (2014). Spor Bilimlerinin Psikoloji Temelleri. Spor Bilimlerine Giriş. N. Mirzeoğlu (Editör). (6. Basım). Ankara: Spor Yayınevi ve Kitabevi.
- Baltacı, G. (2008). Çocuk ve Spor. Sağlık Bakanlığı Yayın No: 730. (1. Basım). Ankara: Klasmat Matbaacılık.
- Berk, L.E. (2013). Bebekler ve Çocuklar. Doğum Öncesinden Orta Çocukluğa. (7. Basım). Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Desdicioğlu, K. ve Malas, M.A. (2006). Fetal Büyümeye Etki Eden Maternal Faktörler. Süleyman Demirel Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi, 13(2), 47-54.
- Dever, A. (2015). Spor Sosyolojisi (2. Basım). Ankara: Siyasal Kitabevi.
- Erden, M. ve Akman, Y. (2007). Gelişim ve Öğrenme. (16. Basım). Ankara: Arkadaş Yayınevi.
- Erkal, M. (1982). Sosyolojik Açından Spor. İstanbul: Filiz Kitabevi.
- Gallahue, D.L., Ozmun, J.C. and Goodway, J.D. (2014). Motor Gelişimi Anlamak. Bebekler, Çocuklar, Ergenler, Yetişkinler (D.S. Özer ve A. Aktop, Çev. Ed.). Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Gladwell, W. (2011). Outliers: The Story of Success. New York: Back Bay Books.
- Gökmen, H., Karagül, T., Aşçı, H. (1995). Psikomotor Gelişim. Ankara: GSGM. Yayın No:139.
- Günel, M.K. (2016). Erken Müdahalede Gelişimsel Değerlendirme: Fizyoterapist Gözüyle. Nilgün Baysal Metin ve Bahar Güçüz Doğan. Erken Müdahalede İlk Aşama: Tanılama içinde (s.95-123). Ankara: Hacettepe Üniversitesi Yayınları:102
- Karaküçük, S. (1995). Rekreasyon Boş Zamanları Değerlendirme. Kavram Kapsam ve Bir Araştırma. Ankara: Seren Matbaacılık.
- Kasap, H. (2005). Spor Kültürü Odaklı Disiplinler Arası Öğretim Yaklaşımı. 4. Ulusal Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Sempozyumu, 10-11 Haziran. Bursa.
- Kılbaş, Ş. (2001). Rekreasyon Boş Zamanı Değerlendirme. Adana: Anaca Yayınları.
- Koç, H. ve Tekin, A. (2011). Beden Eğitimi Derslerinin Çocuklarda Seçilmiş Motorik Özellikler Üzerine Etkisi. Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi Özel Sayısı, 9-17.
- Köktaş, Kılbaş, Ş. (2004). Rekreasyon Boş Zamanı Değerlendirme. (3. Basım). Ankara: Nobel Yayınları.
- Memiş D.A. (2006). Oyunun Çocuk Gelişimine Etkisi ve Eğitimdeki Önemi, Ulusal Sınıf Öğretmenliği Kongresi, 14-16 Nisan, Gazi Üniversitesi, Ankara, Kök Yayıncılık, II, 442-448.
- Mischel, W. (2016). Marshmallow Testi: Otokontrolde Ustalaşmak. İstanbul: Pegasus Yayınları.
- Mungan, M. (2011). Büyümenin Türkçe Tarihi (5. Basım). İstanbul: Metis Yayınları.
- Özer, D. S. ve Özer, M. K. (2021). Çocuklarda Motor Gelişim. (11. Basım). Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Poyraz, H. (2003). Okul Öncesi Dönemde Oyun ve Oyuncaklar. Ankara: Anı Yayıncılık.
- Sel, R. (1987). Anaokulunda Oyun. (3. Basım). Ankara: Yeni Uğur Matbaası.
- Stöckel, T. ve Hughes, C. M.L. (2016). The Relation Between Measures of Cognitive and Motor Functioning in 5 to 6 year-old Children. Psychological Research, 80, 543-554.
- Şahin, H. M. (2005). Beden Eğitimi ve Spor Sözlüğü. (1. Basım). İstanbul: Morpa Kültür Yayınları.
- Senemoğlu, N. (2005). Gelişim Öğrenme ve Öğretim Kuramdan Uygulamaya. (12. Basım). Ankara: Gazi Kitabevi.
- Tuğrul, B. (2010). Oyun Temelli Öğrenme. R. Zembat (Ed.), Okul Öncesinde Özel Öğretim Yöntemleri. Ankara: Anı Yayıncılık.
- Yıldız, E. ve Çetin, Z. (2018). Sporun Psiko-Motor Gelişim ve Sosyal Gelişime Etkisi. Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi 5(2), 54-66.
- Yörükoğlu, A. (2007). Değişen Toplumda Aile ve Çocuk. 7. Baskı. Özgür Yayınları. İstanbul.

İnternet Kaynakçası

<https://www.martilarus.com/202/okul-oncesi-donemde-oyun-ve-arkadaslik-iliskileri.jpg> (E.T.12.03.2023)

<https://hareketlioyunornekleri.wordpress.com/oyunun-onemi.jpg> (E.T.12.03.2023)

<https://app.emaze.com/@AQCOLRLI#1.jpg> (E.T.13.03.2023)

<https://www.istockphoto.com/tr.jpg> (E.T.13.03.2023)

https://www.freepik.es/vector-premium/gente-hace-diferentes-ti-pos-deportes_1498119.htm.jpg (E.T.14.03.2023)