

Okula Hazırlık İçin Ne Yapalım?

El ve Parmak Kaslarını Güçlendirme Çalışmaları (İnce Motor Becerileri)

İnce motor becerileri, el, parmak gibi küçük kas gruplarının kullanımını kapsar. Örneğin; kalem tutmak, yazı yazmak, resim yapmak, makas kullanmak, ayakkabı bağlamak, giyinmek gibi. Bu yüzden küçük ellerin güç ve yetenek kazanması için ince motor beceriler çok önemlidir. İnce motor becerileri sayesinde el-göz koordinasyonu her geçen gün gelişir çocukların. Ebeveyn ve büyükler olarak bizler çocukların çeşitli nesnelere oynamasına, keşfetmesine ve birbirleriyle etkileşime girmelerine yardım ederek bu sürecin kazanımlarını arttırabiliriz.

Günlük hayatta, çocukların yaşına uygun işler vermek bile ince motor gelişimine büyük katkılar sağlar. Çamaşır asarken mandalları çocuğunuzun takması, kendi kıyafetlerini katlaması, çoraplarını eşleştirmesi, hamur işi yaparken yumurtayı sürmesi, çörek otu serpmesi, kendi meyvesini soyması ve dilimlemesi, ağır olmayan market poşetlerini taşıması gibi basit aktiviteler çocuğunuzun ince motor becerileri gelişimi için oldukça yararlıdır.

Başka neler yapabileceğimizi örnekleyelim.

- *Çocuğunuzun boyama çalışması yapması hem kalem tutuşunu geliştirecek hem de ince motor becerileri gelişimine katkı sağlayacaktır.
- *Kesme, koparma yapıştırma etkinlikleri de oldukça yararlı olacaktır. Gazete, dergi, el işi kağıdı ne olduğu fark etmez. Çocuğunuzun malzemeleri küçük parçalar halinde koparıp, kesip istediği şekilde yapıştırması yeterli.
- *Bez sıkma, kağıttan top yapma, kavanoz kapağı açıp kapatma gibi basit sıkma etkinlikleri,
- *Süzgeç deliklerinden ayakkabı bağcığı geçirme, mandallardan ürün tasarlama, kavanoza lastik geçirme,
- *İpe boncuk, yüzük makarna dizme,
- *Oyun hamuruyla oynama, lego tarzı oyuncaklarla çeşitli şekiller yapma,
- *Cırt cırt, fermuar açma, düğme ilikleme, vida çevirme,
- *Köpük tabağa kürdanla batır çıkar çalışması,
- *Mercimek, nohut, pirinç gibi bakliyatları karıştırarak birbirlerinden ayırma gibi birçok etkinlik o küçük parmakları güzelce çalıştırır ve güçlendirir.

Basit etkinliklerle zor olan bu süreci sağlıklı bir şekilde tamamlamak mümkün. Yeter ki sizler çocuklarınızın yanında olun ve desteğinizi esirgemeyin. Ve çocuğunuzun öğretmeniyle sürekli iletişim halinde olun, asla iletişiminizi koparmayın. Herhangi bir sorun yaşadığınızda, çocuğunuzun geride kaldığını hissettiğinizde telaşa kapılmadan önce öğretmenle görüşün.

Siz ve çocuğunuz için güzel anılar biriktirmeniz dileğiyle...

Sınıf Öğretmeniniz