Genel bilgi 1

Genel bilgi 5

…….

Genel bilgi 4

…….

Genel bilgi 3

…….

Genel bilgi 2

…….

Sosyal katılım

Ev içi aktiviteleri

Oyun aktiviteleri

İnce motor fonksiyon gelişimi

Kaba motor fonksiyon gelişimi

GMFCS 3

2-4 yaş arası

Yardımcı cihaz önerileri

enter enter enter enter

Genel bilgi 5

6….

Aktiviteler sırasında yardımcı cihaz kullanım önerileri

enter enter enter enter enter

Kaba motor gelişimini destekleyecek aktivite önerileri

Sosyal katılımı destekleyecek aktivite önerileri

Ev içi aktivite önerileri

Oyun aktivite önerileri

İnce motor gelişimini destekleyecek aktivite önerileri

Enter

**Genel bilgi 1 (Kaba motor fonksiyon gelişimi):** SP'li çocuklar bu dönemde sizin ellerinizden destek alarak, kanepenin kenarlarından tutunarak ya da yürüteç ile düzgün zeminlerde yürüyebilirler. Genelde emeklemeyi tercih ederler. Sandalyede otururken ellerinden destek alarak kalkabilirler. Mümkün olduğunca düzgün adımlama yapamazlarsa ilerleyen yaşlarda kalça, diz, ayak bileği eklemlerinde ve gövdelerinde hareketleri büyüme ile birlikte olumsuz etkilenebilir. Ebeveyn olarak ev içerisinde çocuğunuzun destekli de olsa yürüyüşünü gözlemleyiniz. Eğer parmaklarının ucuna basarak yürüyorsa taban teması yapmıyorsa, dizlerini bükerek ya da dizlerini çok geriye atarak yürüyorsa gövdesini çok fazla öne doğru eğiyorsa fizyoterapistinize danışınız.Aşağıda birkaç aktivite örneği bulacaksınız. Eğer daha fazla bilgi almak ya da soru sormak istiyorsanız ….. linkinden fizyoterapistimize danışabilirsiniz.

|  |  |
| --- | --- |
|  | Video 1:  Bütün videolara başlık ve açıklamalar yazılacak…  Ancak bu hafta içi yazmaya çalışacağım ☺ |
|  | Video 2: |
|  | Video 3: |

**Genel bilgi 2 (İnce motor fonksiyon gelişimi):** Normal gelişim gösteren 2- 4 yaş arası çocuklar bu dönemde; küplerden kuleler yapabilir, küçük oyuncaklarını kavrayabilir, oyuncaklarını kutuya toplayabilir, bilgisayar tuşlarına basabilir, akıllı telefonlar üzerinden yönlendirmeler yapabilir, kitap sayfalarını çevirebilir, dört yaşına doğru kalem tutarak boyama yapabilir, hatta yuvarlak şekiller çizebilir. SP'li çocukların çoğu zaman kolların ve ellerin hareket gelişimi de etkilenir. Sizin çocuğunuzda yaşına uygun bazı el becerilerinde zorlanıyor olabilir. Bu aktivitelerde zorlanma çocuğunuzun hiçbir zaman bu aktiviteleri yapamayacağı anlamına gelmez. Düzgün yardımcı cihazlar ve kolaydan zora doğru aktivite tekrarları ile bu beceriler yapılabilir. Aşağıda birkaç aktivite örneği bulacaksınız. Eğer daha fazla bilgi almak ya da soru sormak istiyorsanız ….. linki nden fizyoterapistimize danışabilirsiniz.

|  |  |
| --- | --- |
|  | Video 4: |
|  | Video 5: |
|  | Video 6: |

**Genel bilgi 3 (Oyun aktiviteleri):** Oyun çocuklarınfiziksel, duyusal, duygusal ve sosyal gelişimleri açısından çok faydalı olan aktiviteler bütünüdür. 2-4 yaş grubundaki çocuklarda oyun çağı çocukları içerisine girer. Bu dönemden başlayarak çocukların çevresindeki değişimlere merakı ve ilgisi artar.SP’li çocukların da yaşına uygun oyun aktiviteleri yapması hem fiziksel hem de sosyal gelişimi açısından çok önemlidir. Oyun sırasında dikkat ve motivasyon oyunun devamlılığı için dikkat edilmesi gereken bir husustur. Bu yüzden SP’li çocuklarda çocukların yaşına uygun, gövde, kol, el ve bacaklarının fiziksel kapasitesine uygun oyuncaklar seçilirse çocukların oyuna devam etmeleri sağlanabilir. Ayrıca SP’li çocuklarda oyun önerilerinde bulunurken çocuğun fiziksel kapasitesini de artıracak oyunlar seçmemiz fiziksel gelişimi için de önemlidir. Aşağıda birkaç aktivite örneği bulacaksınız. Eğer daha fazla bilgi almak ya da soru sormak istiyorsanız ….. linkinden fizyoterapistimize danışabilirsiniz.

|  |  |
| --- | --- |
|  | Video 7: |
|  | Video 8: |
|  | Video 9: |

**Genel bilgi 4 (Ev içi aktiviteleri):** 2-4 yaşında tipik gelişim gösteren çocuklarda ellerini yıkama, mutfakta anneye yardımcı olma, kıyafetlerin çamaşır makinesine atılması, kuruduktan sonra toplanması gibi aktiviteler sırasında annesine yardım etme gibi ev içi aktivitelerde rol almaları çocukların gilerleyen yaşlarda günlük yaşam aktiviteleri içerisinde öz-bakım aktivitelerini öğrenmesi için bir basamaktır.SP’li çocukların da yaşıtları gibi ailesine yardımcı olacağı ya da annesi ve babası ile ev içerisinde günlük yaşam aktivitelerini izleme ve yardımcı olma becerilerinin ihmal edilmemesi gerekir. Ebeveynin SP’li çocuğuna biraz zaman ayırarak bu aktiviteleri görmesi ve onunla birlikte yapması çocuklarının özsaygısının ve öz güveninin gelişimini destekleyecektir. Aşağıda birkaç aktivite örneği bulacaksınız. Eğer daha fazla bilgi almak ya da soru sormak istiyorsanız ….. linkinden fizyoterapistimize danışabilirsiniz.

|  |  |
| --- | --- |
|  | Video 10: |
| <https://www.shutterstock.com/video/clip-1019829601-portrait-loving-mother-cute-little-daughter-down> | Video 11: Bu videodaki çocuk SP değil dowm sendrolmlu yani hastalıkları farklı ama yüzleri flulaştırılabilirse anlaşılmaz. Görev ise aynı mıtfakta ailesine destek olması |
| <https://www.shutterstock.com/video/clip-1079114969-father-down-syndrome-son-indoors-kitchen-washing> | Video 12: Bu videodaki çocuk SP değil dowm sendrolmlu yani hastalıkları farklı ama yüzleri flulaştırılabilirse anlaşılmaz. Görev ise aynı mıtfakta ailesine destek olması |

**Genel bilgi 5 (sosyal katılım):** Sağlıklı 2-4 yaş arası çocukların ev dışında kreş, oyun parkları, yeşil alanlar gibi farklı zeminler (çimli, kumlu, sert, yumuşak, çamurlu gibi…) içeren kendi yaşıtları da dahil farklı yaşlarda insanların ve diğer canlıların olduğu geniş açık hava alanlarında aktivitelere katılması sosyal rol gelişimini destekler. Anne ve baba ile çocuğun iletişim becerilerini artırır. SP’li çocukların da fiziksel olarak özel gereksinimi ne kadar fazla olursa olsun ailesi ile birlikte, fizyoterapistlerin önerdiği yardımcı cihazlarla birlikte haftanın belli günleri kendi yaşıtlarının olduğu parklara, oyun alanlarına gitmesini öneririz.Siz de çocuğunuzun sizinle, dış çevre ile sosyal ortamlara katılarak iletişim kurmasına izin veriniz. İki yaşından sonra doktorunuzun da onayı olursa kontrollü bir şekilde yüzme, ata binme gibi sosyal aktiviteler de yapabilirsiniz. Aşağıda birkaç aktivite örneği bulacaksınız. Eğer daha fazla bilgi almak ya da soru sormak istiyorsanız ….. linkinden fizyoterapistimize danışabilirsiniz.

|  |  |
| --- | --- |
|  | Video 13: |
|  | Video 14: |
|  | Video 15: |
| <https://www.youtube.com/watch?v=FbpZzXOhYys> | Video 16: hippoterapi |

**Genel bilgi 6:** 2- 4 yaş arasında SP’li GMFCS 3 seviyesinde yer alan çocuklar ayakta durma sehpası, yürüyüş moldu ve gece pozisyonlama splintleri önerilir. Bunun yanında uzun mesafe dış ortamlarda tekerlekli sandalye ve oturma düzeneği de kullanılır. Aşağıda birkaç resimle cihaz örneği bulacaksınız. Eğer daha fazla bilgi almak ya da soru sormak istiyorsanız ….. linkinden fizyoterapistimize video görüntülü ya da …. Linkine mesaj atarak danışabilirsiniz. En kısa zamanda sizinli randevu bilgisi paylaşılacaktır.

|  |  |
| --- | --- |
|  | Resim 1: |
|  | Resim 2a,2b: |
|  | Resim 3a,3b: |
|  | Resim 4: |