

Məktəbəqədər dövrdə uşaqların fiziki inkişafı

Nələrə diqqət edilməlidir?

Gələn həftədən etibarən məktəbəqədər təhsil müəssisələrinə qeydiyyat başlayır. Bu barədə Məktəbəqədər və Ümumi Təhsil üzrə Dövlət Agentliyinin direktor müavini Orxan Abbasov brifinqdə məlumat verib. Onun sözlərinə görə, uşaq bağçalarına qəbul üçün qeydiyyat iyulun 16-sı saat 11:00-dan başlayacaq.

O.Abbasov qeyd edib ki, uşaqların təhsil müəssisəsinə növbəyə yazılma prosesi Regional Təhsil İdarələri və Naxçıvan Muxtar Respublikası üzrə 19 iyul, Bakı şəhəri üzrə isə 26 iyul tarixindən başlayacaq.

Məlumdur ki, məktəbəqədər yaş dövrü uşaqların istər fiziki, istərsə də mənəvi inkişafında mühüm rol oynayır. 3 yaşdan 6 yaşa qədər olan müddəti əhatə edən bu dövrdə diqqət yetirilməsi vacib olan məqamlar kifayət qədər çoxdur. Bu vaxt ərzində uşaqlar böyük inkişaf yolu keçirərək fiziki cəhətdən diqqəti cəlb edəcək dərəcədə inkişaf edib möhkəmlənirlər. Məsələn, baş beynin, sinir sisteminin, bədənin ayrı-ayrı üzvlərinin keyfiyyətə funksional təkmilləşməsi baş verir.

Sadə reflekslərdən mürəkkəb reflekslərə keçid...

Mövzunu "Yeni Azərbaycan"a dəyərləndirən pediatr-həkim Ramilə Məmmədova bildirib ki, məktəbəqədər yaş

dövründə uşaqların beyin kütləsinin çəkisi 1110 qramdan 1350 qrama çatır. Onun sözlərinə görə, sinir sisteminin birləşdirici, əlaqə yaradıcı telləri də xeyli inkişaf edib möhkəmlənir.

Pediatr qeyd edib ki, bağça dövrü uşaqlarda şərti reflekslərin əmələ gəlməsi, sadə reflekslərdən mürəkkəb reflekslərə doğru inkişaf dövrü kimi xarakterizə olunur: "Məktəbəqədər yaş dövründə uşağın sensor inkişafı intensiv surətdə həyata keçir. Duyğuların müxtəlif növləri daha sürətlə formalaşmağa başlayır. Görmə duyğularının inkişafına dair aparılan psixoloji tədqiqatlarla sübut edilib ki, görmənin itiliyi uşağın məşğul olduğu fəaliyyətdən və həmin fəaliyyətin düzgün təşkilindən çox asılıdır. Məsələn, oyun fəaliyyəti zamanı görmənin itiliyi 4-5 yaşlarda orta hesabla 17,2 faiz, 5-6 yaşlarında 29,9 faiz, 6-7 yaşlarında 30,2 faiz artır".

Bu məqamlara diqqət edilməlidir...

Həkimin sözlərinə görə, 4-6 yaş arasında uşağın boyu sürətlə artdığından ilk baxışdan belə təəvvür yaranır ki, o, arıqlayıb, lakin bu dövrdə uşağın əzələləri möhkəmlənib qüvvətlənir: "Boyun belə sürətlə artımı endokrin sisteminin, xüsusilə də hipofizin funksiyasının qüvvətlənməsi ilə əlaqədar baş verir. Deyilən-

lərlə əlaqədar uşağın gün rejimini düzgün təşkil etmək, onun yeməsinə, yatmasına və istirahətinə müntəzəm fikir vermək lazımdır.

Uşağın boyunun artması ilə əlaqədar onun bədəninin ayrı-ayrı üzvləri arasındakı mütənasiblik də dəyişir: çığa ilə müqayisədə 7 yaşadək uşağın ayaqları 3 dəfə, əlləri 2,5 dəfə, bədəni isə 2 dəfə böyümüş olur. 3-6 yaş ərzində uşağın boyunun, çəkisinin artmasında gözə çarpa-



caq dəyişikliklər baş verir. Beş yaşlı uşağın əzələ və sümük sistemi xeyli inkişaf etmiş olsa da, onun əl və ayaq əzələlərində hələ sümükləşməmiş qıvrıqlar qalır. Yadda saxlamaq lazımdır ki, məktəbəqədər yaşlı uşağın skeleti əsasən qıvrıqda

toxumalarından ibarət olur. Bununla əlaqədar uşağı həddindən artıq ayaq üstə saxlamaq, çox oturtmaq, boyuna uyğun olmayan avadanlıqdan istifadə etməyə qoymaq olmaz".

Əks təqdirdə...

R.Məmmədova qeyd edib ki, əgər deyilənlər nəzərə alınmazsa, uşağın qaməti düzgün inkişaf etməyəcək, bu isə öz növbəsində sümüklərin inkişafına, qan dövranı və nəfəs almaya mənfi təsir göstərəcək: "Uşağın baş beyin qabığı, yarımkürələrin ləngidici fəaliyyəti qabıqaltı sahələri müəyyən dərəcədə tənzim etsə də, o, hələlik orqanizmin bütün hərəkətlərini tam surətdə öz nəzarəti altında saxlaya bilmir. Qabıq ləngimələrinin zəifliyi və oyanmanın çox yayılmasına görə uşaqların diqqəti davamsız, ətraf aləmin qıcıqlandırıcılarına verdikləri cavab isə emosional xarakter daşıyır, əqli fəaliyyət zamanı onlar çox tez yorulurlar.

Unutmaq olmaz ki, məktəbəqədər yaş dövründə uşağın əzələləri kifayət qədər inkişaf etmədiyindən və zəif olduğundan o, tez-tez düzgün olmayan vəziyyətlər alır: başını aşağı sallayır, çiyinlərini yaxınlaşdırır, belini əyir, sinəsini çökürür və s.

Göstərilən yaş dövründə beynin fizio-



Azərbaycan
Respublikasının
Medianın İnkişafı
Agentliyi

Məqalə "Azərbaycan Respublikasının Medianın İnkişafı Agentliyi"nin maliyyə dəstəyi ilə "Uşaq və gənclərin fiziki və mənəvi inkişafı" istiqaməti üzrə hazırlanmışdır

loji fəaliyyətinin başlıca funksiyası xaricdən gələn qıcıqlandırıcıları fərqləndirmək və onlara cavab verməkdən ibarət olur. 6 yaşlı uşaq xarici qıcığa qarşı özü müstəqil cavab verir, hərəkətlərini idarə etməyi bacarır. Çünki bu yaşda uşaq kifayət qədər sosialdır. Doğulduğu andan etibarən uşağın sosial inkişafı başlayır və çevrəsindəki insanlarla qurduğu münasibətlə davam edir. Uşaq nitq, fiziki, zehni, hissi baxımdan inkişaf etdikcə çevrəsi də genişlənir. Beləliklə, ailə içində başlayan sosial münasibətlər, dostluq münasibətləri məktəbəqədər müəssisə və məktəb həyatı ilə davam edir".

Yeganə BAYRAMOVA