

# KAS VE ZİHİN EGZERSİZLERİ

Oyunlarla  
Öğrenme ve Gelişme

MARJORIE OUVRY ve AMANDA FURTADO



Çeviren: Serin Üçer



Translated from the English Language edition of Exercising Muscles and Minds, Second Edition by Marjorie Ouvry and Amanda Furtado, originally published by Jessica Kingsley Publishers Ltd.. This edition arranged Kayı Telif Hakları Ajansı. Copyright © Marjorie Ouvry and Amanda Furtado, 2019. Turkish translation Copyright © 2022 by Sola Unitas. All rights reserved.

Tüm hakları saklıdır. İngilizce orijinali Jessica Kingsley Publishers Ltd. tarafından “Exercising Muscles and Minds, Second Edition” adıyla yayımlanmıştır. Bu eser Kayı Ajansı aracılığıyla alınmıştır. Bu eserin çeviri sorumluluğu Sola Koç, Eğ. Dan. Hiz. A.Ş.’ye aittir. Bu kitabın hiçbir bölümü yazılı izin alınmadan kopyalanamaz ya da çoğaltılamaz.

## **SOLA UNITAS - SOLA KIDZ**

Fetih Mah. Tahralı sok. Kavakyeli İş Merkezi

No: 7/E İç Kapı No: 16 Ataşehir/İstanbul

Telefon: 0212 939 76 52 - E-posta: solaunitas@solaunitas.com

[www.facebook.com/solayayinlari](http://www.facebook.com/solayayinlari)

[www.twitter.com/solaunitas](http://www.twitter.com/solaunitas)

[www.instagram.com/solaunitasyayinlari](http://www.instagram.com/solaunitasyayinlari)

[www.instagram.com/solakidz](http://www.instagram.com/solakidz)

<https://kitap.solaunitas.com>

ISBN: 9786256974166

Yayıncı Sertifika No: 45798

1. Baskı: İstanbul 2022

İmtiyaz Sahibi: Umut Kısa

Genel Yayın Yönetmeni: Buket Konur

Çeviren: Serin Üçer

Editör: Ogün Özdemir

Redaksiyon: Ayşegül Yazmacı

Son Okuma: Betül Yılmaz

Mizanpaj: Özkan Köse

Kapak Tasarımı: Gülnur Gözübek

Orijinal Adı: Exercising Muscles and Minds

## **BASILDIĞI YER**

Kaplan Ofset

Davutpaşa Caddesi, güven İş Merkezi C Blok No: 279-280 İstanbul

Sertifika No: 44367

*© Bu kitabın tüm yayın hakları Sola Koç, Eğ. Dan. Hiz. A.Ş.’ye aittir. Yazılı izin alınmadan kısmen veya tamamen hiçbir yolla kopya edilemez, çoğaltılamaz ve dağıtılamaz.*

# KAS VE ZİHİN EGZERSİZLERİ

---

Oyunlarla  
Öğrenme ve Gelişme

Marjorie Ouvry  
ve  
Amanda Furtado

Çeviren: Serin Üçer





# İçindekiler

<i>Teşekkürler</i>	7
<i>Önsöz: Batonu Geçmek</i>	9
<i>Önsöz: Bir Uygulayıcının Görüşü</i>	11
<i>Giriş</i>	19
1. Bebekler ve Çocuklar Oynamak için <i>Dışarı Çıkıyor</i>	27
2. Peki Çocuklar Neden <i>İçeride</i> Kalıyor?	53
3. Doğrudan Erişim Eksikliğine Çözümler	79
4. Dışarıda Öğrenme Ortamı Sağlamak	89
5. Geniş Çevre ve Yerel Toplumda Öğrenme	139
6. Dış Mekânda Öğretim Becerilerini Geliştirmek	157
7. Dış Mekân Müfredatının Planlanması	183
8. Rutinler, Rotalar ve Roller	215
9. Dış Mekânda Oyun Politikası Yazmak	227
10. Ebeveyleyler, Bakıcılar ve Geniş Aile	241



# Teşekkürler

Bu kitap, tamamen, kariyerlerimiz boyunca birlikte çalışmış olduğumuz için kutsanmış olduğumuz çocuklardan, personelden, meslektaşlardan, öğrencilerden, uygulayıcılardan ve ailelerden aldığımız ilham, tutku ve meydan okumadan etkilenmiştir. Bu baskının güncellenmesinde bizi karşılayan ve destekleyen ülke genelindeki birçok ortama ve hikâyelerini cömertçe paylaşan ve kitaba seslerini katan çocuklara, ailelere ve uygulayıcılara teşekkür ederiz. Bu sayıya dahil ettiğimiz güzel fotoğrafları çektiği için Danny Cable'a özellikle teşekkür ederiz. Hepsi, bizi desteklemek için zamanlarını ve uzmanlıklarını ayıran Thames Erken Eğitim Ortaklığı sayesinde gerçekleşti.

Chelwood Anaokulu'ndaki ailelere ve personele, bu projeye duydukları şevkle enerjimizi korumamıza ve odaklanmamıza yardımcı olanlara teşekkür etmek isteriz; merakları, heyecanları, eğlence anlayışları ve sürekli sorgulamaları ile bizi büyüten Chelwood çocuklarına özel bir teşekkürü borç biliriz. Bu tecrübe, gelişimlerinin bu önemli aşamasında, onlar için gerçekten neyin önemli olduğunu bize her gün hatırlattı.





# Önsöz: Batonu Geçmek

Emekliliğimdeki sevinçlerimden biri, son teslim tarihlerini karşılamak zorunda olmamak!

Ancak üzüntülerimden biri, küçük çocukları gördüğüm ve onlarla birlikte çalışan ve öğrenen insanlarla tanıştığım okullara ve diğer ortamlara sık sık ve düzenli olarak gitmemek. Bu yüzden, *Kas ve Zihin Egzersizleri* için bir güncelleme yazmam istendiğinde, teslim tarihlerine geri dönmek istemediğimi biliyordum. Yayıncılar, daha sonra bana dünyanın en iyi teklifini yaptılar. Bayrağı, her gün ve tam zamanlı olarak uygulayıcılar ve çocuklarla başarılı bir şekilde çalışan birine devredebilirim; uygulayıcılar arasında gerçek bir 'sokak itibarına' sahip olarak yankılanacak birine. Uygulayıcılar, uygulamalarını yansıtma ve uygulamalarını geliştirme riskini alacaklarsa, okudukları kitabın dürüst ve özgün olduğunu kabul etmeleri gerekir. Orijinal *Kas ve Zihin Egzersizleri*, yazarın uzun yıllarını alan deneyimine, sağlam Froebelian ilkelerine ve zamana karşı direnen ağır araştırmalara dayanan ve en önemlisi çocuklara ve ailelere saygı duyan pratik tavsiyeler veriyordu. Kitabın güncellenmesi için ancak tüm bu değerleri paylaşan birine güvenirim. Hemen kimin kime ait olduğunu belirledim.

Batonu geçmek istedim.

Amanda Furtado'yu, çocuklarla, diğer uygulayıcılarla ve ebeveynlerle çalışırken gözlemlene ayrıcalığına sahip olursanız, onun, çocukların ve ailelerin öğrenmeleri ve büyümeleri için neye ihtiyaç duydukları konusunda bilgeliğe batmış bir kişi ol-

duğunu hemen anlayacaksınız. Ekibiyle birlikte dışarıda öyle ilham verici bir öğrenme ortamı oluşturmuş ki bırakın çocukları, ben bile oradan hiç çıkmak istemiyorum! Kesinlikle parlak kataloglardaki plastik oyuncakların değil, doğal malzemelerin, devasa kum havuzlarının ve çamurlu su birikintilerinin, ağaçların, bol doğanın ve bitki örtüsünün, tırmanma fırsatlarının ve gizli inzivaların olduğu bir ortam. Amanda, dışsal ve yapay beklentiler yerine, çocukların tüm gün, her hava ve mevsimde açık havada oynama ihtiyaçlarını karşılama konusunda tutkulu ve çocukların şu anda buldukları aşamada büyümeleri için gerekli olduğunu gösterdikleri tüm öğrenme olasılıklarından memnun.

Yeni milenyumun başında *Kas ve Zihin Egzersizleri* yazdığımдан beri çok şey değişti. Şimdi orman, çiftlik, sahil okullarında ve bebekler ve çok küçük çocuklar için gündüz bakımında büyük bir artış var. Değişmeyen şey, birbirini izleyen hükümetlerin, 20 yılı aşkın bir süre önce tüm ortamların iyi planlanmış bir açık alana doğrudan erişimi ve tüm uygulayıcılar için uygun seviyelerde yüksek kalitede eğitime sahip olması çağrısında bulunduğumuz şey için yasa çıkarmadaki aciliyet eksiklikleridir. Anaokulu ve karşılama sınıfındaki çocuklar, gün boyu içeride veya üst katta olabilir.

Bu güncelleme, bu ihmalin üstesinden gelmenin yollarını ele alıyor ve uygulayıcılara, bakım ve eğitim ortamlarındaki tüm küçük çocuklarımızın açık alan hakkı için savaşımaya devam etmeleri adına nedenler, cephane ve güven veriyor.

Bu güncellemeyi seveceğinizi biliyorum. Amanda'ya, bebeklerin, yeni yürümeye başlayan çocukların ve küçük çocukların dışarı çıkıp oyun oynamalarını sağlamak için uygulayıcıları destekleyecek olan bu kitabın amacını her şekilde yerine getirdiği için çok minnettarım.

Marjorie Ouvry

Aralık 2018

# Önsöz: Bir Uygulayıcının Görüşü

Marjorie, bana, bu kitabın güncellenmesini üstlenmek isteyip istemediğimi sorduğunda, bu görev, hem heyecan verici ve profesyonel bir ayrıcalık gibi hem de son derece ezici geldi; devredilmesi gereken, çok büyük bir sorumluluktu!

Bu, yıllar içinde dönüştüğüm öğretmene rehberlik etmeye, onu şekillendirmeye ve etkilemeye yardımcı olan, çocuklar ve ailelerle açık hava deneyimlerini paylaşmaktan zevk alan ve değişen zorlukları ve zevkleri kucaklayan bir uygulayıcı olmam için beni destekleyen bir kitaptı. Her mevsim, hava şartları ne olursa olsun, bana çocukların haklarını ve ihtiyaçlarını hatırlatan vicdan azabı işte buradaydı.

Çocukların en iyi nasıl öğrendiğine dair anlayışına ağırlık katan, çamura bulanmış kollarıyla çocukların, hava nasıl olursa olsun, neden dışarıda öğrenmeleri gerektiği hakkındaki o konuşmaları yapmamda bana destek olan mantığın sesi buradaydı.

Bu kitap, ilham vermeyen çıplak bir beton parçasını daha çekici bir şeye ve oyun alanını güzel bir bahçeye dönüştürme aşamalarında, bana ve meslektaşlarıma koçluk yaptı. Bana, azim, hayal gücü ve yaratıcılığın, müfredatın ve öğrenme ortamının geliştirilmesinde bütçenin sürekli kısılmasından çok daha önemli olduğunu hatırlatan ses!

Bu kitabı kariyerim boyunca yanımda taşıdım ve pek çok farklı bağlamda ona atıfta bulundum ve geri döndüm. Artık kendi mesleki yolculuğuna çıkan öğretmen adaylarımıza tavsiye ettiğim bir kitap. Bu nedenle, bu kitabı güncellemedeki amacım, Marjorie'nin sesinin ve mesajının bütünlüğünü korumaktır.

Marjorie'nin kitabın ilk baskısında keşfettiği ilke ve fikirlerin hiçbirinin değişmesi gerekmiyor. Erken ve küçük çocukluk dönemlerinde, çocukların nasıl öğrendikleri ve geliştikleri hakkında her zaman olduğu gibi şimdi de doğru olan gerçekleri yazdı. Çocukların ihtiyaçları, zevkleri, motivasyonları, merakları, hareket etme ve keşfetme dürtüleri, bunların hepsi sabit ve değişmezdir.

Zaman içinde değişen şey, çocukları ve eğitimlerini çevreleyen bağlamdır. Yeni araştırma ve keşifler, geçmişin içgüdülerine hem meydan okuyor hem de onları onaylıyor. Yeni girişimler, eğilimler ve kaynaklar, uygulamanın nasıl geliştiğini ve görüldüğünü etkiler. Yeni teknolojiler, insanların çevrelerindeki dünya ile etkileşim kurma ve o dünyayı anlama şeklini değiştirdi.

Modern dünya, en küçük çocuklarımız için erişilebilirliği sürekli artan ekran tabanlı bir teknoloji patlamasını beraberinde getirdi. Araştırmalar, bunun çocukların beyin ve göz gelişimi ile sosyal iletişim becerileri üzerindeki etkisine ilişkin endişeleri artırdı ve teknoloji, sorumlu bir şekilde kullanıldığında çocukların gelişiminde ve eğitiminde güçlü bir araç olsa da, sanal bir dünya, asla ilk elden deneyimlerin ve gerçek bir etkileşimin değerinin yerini alamaz.

Bir ekranın düz sınırları, doğada olmanın -onu görmenin, duymanın, koklamanın, tatmanın, ona dokunmanın ve onun içinde kirlenmenin- duyuusal etkisinin yerini tutamaz. (Connell ve McCarthy, 2014)

Bu kitabın ilk yayımlanmasından bu yana, hem Birleşik Krallık'ta hem de uluslararası alanda, açık hava oyunlarının profilindeki muazzam artış ve düşüşe ilişkin endişeler oldu. Bu

konu, çocukların bilişsel gelişimi, sağlığı ve esenliği üzerinde hareketin önemini detaylandıran makaleler ve araştırmalarla, artık eğitim tartışmalarının ön saflarında yer alıyor.

Hareket, ana rahmine düştüğü andan ölüme kadar, hayatın ayrılmaz bir parçasıdır ve bir çocuğun hareket deneyimi, onun kişiliğini, duygularını ve başarılarını şekillendirmede çok önemli bir rol oynayacaktır. (Goddard Blythe, 2005)

Çocuklar dışarıda oynarken güneş ışığına, doğal unsurlara ve açık havaya maruz kalmaktan yararlanır; bu da, kemik gelişimine, daha güçlü bir bağışıklık sistemine ve fiziksel aktiviteye katkıda bulunur. (Bento, 2017)

2011’de baş sağlık görevlisinin raporu, *Start Active, Stay Active* (Aktif Başlayın, Aktif Kalın), Birleşik Krallık’ta ilk kez doğumdan itibaren fiziksel aktivite için yönergeler içeriyordu [Department of Health and Social Care, 2016 (2011)]. Bu mesaj, 2016’da *İngiltere için Ulusal Sağlık Hizmeti Sağlık Araştırması* tarafından güçlendirildi:

Yardımsız yürüeyebilen 5 yaş altı çocukların, gün içine yayılmış en az 180 dakika (3 saat) aktif olmaları önerilir.

Çocuk sağlığına yönelik bu araştırmada, Donnelly ve Diğerleri’nin (2016) “Çocuklarda Fiziksel Aktivite, Zindelik, Bilişsel İşlev, Sistemik Bir İnceleme” raporundan alıntı yapıldı ve giderek daha hareketsiz hâle gelen bir yaşam tarzının kısa, orta ve uzun vadeli etkileri ile düzenli, orta ve kuvvetli fiziksel egzersizlerin faydaları not edildi:

Alışkanlıklar çocukluktan yetişkinliğe kadar devam eder, bu nedenle aktif çocukların yetişkinlikte fiziksel hareketsizliğin sebep olduğu olumsuz sağlık sonuçlarına maruz kalma olasılığı daha düşüktür. Çocuklar için fiziksel ak-

tivite, motor gelişim, bilişsel gelişim, psikolojik sağlık ve kardiyometabolik sağlık için kritik öneme sahiptir; vücut yağını azaltır ve akademik başarıyı artırabilir.

Ancak daha büyük çocukları yansıtan bir Çocuk Komiseri Raporu, *Playing Out* (Dışarıda Oyna – Ağustos 2018), bu yönergelerin henüz önemli bir etkiye sahip olmadığını öne sürüyor.

Bugünün çocukları şimdiye kadarki en az aktif nesil. İngiltere’de her 4 erkekten ve her 5 kızdan ancak 1’i, her gün önerilen 60 dakikalık aktiviteyi yapıyor.

Bu, Birleşik Krallık’ın obezite rakamlarına yansımıştır. Yazdığım sıradaki oranlar şöyleydi:

4-5 yaşlarındaki erkeklerin %10’u ve kızların %9’u obezdir ve bu, 10-11 yaşlarındaki erkeklerin %22’sine ve kızların %18’ine çıkmaktadır. Ölçülen verileri bildiren ülkeler arasında, Birleşik Krallık, %27 ile altıncı en yüksek obezite oranına sahiptir. (Baker, 20 Mart 2018b)

Bu, gelecekte bu neslin sağlığını korumak istiyorsak, daha gidecek çok yolumuz olduğunu gösteriyor. İlginç bir şekilde, basında keşfedilen temalar, genellikle yeterli beslenmeye, temiz havaya ve sağlıklı egzersize erişim eksikliğine ve bunun çocukların refahı ve gelişimi üzerindeki olumsuz etkisine odaklanıyor; tüm endişeler, Margaret McMillan tarafından 1919 gibi erken bir tarihte, çocuklarla ilgili olarak dile getirildi.

Son birkaç yıl, doğa ile yeniden bağlantı kurma ihtiyacının tanınmasında bir artış görüldü ve bu, ulusal basın yanı sıra dergilerde, makalelerde ve akademik kitaplarda düzenli olarak yer aldı.

The Wild Network gibi ulusal kuruluşlar, Birleşik Krallık genelinde çocukları, aileleri ve toplulukları doğayla kaliteli zaman geçirme konusunda desteklemek için geliştirildi. 1 Örneğin, Natural England (2018) tarafından yayımlanan ve haftada en az bir kez doğayı ziyaret eden yetişkinlerin oranının

2010'da %54 iken, 2018'de %62'ye çıktığını gösteren istatistikleri görmek cesaret verici. İstatistikler hâlâ %38'in olmadığını gösteriyor!

İlk baskısının yayımlanmasından bu yana, İskandinavya'da tanıtılan doğal deneyimlerin etkisiyle Orman Okulları'nın popülaritesinde bir artış oldu. Okullar, yetenekli yetişkinlerin etkileşimlerinin yanı sıra çocuklara güvenlerini, dayanıklılıklarını, bağımsızlıklarını ve hayal güçlerini geliştirmeleri için zengin fırsatlar sunan Orman Okulu eğitimine de giderek daha fazla yatırım yapıyor. Erken eğitimin ve açık hava kreş hareketinin öncülerinin geçen yüzyılın başından itibaren tanıyacağı bir uygulama!

Orman Okulu hareketinin başarısı, tedariklerine yeni gözlemlerle bakan ve çocuklara tek alternatif olarak basit barınaklar (genellikle çadırlar) ile tamamen dışarıda öğrenme ortamları sağlayan bir dizi Doğa Anaokulu'nun, ortamın ve eğitimcinin ortaya çıkmasına neden oldu.

Diğer ortamların amacı, Orman Okulu ilkelerine bakmak ve doğal peyzajın zenginliğini kendi bölgelerinde kullanmaktır ve bu, Sahil Okulları gibi gelişmelere yol açmıştır. 5. Bölüm'de, buna dahil olan çocukların, ailelerin ve uygulayıcıların seslerini duyacağız ve bunun ne anlama geldiğine dair farklı algıları ele alacağız.

Birleşik Krallık genelinde, yasal müfredat rehberliği ve destekleyici materyaller, küçük bir çocuğun büyümesi ve gelişmesinin tüm yönlerinde fizikselliğin ve açık havaya erişimin önemi-ne dair artan anlayışı yansıtmaktadır. 2012'de ve yine 2017'de, İngiltere'de -doğumdan 5 yaşına kadar- Erken Yıllar Hazırlık Aşaması Çerçevesi'nin (EYFS) gözden geçirilmesi, dış mekâna erişimin ve hareket özgürlüğünün her yaştan itibaren elzem olduğu gerçeğine dair farkındalığı artırmak için çok etkili oldu. Galler İlk Yıllar Müfredatı -3'ten 7'ye kadar- 'maceracı ve fiziksel oyun' ihtiyacına tekrar tekrar atıfta bulunur ve 'temel aşama ile açık havanın birbirinden ayrılamaz' olduğunu belirtir. (Çocuk Eğitimi, Yaşam Boyu Öğrenme ve Beceriler Bölümü, 2010) Kuzey İrlanda'da, ilk yıllarda dışarıda öğrenmeye yönelik bir



kaynak kitap, 'hareketin, çocukların öğrenebileceği 4 araçtan biri olduğu' gerçeğine atıfta bulunur. Diğerleri, oyun, konuşma ve duyuşal deneyimlerdir. (Council for the Curriculum, Examinations and Assessment, 2005) İskoçya'da ise müfredat Açık Havada Öğrenim Yoluyla Mükemmellik (3'ten 18'e kadar), "Meydan okuma, keyif, ilgililik, derinlik, kişinin tüm gelişimi ve öğrenmeye maceracı bir şekilde yaklaşımı, açık hava pedagojisinin merkezinde yer alır." iddiasında bulunur. (Learning and Teaching Scotland, 2010)

Yakın zamandaki nörobilimsel araştırmalar -1. Bölüm'de daha ayrıntılı olarak ele alacağımız-, beyin ve vücut gelişiminin içsel olarak bağlantılı olduğuna dair önceki gözlemlere ağırlık ve gerçeklik kattı. Küçük çocukların öğrenmek için güçlü bir hareket dürtüsü vardır. Sally Goddard Blythe (2005) ve Jan White'in (2010, 2015) çalışmaları, beyin, vücut ve duyuşlar arasındaki bu etkileşimin önemini vurgular ve modern bebek ekipmanlarının istemeden de olsa bu hareketin özgürlüğü üzerindeki etkisi konusunda farkındalık yaratır.

Bununla birlikte, araştırma ve farkındalıktaki bu büyümeye rağmen, çocuklarımızın gelişimin erken aşamalarında, yetişkin liderliğindeki hareketsiz deneyimlere katılmaları için bir baskı var; bu da, kaliteli, sürükleyici hareket oyunları ve çocuk liderliğindeki keşifler için mevcut zamanı azaltıyor. Pek çok uygulayıcı, mevcut yaşlarındaki ve gelişim aşamalarındaki çocuklar için en uygun olana odaklanmak yerine, onları eğitimlerinin bir sonraki aşamasına hazırlamak için kendini baskı altında hissediyor. Örneğin, Goddard Blythe (2018), 'okula hazır olma'nın akademik yönlerine odaklanırken, öğrenmelerini desteklemek için gerekli postürel kontrol, koordinasyon ve denge ile kaç çocuğumuzun fiziksel olarak okula hazır olduğunu sorgular. Goddard Blythe'nin Loughborough Üniversitesi ile ortaklaşa yaptığı bir tarama testine dayanan 2012 araştırması, çocukların ilkokula girişte motor becerilerinin düşmeye devam ettiğini ve 2017 ile 2018 arasında taranan örneklemin %79 ile %82'si arasında olduğunu gösteriyor.

Tüm bunları göz önünde bulundurarak, küçük çocuklar için neyin gerekli olduğunu kendimize hatırlatmak, bilgimizi, güvenimizi ve dayanıklılığımızı geliştirmek ve onların çıkarları doğrultusunda olumlu adımlar atmak için hiç bu kadar önemli bir zaman olmamıştı.

Öğretmenliğim boyunca, en değerli şeyleri, çocukları dinlemekten ve onların hikâyelerini düşünmekten öğrendim. Aşğıdaki etkileşim, harekete, yaratıcılığa ve hayal gücüne aşırı samsamış 4 yaşındaki Chidera ile oldu ve bu kitabın ve mesajının neden bu kadar önemli olduğunu hatırlatıyor:

Chidera'yı bahçenin çok sessiz ve تنها bir bölgesinde buldum.

Rüzgârda güzel, ağır çekim hareketler yapmaya kendini tamamen kaptırmış, hareketlerini büyük bir sopyla süslemişti.

“Beni merak etme Amanda, sadece araştırma yapıyorum!” dedi.

“Araştırma mı?”

“Biliyorsun! Bir şeyler bulmak. Salyangoz kitabını kullandığımız zamanki gibi.”

“Neyi araştırıyorsun?”

“Güçlerimi elbette!”

Küçük bir çocuk için ya da aslında herhangi birimiz için, güçlerini keşfetmekten daha önemli ne olabilir? Küçük çocuklara tam da bunu yapmaları için yardım etmek, hepimizin sorumluluğudur.

Amanda Furtado

Aralık 2018



*Çocukları dinleme ve onlara yanıt verme geleneğimiz köklüdür; buna rağmen hâlâ küçük çocukların yeteneklerini ve potansiyellerini hafife alarak varsayımlarda bulunabiliyoruz. Yaşam boyu bir şeyler öğrenmeye devam ediyoruz ve öğrenme sürecimizde en çok da çocuklardan destek alıyoruz. Çocuklardan aldığımız bu öğrenme biçiminin işimiz ve gelişimimiz üzerindeki etkisine hâlâ şaşırıyoruz.*

Üç ila beş yaş arası çocuklarla açık havada oyun oynamaya odaklanan *Kas ve Zihin Egzersizleri*, havanın sıcak ya da soğuk olmasını dert etmeden yıl boyunca dışarıda öğrenmeyi planlamanıza yardımcı oluyor!

Dışarıda oynamanın yalnızca güneşli günlere özel bir durum olduğu varsayımına meydan okuyan Marjorie Ouvry ve Amanda Furtado, açık havada oyun oynarken öğrenmenin nasıl planlanacağını açıklıyor. Aynı zamanda küçük bir çocuğun hayatında açık havada oyun oynamanın önemini, araştırmalara dayanan pratik fikirlerle açıklığa kavuşturuyor.

Örnek olay incelemeleri, etkinlik, ekipman ve kaynak fikirlerle dolu olan bu kitap, küçük çocuklarla açık havada çalışma konusunda bir rehber görevi üstleniyor.

