

**T.C.**  
**BOLU ABANT İZZET BAYSAL ÜNİVERSİTESİ**  
**EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ**  
**İLKÖĞRETİM ANABİLİM DALI**  
**OKUL ÖNCESİ ÖĞRETMENLİĞİ BİLİM DALI**

**OKUL ÖNCESİ ÖĞRETMEN ADAYLARININ GÜNLÜK**  
**PLANLARINDA ÖZ BAKIM BECERİLERİNE YER VERME**  
**DURUMLARININ İNCELENMESİ**

**DERYA POLAT**

**BOLU-2018**

**T.C.**  
**BOLU ABANT İZZET BAYSAL ÜNİVERSİTESİ**  
**EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ**  
**İLKÖĞRETİM ANABİLİM DALI**  
**OKUL ÖNCESİ ÖĞRETMENLİĞİ BİLİM DALI**

**OKUL ÖNCESİ ÖĞRETMEN ADAYLARININ GÜNLÜK  
PLANLARINDA ÖZ BAKIM BECERİLERİNE YER VERME  
DURUMLARININ İNCELENMESİ**

**Yüksek Lisans Tezi**

**Hazırlayan**  
**Derya POLAT**

**Danışman**  
**Prof. Dr. Yasemin AYDOĞAN**

**BOLU, TEMMUZ-2018**

## YÜKSEK LİSANS TEZİ ONAY FORMU

Derya POLAT tarafından hazırlanan “Okul öncesi öğretmen adaylarının günlük planlarında öz bakım becerilerine yer verme durumlarının incelenmesi” başlıklı çalışma jüri tarafından Temel Eğitim Anabilim Dalı Okul Öncesi Eğitimi Bilim Dalında Yüksek Lisans Tezi olarak kabul edilmiştir. ....../...../2018

### Jüri Üyeleri

**Akademik Unvan, Adı ve SOYADI**

**İmza**

Üye (Tez Danışmanı): Prof. Dr. Yasemin AYDOĞAN

.....

Üye

:

.....

Üye

:

.....

**Eğitim Bilimleri Enstitüsü'nün Onayı**

**Prof. Dr. Türkan ARGON**  
**Eğitim Bilimleri Enstitüsü Müdürü**

## ETİK İLKELERE UYULDUĞUNA İLİŞKİN BEYAN

Yüksek Lisans Tezi olarak sunduğum, “Okul öncesi öğretmen adaylarının günlük planlarında öz bakım becerilerine yer verme durumlarının incelenmesi” başlıklı çalışmanın yazılmasında bilimsel ve etik kurallara uyduğumu, başkalarının eserlerinden yararlanılması durumunda atıfta bulunduğumu, kullanılan verilerde herhangi bir tahrifat yapmadığımı, tezin tamamının ya da bir kısmının bu üniversite veya başka bir üniversitede bir tez çalışması olarak sunulmadığımı beyan ederim. ..../..../2018

İmza  
Derya POLAT

## TEŞEKKÜR

Okul öncesi öğretmen adaylarının günlük planlarında öz bakım becerilerine yer verme durumlarını incelediğim yüksek lisans tezimde ilgi ve desteğini her zaman hissettiğim, önerileri ile beni aydınlatan danışmanım ve çok değerli hocam Prof. Dr. Yasemin Aydoğan'a teşekkürlerimi sunarım.

Tezimin verilerini toplama sırasında bana vakit ayıran Abant İzzet Baysal Üniversitesi Okul Öncesi Öğretmenliği Anabilim Dalı 2016-2017 eğitim yılı son sınıf öğrencilerine ve çalışmaya zaman ayıran tüm öğretmen arkadaşlarıma çok teşekkür ederim.

Ayrıca çalışmam boyunca benden ilgi ve desteğini esirgemeyen sevgili eşim Engin Polat'a ve varlığı ile beni neşelendiren canım oğlum Nihat Polat'a yürekten sevgilerimi sunarım.

Derya POLAT

Bolu, 2018

## İÇİNDEKİLER

YÜKSEK LİSANS TEZİ ONAY FORMU .....	ii
ETİK İLKELERE UYULDUĞUNA İLİŞKİN BEYAN.....	iii
TEŞEKKÜR.....	iv
İÇİNDEKİLER .....	v
TABLOLAR .....	vii
SİMGELER VE KISALTMALAR .....	ix
ÖZET .....	xi
ABSTRACT.....	xiii
<b>I. BÖLÜM</b>	
1. Giriş .....	1
1.1. Problem Durumu .....	1
1.2. Araştırmanın Amacı .....	3
1.3. Araştırmanın Önemi.....	4
1.4. Sınırlılıklar .....	5
1.5. Varsayımlar .....	5
<b>II. BÖLÜM</b>	
2. Kuramsal Temeller ve İlgili Literatür .....	6
2.1. Okul Öncesi Çocuklarda Öz Bakım Becerileri Eğitimi ve Önemi .....	6
2.2. Öz Bakım Becerileri İle İlgili Temel Alışkanlıklar.....	8
2.2.1. Temizlik ve Tuvalet Alışkanlığı .....	9
2.2.2. Giyinme.....	12
2.2.3. Düzen-Tertip .....	13
2.2.4. Beslenme .....	14
2.2.5. Dinlenme.....	17
2.2.6. Kendini Tehlikelere ve Kazalara Karşı Koruma.....	19
2.2.7. Sağlığına Dikkat Etme .....	20
2.3. Okul Öncesi Çocukların Gelişim Dönemlerine Göre Öz Bakım Becerileri .....	21
2.4. Okul Öncesi Eğitim Programında Öz Bakım Becerilerinin Yeri .....	22
2.5. Öz Bakım Becerileri İle İlgili Araştırmalar .....	24
<b>III. BÖLÜM</b>	

3. Yöntem.....	34
3.1. Araştırmanın Modeli .....	34
3.2. Çalışma Gurubu .....	34
3.3. Veri Toplama Araçları .....	37
3.3.1. Odak Grup Görüşmesi .....	37
3.3.2. Anket Formu .....	38
3.3.3. Doküman İnceleme .....	39
3.4. Verilerin Toplanması .....	39
3.5. Verilerin Analizi.....	40
IV. BÖLÜM	
4. Bulgular ve Tartışma .....	42
4.1.Odak Grup Görüşmesine Ait Bulgular.....	42
4.2.Öz bakım Becerileri Anket Formuna Ait Bulgular.....	46
4.3.Doküman İncelemesine Ait Bulgular.....	52
V. BÖLÜM	
5. Sonuç ve Öneriler .....	61
KAYNAKÇA.....	66
EKLER.....	73

## TABLOLAR

<b>Tablo 3.1.</b> Odak grup görüşmelerine katılan öğretmenlerin özellikleri .....	35
<b>Tablo 3.2.</b> Anket uygulamasına katılan öğretmen adaylarının çeşitli değişkenlere göre dağılımları .....	36
<b>Tablo 3.3.</b> Öğretmen adaylarının öz bakım becerilerini günlük planlarında kullanma durumlarına ilişkin başlıklar .....	39
<b>Tablo 4.1.</b> Öğretmen adaylarının öz bakım becerilerini planlarında kullanma sıklıkları .....	46
<b>Tablo 4.2.</b> Öğretmen adaylarının öz bakım becerileri ile ilgili eğitimlere katılma durumları.....	46
<b>Tablo 4.3.</b> Öğretmen adaylarının bilgi-deneyim ve planlama-uygulama puanlarının yaşa göre ANOVA sonuçları .....	47
<b>Tablo 4.4.</b> Öğretmen adaylarının günlük planda öz bakım becerileri ile ilgili kazanım ve göstergeleri kullanma durumlarına ilişkin frekans ve yüzde değerleri .....	47
<b>Tablo 4.5.</b> Öğretmen adaylarının çalıştıkları yaş grubuna göre günlük planda öz bakım becerilerine yer verme durumları .....	49
<b>Tablo 4.6.</b> Öğretmen adaylarının çalıştıkları sınıf mevcuduna göre günlük planda öz bakım becerilerine yer verme durumları .....	51
<b>Tablo 4.7.</b> Öğretmen adaylarının öz bakım becerilerini günlük planlarında kullanma durumlarına ilişkin başlıklar .....	53
<b>Tablo 4.8.</b> Öğretmen adaylarının çalıştıkları yaş grubuna göre günlük eğitim akışında öz bakım becerilerine yer verme durumu .....	53
<b>Tablo 4.9.</b> Öğretmen adaylarının çalıştıkları sınıf mevcuduna göre günlük eğitim akışında öz bakım becerilerine yer verme durumu .....	54
<b>Tablo 4.10.</b> Öğretmen adaylarının günlük planlarında öz bakım becerilerini rutin etkinliklerde kullanma durumları .....	55
<b>Tablo 4.11.</b> Öğretmen adaylarının günlük planlarında öz bakım ile ilgili kavramlara yer verme durumları.....	56
<b>Tablo 4.12.</b> Öz bakım becerilerine ilişkin kazanım göstergeleri kullanma durumunun yaş gruplarına göre dağılımı .....	56



<b>Tablo 4.13.</b> Öğretmen adaylarının öz bakım becerilerini kazanım göstergelerde öğrenci mevcutlarına göre kullanma durumları .....	58
<b>Tablo 4.14.</b> Öğretmen adaylarının öz bakım becerilerine etkinlikler içerisinde yer verme durumları.....	59



## SİMGELER VE KISALTMALAR

$\bar{x}$ : Ortalama Puan

**S:** Standart Sapma

**P:** Anlamlılık Düzeyi

**ANOVA:** Varyans Analizi

**Akt.:** Aktaran

**MEB:** Millî Eğitim Bakanlığı

**ÖÖEP:** Okul Öncesi Eğitim Programı

**K1:** Bedeniyle ilgili temizlik kurallarını uygular.

**K1G1:** Saçını tarar.

**K1G2:** Dişini fırçalar.

**K1G3:** Elini, yüzünü yıkar.

**K1G4:** Tuvalet gereksinimine yönelik işleri yapar.

**K2:** Giyinme ile ilgili işleri yapar.

**K2G1:** Giysilerini çıkarır, giyer.

**K2G2:** Ayakkabılarını çıkarır, giyer.

**K2G3:** Düğme açar/ kapar.

**K2G4:** Ayakkabı bağcıklarını çözer/bağlar.

**K3:** Yaşam alanlarında gerekli düzenlemeler yapar.

**K3G1:** Ev ve okuldaki eşyaları temiz ve özenle kullanır.

**K3G2:** Ev ve okuldaki eşyaları toplar.

**K3G3:** Ev ve okuldaki eşyaları katlar.

**K3G4:** Ev ve okuldaki eşyaları asar.

**K3G5:** Ev ve okuldaki eşyaları yerleştirir.

**K4:** Yeterli ve dengeli beslenir.

**K4G1:** Yiyecek ve içecekleri yeterli miktarda yer/içer.

**K4G2:** Öğün zamanlarında yemek yemeye çaba gösterir.

**K4G3:** Sağlığı olumsuz etkileyen yiyecekleri ve içecekleri yemekten/ içmekten kaçınır.

**K4G4:** Yiyecekleri yerken sağlık ve görgü kurallarına özen gösterir.

**K5:** Dinlenmenin önemini açıklar.

**K5G1:** Kendisini dinlendiren etkinliklerin neler olduğunu söyler.

**K5G2:** Dinlendirici etkinliklere katılır.

**K5G3:** Dinlenmediğinde ortaya çıkabilecek sonuçları söyler.

**K6:** Günlük yaşam becerileri için gerekli araç ve gereçleri kullanır.

**K6G1:** Beslenme sırasında uygun araç ve gereçleri kullanır.

**K6G2:** Beden temizliğiyle ilgili malzemeleri kullanır.

**K6G2:** Çevre temizliği ile ilgili araç ve gereçleri kullanır

**K7:** Kendini tehlikelerden ve kazalardan korur.

**K7G1:** Tehlikeli olan durumları söyler.

**K7G2:** Kendini tehlikelerden ve kazalardan korumak için yapılması gerekenleri söyler.

**K7G3:** Temel güvenlik kurallarını bilir.

**K7G4:** Tehlikeli olan durumlardan, kişilerden, alışkanlıklardan uzak durur.

**K7G5:** Herhangi bir tehlike ve kaza anında yardım ister

**K8:** Sağlığı ile ilgili önlemler alır.

**K8G1:** Sağlığını korumak için yapması gerekenleri söyler.

**K8G2:** Sağlığına dikkat etmediğinde ortaya çıkabilecek sonuçları açıklar.

**K8G3:** Sağlığını korumak için gerekenleri yapar

## ÖZET

### OKUL ÖNCESİ ÖĞRETMEN ADAYLARININ GÜNLÜK PLANLARINDA ÖZ BAKIM BECERİLERİNE YER VERME DURUMLARININ İNCELENMESİ

Polat, Derya

Yüksek Lisans Tezi

Temel Eğitim Anabilim Dalı

Okul Öncesi Eğitimi Bilim Dalı

Tez Danışmanı: Prof. Dr. Yasemin Aydoğan

Haziran -2018, x + 86 Sayfa

Okul öncesi öğretmen adaylarının günlük planlarında öz bakım becerilerine yer verme durumlarının incelenmesi amacıyla gerçekleştirilen araştırmada, nicel ve nitel yöntemlerin bir arada kullanıldığı karma modellerden zenginleştirilmiş desen kullanılmıştır.

Çalışma grubu, araştırmanın amacına uygun olarak üç aşamalı olarak düzenlenmiştir. Birinci aşamada, amaçlı örnekleme yolu ile Millî Eğitim Bakanlığına bağlı okullarda kadrolu olarak görev yapan sekiz öğretmen odak grup görüşmesi yapmak üzere, ikinci aşamasında ise kolay ulaşılabilir örnekleme yoluyla Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Okul Öncesi Öğretmenliği Anabilim Dalında 2016-2017 eğitim-öğretim yılında 4. Sınıfa devam eden 52 öğrenci anket formlarının uygulanması amacıyla çalışma grubuna dahil edilmiştir. Araştırmanın üçüncü aşamasında ise anket uygulaması yapılan öğretmen adaylarının 2016-2017 eğitim-öğretim yılı içerisindeki öğretmenlik uygulama dersinde hazırladıkları günlük planlar, doküman incelemesi yapmak üzere çalışma grubu içerisinde yer almıştır.

Verilerin analizinde; frekans, yüzdeler, grafikler, aritmetik ortalama ve standart sapma değerlerinin yanı sıra içerik analizi ve tek yönlü Varyans Analizi (ANOVA) kullanılmıştır.

Araştırma sonucunda; odak grup görüşmesine katılan öğretmenlerin çocuklara öz bakım becerilerinin kazandırılmasını önemli gördükleri ve bu konuda desteğe ihtiyaç duydukları, öğretmen adaylarının günlük planlarında öz bakım becerilerine ilişkin kazanımlara yeterli düzeyde yer vermedikleri, öz bakım becerilerine yönelik bilgi-deneyim, planlama ve uygulama düzeylerinin öğretmen adayının yaşına ve staj yapılan sınıf mevcuduna göre farklılık gösterdiği, öğretmen adaylarının çocuklara öz bakım becerilerinin kazandırılması konusundaki görüşleri ve uygulamaları arasında tutarlılık olmadığı belirlenmiştir.

**Anahtar Kelimeler:** Okul öncesi dönem, öz bakım becerileri, öğretmen adayları.



**ABSTRACT****INVESTIGATING PRESCHOOL TEACHER CANDIDATES'  
INCLUSION OF SELF-CARE SKILLS IN DAILY PLANS**

Polat, Derya

Master's Thesis

Basic Education Department

Department of Pre-School Education

Thesis Advisor: Prof. Dr. Yasemin Aydoğan

June-2018, x + 86 pages

This study, conducted to explore preschool teacher candidates inclusion of self-care skills in their daily plans, made use of enriched design which is a mixed model where qualitative and quantitative models are used in combination.

The study group was organized for the three phases of the research in accordance with the purpose of the study. The study group of the first phase was composed of eight teachers who were employed as permanent staff in the Ministry of National Education schools and were selected through purposeful sampling to participate in focus group interview. The study group of the second phase was composed of 52 4<sup>th</sup> year students attending Abant İzzet Baysal University, Department of Preschool Teacher Education in 2016-2017 academic year and they were selected via convenient sampling in order to administer the questionnaires. In the third phase of the study, the daily plans prepared for practicum course by the teacher candidates who participated in the survey were used in document review.

Data analysis included frequency, percentage values, graphs, arithmetic mean and standard deviation values as well as content analysis and one-way variance analysis (ANOVA).

Research results demonstrated that teacher candidates who participated in focus group interview believed that providing children with self-care skills was important, that

they needed support in this area and in their daily plans they did not sufficiently include the acquisitions in the realm of self-care skills. It was also found that the knowledge and experience in the field of self-care skills and planning and practice in regards to teaching self-care skills differed according to teacher candidates' age and the size of the classroom in which teacher candidates completed their practicum. There was no consistency between the views and practices of the teacher candidates in regards to teaching self-care skills.

**Key Words:** Preschool period, self-care skills, teacher candidates.



# I. BÖLÜM

## 1. Giriş

### 1.1. Problem Durumu

Okul öncesi eğitim, 0-6 yaş aralığını kapsayan, çocuğun bilişsel, sosyal-duygusal, dil, psikomotor gelişimini ve öz bakım becerilerini geliştiren planlı ve sistemli bir eğitim olarak tanımlanmaktadır (Aydın ve Aydın, 1999). Çocuğun fiziksel, zihinsel, duygusal ve sosyal açıdan sağlıklı bir gelişim gösterebilmesi, öğrenmeye karşı ilgi ve istek duyabilmesi için gerekli zihinsel uyaranların, zengin dil etkileşimlerinin, olumlu sosyal ve duygusal tecrübelerin çocuğa sunulduğu ve çocuğun bağımsızlığının desteklendiği bir çevrenin oluşturulmasına gerek vardır (MEB, 2013). Piaget (1951) ve Bloom (1964)'a göre çocuk, ihtiyacı olan tüm bilgi ve becerilerle donanımlı olarak doğmamıştır. Bu nedenle çocuğa öğrenme fırsatı ve olanakları sağlayan çevre, çocuğun zekası, kişiliği ve sosyal davranış gelişimi açısından kritik olan okul öncesi dönem, çocuğun ileri yaşlardaki başarısı açısından oldukça önemli hale gelmektedir (Yavuzer, 2005).

Çocuğun yaşamının ilk yıllarındaki deneyimi, etrafına ve yeteneklerine dair geliştireceği tutumları oluşturur ve tüm yaşamını etkiler. Yapılan araştırmalarda, okul öncesi yıllarında edinilen davranış ve becerilerin çoğunun ileride bireyin kişiliğine ve alışkanlıklarına etki ettiği vurgulanmıştır. Okul öncesi dönem, çocuğun geleceğine dönük etkileri yönünden oldukça önemlidir. Çocuk bu dönemde temel alışkanlıklar kazanır, çeşitli tecrübeler geliştirerek sosyalleşir, yeteneklerini ve zihinsel yetilerini geliştirir. Bu dönem içinde çocuğa verilecek olan fırsatlar ve olumlu yetişkin desteği çocuğun hayata en iyi şekilde hazırlanmasını sağlayacaktır (Oktay, 1999; Oktay, 2006). Demiriz ve Dinçer (2004), ilk yıllarda çocuğa kazandırılacak temel alışkanlıkların, zamanla, yönlendirmeyle ve özellikle de tekrara bağlı olarak kazanılmış davranışlara dönüşeceğini, kazandırılan alışkanlıkların bireyin yaşadığı doğal ve toplumsal çevreye uyumunu



sağlayan davranışlar olduğunu ve bu davranışların bir kez kazanıldıktan sonra tekrarlanarak yaşam boyu sürdürülebileceklerini belirtmişlerdir.

Çocukların büyüme ve gelişmelerinin hızlı olduğu, karakter ve kişilik yapısının oluşmaya başladığı ve temel alışkanlıkların kazanıldığı dönem okul öncesi yıllardır. Bu yıllarda çocuğa kazandırılması planlanan öz bakım becerileriyle ilgili temel bilgi ve alışkanlıklar, onun sağlıklı bir birey olarak yetişmesini sağlayarak, ileri yaşlarında kendi işini yapabilen, kendine güvenen, çevreye uyum sağlayabilen, olumlu davranışlar gösterebilen bir yetişkin olmasına zemin hazırlamaktadır. Bu kritik dönemde aktif öğrenme yaklaşımları ile yemek yeme, giyinme-soyunma, temizlik, tuvalet, tehlikelerden korunma gibi öz bakım becerilerinin kazandırılması sayesinde çocuklar, öğrendikleri becerilerle gerçek hayat arasında somut bir ilişki kurup, bu becerilerini ileriki yaşamlarında etkin bir biçimde kullanacaklardır (Oktay, 1999).

Önder (2003); özbakım becerilerini, çocuğun temel ihtiyaçlarını (yemek yeme, giyinme, kişisel bakım, tuvalet vb.) yetişkine ihtiyaç duymadan yapabilme becerisi olarak tanımlamıştır. Varol (2005) ise özbakımı günlük yaşam becerileri olarak adlandırmaktadır. Bu beceriler evde, okulda ve diğer ortamlarda kişinin bağımsız olarak yaşamını sürdürebilmesi, kişisel bakım ve görünüşünü koruyabilmesi için gerekli olan tüm beceriler olarak da tanımlanmaktadır. Bu tanımlara dayanarak öz bakım becerilerini çocuğun kazanması gereken en temel kazanımlar olarak nitelendirmek mümkündür. Özbakım becerilerini dolayısıyla bağımsızlığını kazanan çocuğun, kendi başına karar verme yetisi gelişir ve bu da çocuğun özgüveninin ve kişiliğinin gelişimine katkıda bulunur. Dolayısıyla çocuğa okul öncesi dönemde bilinçli şekilde öğretilecek öz bakım becerileri, her yönüyle onun ilerideki dönemlerine güvenle hazırlanmasını sağlayacak ve destekleyecektir (Demiriz ve Dinçer, 2000).

Araştırmalar incelendiğinde öz bakım becerilerinin tüm gelişim alanlarının temelini oluşturduğu sonucuna varmak mümkündür. Çocuğun bu becerileri, aileden sonra okulöncesi kurumlarında kazanacağı düşünülmekte ve bu bağlamda okul öncesi eğitim kurumlarına ve öğretmenlere önemli görevler düşmektedir. Ancak, çocuğun yaşamında

oldukça önemi olan öz bakım becerileri kazanımlarının kullanılma durumlarının incelendiği araştırmalara rastlanılmamıştır. Okul öncesi eğitimin en önemli amaçlarından biri çocukların tüm gelişimsel alanlarını destekleyerek, günlük yaşamda kullanacakları öz bakım becerilerini geliştirmektir. Okul öncesi çocuklarını tanımak, değerlendirmek ve eğitim planını bunlara göre tasarlamak oldukça kapsamlı bir süreç gerektirir. Uygulanacak plan ve programın çocukların gelişim özellikleri göz önünde bulundurularak oluşturulmasının yanında, programı uygulayacak kişinin de zihinsel çıktılarının etkisi büyüktür. Okul öncesi eğitim programının esnek olma özelliğinden yararlanarak öğretmenin yaratıcılığını konuşturması gereken birçok olgu ve olay örüntüsü bulması gerekmektedir (Kılıçkaya ve Zelyurt, 2015). Bu sebeple öz bakım becerilerini çocuğa kazandıracak kişilerin çocuğu tanıyıp ona göre planlarında öz bakım etkinliklerine yer vermesi oldukça önemlidir. Bu nedenle araştırmada, çocuğun yemek yemesi, giyinip-soyunması, temizlik ve tuvalet ihtiyaçlarını karşılaması, tehlikelerden kendini koruması gibi öz bakım becerilerinin çocuğa kazandırılmasında katkı sağlayacağı düşünülen öğretmen adaylarının planlarında öz bakım becerilerine yer verme durumlarının incelenmesi bu çalışmanın amacını oluşturmaktadır.

## 1.2. Araştırmanın Amacı

Bu araştırmada, okul öncesi öğretmen adaylarının günlük planlarında öz bakım becerilerine yer verme durumlarının incelenmesi amaçlanmıştır. Bu genel amaç doğrultusunda aşağıdaki sorulara cevap aranmaya çalışılmıştır.

### Alt Amaçlar

1. Okul öncesi öğretmenlerinin okul öncesi eğitim programındaki öz bakım becerileri alanına ilişkin görüşleri nelerdir?
2. Okul öncesi öğretmen adaylarının, okul öncesi eğitim programında yer alan öz bakım becerilerine ilişkin kazanımları;
  - Staj yaptıkları sınıftaki öğrenci mevcuduna göre,

- Staj yaptıkları sınıftaki öğrenci yaş gruplarına göre kullanma durumları nasıldır?
3. Okul öncesi öğretmen adaylarının günlük planlarında öz bakım becerilerine yer verme durumlarında, öğrenci görüşleri ve uygulamaları arasında bir tutarlılık var mıdır?

### 1.3. Araştırmanın Önemi

Okul öncesi dönem; çocukta gelişimin hızla ilerlediği, çocuğun kişiliğinin büyük bir bölümünün oluştuğu, bilgi ve becerilerin, pek çok davranış ve alışkanlıkların büyük ölçüde kazanıldığı önemli ve kritik bir dönemdir. Çocukların gelişimi için önemli olan bu süreçte alacağı kaliteli bir eğitimin sistemli ve planlı olması da kritik öneme sahiptir (Arı, 2003; Köksal, 2007). Önder'e göre (2003) okul öncesi dönemde, çocuğun temel ihtiyaçlarını karşılaması için verilen öz bakım becerileri eğitimi ile çocuğun sağlığına olumlu katkıda bulunulur ve dolayısıyla çocuk bağımsızlığını kazanmış olur. Bunun yanında çocuğun kendi öz bakımını kendisinin yapması, özgüveninin oluşmasında da önemli rol oynamaktadır. Kendi kendisine giyinebilen, yemek yiyebilen, kişisel bakımını yapabilen, tuvalet becerilerini yerine getirebilen birey bağımsız yaşam için önemli bir adım atmış sayılmaktadır (Özcan, 2004). Çocuğun okul öncesi dönemde kazanması beklenen öz bakım becerilerini bir yetişkine ve yetişkinin yönlendirmesine ihtiyaç duymadan yapabilmesi önemlidir. Çünkü edindiği bu beceriler diğer gelişim alanlarını da etkileyecek ve bu becerileri hayatı boyunca kullanacaktır. Bu nedenle çocukların öz bakım becerilerini planlı ve doğru bir şekilde aile iş birliği ile okul öncesi eğitimi olarak öğrenmesi faydalı olacaktır (Çetinkaya, 2012). Okul öncesi eğitim kurumları çocukların öz bakım becerilerinin desteklenmesi için en uygun ortamdır. Okul öncesi öğretmenlerinin çocuğa öz bakım becerilerinin öğretimi ve desteklenmesi konusundaki sorumluluğu ailelerle paylaşması önemlidir. Bu bağlamda öğretmen adaylarının okul öncesi dönem öz bakım becerileri konusundaki önemi çok iyi kavraması, bir öğretmenin yetiştirilmesinde önemli bir basamak olan, öğretmen adaylarının okullarda uygulamalı olarak öğretmenlik deneyimi kazanmasına bağlıdır (Seçer, Kayılı ve Çeliköz, 2010). Bu durumda çocuğa öz bakım becerileri kazandırılması konusunda öğretmen adaylarının

planlarındaki öz bakım becerileri kazanım ve göstergelerini kullanma durumları önemli bir husustur.

Bu araştırma;

- Çocuklarda öz bakım becerilerinin önemine dikkat çekmesi,
- Okul öncesi eğitim programının öz bakım becerileri kazanım göstergelerinin geliştirilmesi,
- Ebeveynlere ve öğretmenlere rehber olması,
- Bu konuda yapılacak araştırmalar için kaynak olması,
- Üniversitelerin ve ilgili kurumlarının oluşturacakları yeni projelere ya da programlara katkı sağlaması
- Okul öncesi öğretmen adaylarının öz bakım becerilerini ne derece önemstediklerini, planlarında öz bakım becerilerine ne oranda ve hangi durumlarda yer verdiklerini ortaya çıkarması açısından önem taşımaktadır.

#### 1.4. Sınırlılıklar

Bu araştırma,

- 2016-2017 eğitim öğretim yılında Abant İzzet Baysal Üniversitesi okul öncesi öğretmenliği anabilim dalı son sınıf öğrencileri ile,
- Öğretmen adaylarının öz bakım becerilerini kullanımına yönelik anket formuna verdikleri cevaplar ile sınırlıdır.

#### 1.5. Varsayımlar

Okul öncesi öğretmen adaylarının günlük planlarında öz bakım becerilerine yer verme durumlarının incelendiği bu araştırmada; çalışma grubuna dahil edilen öğretmenler ve öğretmen adayları veri toplama aşamasında yöneltilen sorulara yansız, samimi ve doğru cevaplar vermişlerdir.

## II. BÖLÜM

### 2. Kuramsal Temeller ve İlgili Literatür

#### 2.1. Okul Öncesi Çocuklarda Öz Bakım Becerileri Eğitimi ve Önemi

En geniş tanımıyla doğumdan ilkokula başlayıncaya kadar süren döneme "okul öncesi dönem", bu dönemdeki eğitici aktivitelerin tümüne de "okul öncesi eğitim" adı verilmektedir (Filiz, 1998). Bloom'a göre okul öncesi dönem zihinsel gelişimin büyük bir bölümünün tamamlandığı, büyümenin hızlı olduğu, sosyal ve duygusal becerilerin geliştiği dönemdir. Aynı zamanda bu dönem bazı temel alışkanlıkların edinildiği, karakter ve kişilik yapısının oluşmaya başladığı yıllardır (Baysal, 2003). Yine Bloom, insan hayatının ilk dört yılının zihinsel gelişimin en kritik dönemi olduğunu ve çocukların 18 yaşına kadar gösterdikleri okul başarısının %33'ünün bu dönemdeki deneyimlerle oluştuğunu vurgulamıştır (Akt.Turan, 2004). Okul öncesi dönem aynı zamanda insan hayatının en duyarlı dönemidir ve bu dönemde çocuk çevresindeki olaylardan çok çabuk etkilenir (Kaya, 1999). Bu nedenle çevresindeki uyarıcılara ilgi duyan ve öğrenmeye meraklı olan çocuk için bu dönemin iyi değerlendirilmesi ve düzenli, bilinçli ve planlı bir eğitim sürecinin oluşturulması önemlidir (Poyraz, 1987). Çocuğun ilk yıllarında aldığı eğitim, gelecek yaşantısındaki zihinsel, fiziksel, duygusal ve sosyal gelişimine etki eden en önemli unsurlardan biridir (Ülküer, 1993).

Bu çerçevede okul öncesi eğitim kurumları, çocuğun içinde yaşadığı toplumsal çevrenin temel kavram ve alışkanlıklarını kazandırma, temel ilişkilerini düzenleme ve deneyimlerini zenginleştirme açısından önem kazanmaktadır. Çocuğun ilgi ve yeteneklerinin yüzeye çıkarılması, ihtiyaçlarının karşılanması, temel alışkanlıkların ve becerilerinin kazandırılması ve hayata güçlü bir şekilde hazırlanması, nitelikli ve kaliteli bir okul öncesi eğitim veren kurumlarla gerçekleştirilebilmektedir (Ülküer, 1993; Zembat,

2005; Oktay, 2004). Ayrıca bu kurumlar, uyarıcı bakımından daha zengin bir çevrede mevcut zeka potansiyeli ve öğrenme yeteneğinin geliştirilmesi açısından da kritik bir öneme sahiptir (Oktay, 1993). Her çocuğun ilgi ve yetenekleri doğrultusunda tüm gelişim alanlarının desteklendiği, bedensel, zihinsel ve ruhsal yönden sağlıklı gelişebileceği bir ortamda eğitim alma hakkı vardır. Bu sebeple okul öncesi dönem bilimsel, sistemli ve planlı bir yapının oluşturulması gereken dönemdir ve tüm eğitim sisteminin en önemli basamağını oluşturur (Yılmaz, 2003). Okul öncesi eğitim çocuğa dil, duygu, öz bakım, yaratıcılık gibi konularda bilişsel ve duyuşsal açıdan yeterlilik kazandırarak, çocuğun tüm gelişim alanlarındaki becerilerini daha üst seviyeye ulaşmasına imkan tanır (Aslanurhan ve Tapan, 2011). Çocuğun kişiliğinin okul öncesi dönemden itibaren şekillenmeye başladığı ve yetişkinlik dönemindeki davranışlarını etkileyecek alışkanlıkların büyük oranda bu yıllarda kazanıldığı düşünüldüğünde bu dönemde çocuğa sunulacak eğitim daha kritik hale gelir. Kişinin sağlıklı bir benlik geliştirebilmesi ve toplum tarafından kabul görmesi için de gelişim sürecinde kazandığı alışkanlıkların ve becerilerin önemi büyüktür. Bu bağlamda özbakım becerileri, fiziksel ve psikolojik olarak sağlıklı bir bireyde olması gereken temel kazanımlar arasındadır (Dinçer, Demiriz ve Ergül, 2017). Günlük deneyimlerle ve eğitim desteği ile kazandığı öz bakım becerileri çocuğun, hayatını yetişkinden bağımsız bir şekilde sürdürmesine (Demirel, 2008; Varol, 2004), kendine güven duymasına, sorumluluk ve öz disiplin kazanmasına olanak sağlar (Mutlu, Ergişi, Ayhan ve Aral, 2012).

Öz bakım becerilerinin kazanılması çocuğun sorumluluk duygusunu güçlendirir. Yapılan araştırmalar öz bakım becerilerini kavramış çocukların diğer çocuklara oranla daha uyumlu ve sorumluluk almakta daha istekli olduğunu kanıtlamıştır. Özellikle kalabalık ailelerde yaşayan çocuklar, kendi işlerini yapmak ve kendilerinden küçük kardeşlerine bakmakla yükümlü olduklarından, sorumluluk duyguları daha fazla gelişmektedir. Sorumluluk duygusu gelişmiş çocuklar okula başladıklarında, sadece ortama uyum sağlamakla kalmamakta bunun yanı sıra grubun liderliğini üstlenmekte istekli olabilmektedir (Yavuzer, 2005). Çocuğun öz bakım becerilerini kazanması, bağımsızlaşmasının da ilk aşamasıdır. Giyinme, kendini yıkama, yiyeceklerini kendi yeme, hijyen davranışlarını yapma, uyku vb gibi işlerde çocuğa karar verme ve bağımsız hareket etme imkânlarının tanınması ve bu konuda sabırlı olunması önemlidir. Bu sayede

çocukların hata yaparak öğrenmesi ve bu becerileri sergilemekte ustalaşmaları mümkün olmaktadır (Özmert ve diğerleri, 2008).

## 2.2. Öz Bakım Becerileri İle İlgili Temel Alışkanlıklar

Alışkanlıklar zamana, yönlendirmeye ve tekrara bağlı olan kazanılmış davranışlardır. Kazanılan alışkanlıklar, bireyin yaşadığı çevreye uyumunu sağlayan ve bir kez kazanıldıktan sonra tekrarlanarak hayat boyu devamlılıkları sürdürülebilen davranışlardır. Bu nedenle okul öncesi çağda iyi ve doğru alışkanlıkların kazandırılması önemlidir. Çünkü kazanılan olumsuz alışkanlıkların düzeltilmesi çok zor, bazen de olanaksızdır (Tolon, 2002; Akt. Gazezoğlu, 2007).

Özen (2001)'e göre, alışkanlıkların edinilmesinde temel oluşturan davranışlar doğum ile başlar ve okul öncesi ile temel eğitim döneminde pekişmeye devam eder. Alışkanlıkların kazanılmasında ilk temel etkiler, annenin çocuğun beslenme, temizlik ve sevgi ihtiyacını karşılarken gösterdiği kararlılık, düzen ve duyarlılıktır. Çocuğun bu ilk yıllarda aldığı etkiler olumlu yönde ise ileride kalıcı ve gerçek davranışların edinilmesi ve çevreye uyum kolaylaşacaktır (Akt. Çetinkaya, 2012).

Çocuklar aile üyeleri ve arkadaşlar gibi modeller ya da onlara tanınan fırsatlar sayesinde birçok beceri ve davranış edinirler (Özen, Acar, Tavlar ve Çetin, 2002). Aile arası ilişkilerin istikrarlı ve duygusal bağın güçlü olduğu aile ortamında, yeterli güven ve sevgi içinde yetişen çocuklar, gelişimleri için çocuklara tanınan fırsatlarla tecrübe elde edebilirler. Bu tür aile ortamlarında, aile bireylerinin üzerlerine düşen sorumlulukların farkında olarak, çocuğa bağımsızlık yolunda gerekli fırsatları tanınması, çocuğun sağlıklı bir kişilik geliştirmesinin yanı sıra çocuğun hayatının ileri dönemlerinde de kullanacağı bazı temel alışkanlıkları kazanmasını da sağlamaktadır. Doğumdan itibaren temelleri atılmaya başlanan; yemek yeme, giyinme-soyunma, temizlik, tuvalet vb. öz bakım ile ilgili alışkanlıkları kazandırmada anne babadan sonra okul öncesi eğitim kurumlarına da önemli görevler düşmektedir (Demiriz ve Dinçer, 2000).

Bir çocuğun öz bakım becerilerine yönelik davranışları kazanmasındaki amaç günlük ihtiyaçlarını yardımsız bir şekilde karşılayabilmesidir. Çocuğun günlük yaşamındaki deneyimleriyle kazandığı öz bakım becerileri, yalnızca bireylerin bağımsızlıklarını sağlamak açısından değil, sağlık ve temizliklerini sağlamak ve korumak açısından da önemlidir (Şahin, 2011). Öz bakım becerilerinin zamanında kazanılmasının, çocuğun öz saygısının oluşumu açısından da önemli bir etkisi bulunmaktadır. Çünkü bu becerileri az gelişen bir birey birçok istenmeyen durumla karşı karşıya kalabilmektedir (Bender ve Valletutti, 1996; Akt. Çetinkaya, 2012).

Okul öncesi dönemde çocuğa kazandırılacak uyku, yemek ve tuvalet-temizlik alışkanlıkları en temel öz bakım becerilerinden bazılarıdır (Oktay, 2004). Bu becerileri giyinme, düzen-tertip, kendini tehlikelere-kazalara karşı koruma ve sağlığına dikkat etme becerileri takip eder. Bu beceriler aşağıda kısaca özetlenmiştir.

### 2.2.1. Temizlik ve Tuvalet Alışkanlığı

Kişisel temizlik, bireyin sağlığını korumak için yaptığı “öz bakım” uygulamalarını içermektedir (Soydaş, 2007). Kişinin sağlığı ile ilgili yaptığı her davranış temizlik olarak nitelendirilebilir. Temiz olmak, hastalıklara karşı en önemli savunma biçimidir. Temizlik, kişi ve toplum sağlığının dayandığı bir temel olmakla beraber aynı zamanda uygarlık seviyesinin de bir göstergesidir. Kişisel temizlik toplu kullanım alanlarında daha büyük önem kazanır (Biçer, 1996). Bu yüzden okul çağı çocuklarının, temizliklerini iyi bir şekilde sağlayabilmeleri, kendilerine ve arkadaşlarına karşı yapması gereken sorumlulukların başında gelir.

Çocuğun hayatını sağlıklı bir şekilde devam ettirebilmesi için önem taşıyan temizlik ve tuvalet becerileri kazandırılırken, yetişkinlerin gösterdiği tutumlar bu davranışların alışkanlık haline gelmesinde önemli bir etkidir. Çocuğa iyi bir örnek olmanın yanı sıra çocuğun bu becerileri ile ilgili davranışlarını gözlemlemek ve gerektiğinde onu istenilen davranışa yönlendirmek, davranışların kalıcı hale gelmesini



sağlayacaktır. Çocuğun vücudu ve vücut fonksiyonlarına karşı duyarlılığı, bu becerilerin çocuk açısından ne denli önemli olduğunu ortaya koymakta, tuvalet vb. becerilerin kazandırılmasında yetişkinlere yardımcı olmaktadır (Demiriz ve Dinçer, 2000).

Anne, baba ve öğretmenler tarafından çocuğa öğretilen öz bakım becerilerinin, bireyin çocukluktan sonra kendisi tarafından alışkanlık haline getirip sürdürmesi gerekmektedir. Tuvaletten sonra ve yemeklerden önce ellerin yıkanması bu konuya örnek olarak verilebilir. Ayrıca temizlik sadece görünür yerlerdeki kirlenme olduğunda yapılmamalıdır. Örneğin uyanınca yüzün yıkanması günlük tekrarlanan temizlik uygulamaları arasında ilk akla gelen davranışlardan biridir (Yörükoğlu, 1986). Aile ortamında ve okul öncesi eğitim kurumlarında amaç, çocukları, hayatları boyunca kullanacakları temizlik, yemek yeme, giyinme gibi temel becerilerde bağımsızlığa ulaştırmaktır. Ancak bu uygulamaların 18-30 aylıktan sonra çocuğun kendi başına yapabilmesi için gerekli ortamın oluşturulması gerekir. Öz bakım becerilerinin kazanılması, çocuğun yetişkinlerden bağımsızlığının göstergesi olması bakımından, tüm çocuklar için önemlidir (Özyürek, 1986).

Temizlik kapsamında saç temizliği, yüz, göz ve kulak temizliği, ağız ve diş temizliği, düzenli banyo yapılması, el ve tırnak temizliği, ayak temizliği, temiz çamaşır kullanılması, kendine ait havlu, tarak, çamaşır, diş fırçası, tırnak makası bulunması sayılabilir (Demiriz ve diğerleri, 2001). Temizlik uygulamalarının çocuğa bebeklikten itibaren verilmesi ve bir rutin haline getirilmesi davranışların kalıcı olması bakımından önemli bir etkidir. Ancak bu alışkanlıkları kazandırmak isterken çocuğun gelişim düzeyini göz önünde bulundurmamak ve davranışları öğretirken çeşitli yöntemler denemek öğretimi kolaylaştırmaktadır (Çetinkaya ve diğerleri, 2005). Geiger, Artz ve arkadaşları (2000); okul öncesi çocukların bulaşıcı hastalıklardan korunmasını sağlamak için el yıkamayı öğretmek amacıyla bir program hazırlanmış ve bu programdaki etkinlikler, değişik yöntemler (şarkı söyleyerek, oyunlar oynayarak ve rehber kullanarak) kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Sonuç olarak, çocukların bu şekilde daha kolay ve eğlenerek öğrendikleri ortaya çıkmıştır (Akt. Dinçer, Demiriz ve Ergül, 2017). Banyo yapmak, su ve sabunla oynamak çocuk açısından hem çok zevkli hem de sakinleştiricidir.

Ayrıca çocuğun sağlıklı bir birey olarak hayatını sürdürmesi için kendi beden temizliğini ve kendini temiz tutmayı öğrenmesi de bir gerekliliktir (Aydoğmuş ve diğerleri 2010).

Öz bakım becerileri içinde yer alan tuvalet kontrolü, çocuğun öncelikli olarak kazanması beklenen öz bakım becerilerinden biridir ve çocuğun gelişiminde oldukça önemli bir yer tutar. Tuvalet eğitimi, çocuğun bedenini ve davranışlarını kontrol altına alması için ilk fırsattır (Deniz, 1997). Tuvalet kontrolünün öğrenimi çocuğun sinirsel, fiziksel, bilişsel ve psikolojik gelişmesine bağlıdır (Özcan, 2004). Bu süreçte çocuğun kendisine söylenenleri idrak etmesi ve tuvalet eğitiminde kullanılacak çiş, kaka, tuvalet gibi kavramları ifade edebilmesi önem taşır. En önemlisi de çocuğun bu becerileri kazanmak için uygun yaşta olmasıdır. Ancak bireysel özellikler dikkate alındığında uygun yaş kavramı, her çocuk için değişiklik gösterebilmektedir. Bazı çocuklar on sekizinci ayda tuvalet eğitimini kazanırken, bazıları yirmi dördüncü ayda bu beceriyi kazanabilmektedir (Baltaş, 2004). Tuvalet eğitimini kazanmış çocuklar, arkadaşları tarafından daha çabuk kabul görmekte ve aynı zamanda eğitim kurumlarından daha fazla yararlanmaları da mümkün olabilmektedir (Sönmez, 2008).

Tuvalet eğitiminde en önemli kural, hiçbir annenin, çocuğu hazır olmadığı sürece onu tuvalete alıştıramayacağı gerçeğidir. Ebeveynler çocuklarını ne kadar tuvalete taşırlarsa taşısınlar, eğer çocuk bu alışkanlığı edinmeye hazır değilse başarılı olunamaz. Çocuk bu yeni işlemi öğrendiği zaman, ebeveynler tarafından ödüllendirilmeyi ve sevmeyi bekler. Bu da ancak çocukla ilişkilerin, temelde iyi ve düzenli olmasına bağlıdır. Burada önemli olan, çocuk kaslarını kontrol etmesini öğrenmeden bu işe girilmemesidir. Çocuk bu konuda fazla zorlanırsa, kendi gücünün üstünde şeyler beklendiği duygusuna kapılacak, bu da itici olacaktır (Dodson, 1993). Bu nedenle tuvalet eğitimine çocuğun ve ailenin hazır olduğu bir dönemde başlanması önemlidir. Her çocuğun tuvalet eğitimine hazır olma yaşı farklıdır. Ortalama 18-30 ay arası çocuklar, annenin yardımı ile tuvalete gitmeyi, elini yüzünü yıkamayı ve zaman içinde bedeninin diğer kısımlarını temizlemeyi öğrenir. Bu konuda çocuğa bakım veren kişinin vaktinden önce ve aşırı titizlikle davranması veya tam tersine çocuk tuvaletini kontrol edebilecek olgunluğa geldiği halde çocuğa gerekli yönlendirmeleri yapmaması, çocuğun bu alışkanlıkları kazanmasında birtakım sorunların ortaya çıkmasına neden olabilir.

Çocukların tuvalet eğitimine hazır olduklarını anlamak ve tuvalet eğitimine başlamak için; çocuğun “altının gündüzleri en az iki saat süreyle kuru kalabiliyor mu?, çişini az az ve sık sık yapmak yerine daha seyrek ve daha fazla miktarda yapabiliyor mu?, kısa bir uykudan sonra kuru kalkabiliyor mu?, çışı geldiğinde bunu hareketleriyle ya da sözleriyle belli edebiliyor mu?, altını kirlettiği zaman rahatsız oluyor mu?, tuvaleti kullanmak istiyor mu?” sorularını ne ölçüde karşıladığının ölçülmesi bu işi daha da kolaylaştıracaktır (Oktay, 2004; Aydoğan, 2017).

### 2.2.2. Giyinme

Yetişkin ya da çocuk olsun temiz ve özenli gözükmek, toplum tarafından kabul görme ve saygın gözükmek bakımından önem teşkil eder. Bu durum çocukların sosyal ve duygusal gelişimleri üzerinde de olumlu etkiler bırakır (Megep, 2007). Okul öncesi dönemde giyinme becerileri; şapka, pantolon, etek, bluz, çorap, mont gibi giysileri giyip-soyunma ve düğme ilikleme-çözme, çitçit ve fermuar açma-kapama, kemer takma, bağcık çözme-bağlama, hava şartlarına uygun giysiler seçme, giysilerin önünü arkasını, tersini düzünü ayırt etme, gerektiğinde düzeltme gibi ince kabiliyet gerektiren becerilerini kapsar (Yücesoy, 2007).

Okul öncesi dönem öz bakım becerilerinin en önemlilerinden biri olan giyinme, art arda aşamaları olan, karmaşık bir beceridir. Çocuğun giyinme soyunma işlemlerini yapabilmesi için belirli bir fiziksel ve bilişsel olgunluğa erişmesi gerekmektedir. Çocukla ilgili diğer tüm davranışlarda olduğu gibi giyinip soyunma ile ilgili becerilerin kazandırılmasında da sabırlı olmak, çocuğa kendi başına bu işlemleri yapabilmesi için fırsatlar vermek önemlidir. Bu süreçte çocuğun yardım almadan giyinebileceği elbiselerin tercih edilmesi, çocuğun giyinme soyunma becerilerini kazanmasını daha kolay hale getirmektedir. Ebeveynleri tarafından bu davranışı desteklenen çocuklar böylelikle bu işi bir sorumluluk olarak görebilmektedir (Goldstein, 2006).

Varol (2005)'a göre giyinme becerisi soyunma becerisine göre daha karmaşıktır ve daha geç kazanılan bir beceridir. Bu nedenle önce çocuğun soyunma davranışını yapıp yapamadığını gözledikten sonra giyinme ile ilgili becerilerin desteklenmesi faydalı olacaktır (Çetinkaya, 2012). Freud'a göre, 1-3 yaş çocukların küçük kas sistemleri yeni gelişmeye başladığı için, giyinme ve soyunma becerileri ile ilgili basit çalışmalarla başlamak önemlidir (Akt. Bayhan ve Artan, 2005). Düğme ilikleme çözme, çıtçıt açma-kapama, fermuar açma kapama, düğüm ve fiyonk yapma, el göz koordinasyonu ve ince motor becerilerinde tam bir gelişme gerektirir. Çocuğun giyinip soyunma becerisindeki kaba değerlendirmesi yapılırken, giysinin tersinden düzünü ayırma, temiz ve kirli giysiyi ayırma, aynaya bakarak görüntüyü düzeltme, mevsimlere ve hava durumuna uygun giyinmeyle ilgili becerileri kriter olarak göz önünde bulundurmak gerekmektedir (Boğday Saygılı, 2014).

Kendi başına giyinebilmek çocuğun bağımsızlığını ve özgüvenini kazanmasında önemli bir basamaktır. Çocuklar kendi başına giyinmeyi başarabildiğinde yetişkinlere bağıllığı azalır ve yardıma gereksinim duymaz. Böylelikle çocuğun kendine olan özgüveni artar ve çevreden alacağı takdir davranışları ile mutlu olur (Demirel, 2008). Giyinme davranışlarının öğretiminde becerinin gözlemlenerek, en az karmaşık olan beceriden öğretime başlanması başarı olasılığını artırmaktadır. Ayrıca, becerilerin gözlemlenmesi, çocuğun yapabildiklerini belirlemede, öğretime nereden başlanacağını göstermede ve öğretimin etkililiğini değerlendirmede yol gösterici nitelik taşımaktadır (Vuran, 1989).

### 2.2.3. Düzen-Tertip

Çocukların bağımsızlığını kazanması yolunda küçük yaşlardan itibaren kendilerinden beklenen bir başka öz bakım becerisi de düzen tertiptir. Bu konuda çocukla kurulan iyi iletişim, kazandırılmak istenilen davranışın öğrenimini daha kolay hale getirmekte ve 3-6 yaş çocuğunun yetişkinin yaptığı şeylere karşı ilgi duyması bu işi kolaylaştırmaktadır. Oyunlarında daha çok yetişkinin günlük davranışlarını taklit eden çocuk, evde anneye ve babaya yardım etmekten, sofrayı kurmaktan, çamaşır toplamaktan,

toz almaktan vb. büyük keyif alır (Oktay, 1984). Bu anlamda çocuğun okulda ve evde yapabilecekleri işleri onlara görev olarak vermek, düzen tertip becerilerinde ustalaşmalarını desteklemektedir (Demiriz ve Dinçer, 2000). Bu davranışları; ev ve okul eşyalarını düzene sokma, temiz ve özenle kullanma, toplama, katlama, asma, yerleştirme şeklinde saymak mümkündür. Çocukların bu davranışları kazanabilmeleri için deneyimleme yapabilecekleri ev ve eğitim ortamları düzenlenmesi, çocuğa bu konuda fırsatlar yaratılması ve aile iletişim etkinlikleri aracılığıyla bu konulara evde de özen gösterilmesinin istenmesi faydalı olacaktır (OÖEP, 2013).

#### 2.2.4. Beslenme

Genel tanımıyla beslenme; büyüme, hayatın devam ettirilmesi ve sağlığın korunması için besinlerin vücuda alınıp, kullanılmasıdır. Bu nedenle de enerji ve besin öğelerinin yeteri miktarda ve dengeli bir şekilde alınması, çocukların sağlıklı gelişmeleri için önemlidir (Garipağaoğlu, Saydam, Gökçay, 2003). Başka bir tanımla beslenme, besinlerin vücudumuza yeterli miktarda enerji, karbonhidrat, protein, yağ, vitamin ve minerallerin alınmasıdır (Şanlıer, 2003). Vücudun büyümesi, gelişmesi için ihtiyaç duyulan bu besinlerin her birinin yeteri kadar alınması durumu "yeterli ve dengeli beslenme" kavramı olarak nitelendirilir (Merdol, 1999). Okul öncesi dönemde beslenmenin; çocuğun büyümesinin, tüm gelişim alanları ve davranışları üzerinde etkisi olduğundan yeterli ve dengeli beslenmenin yanı sıra sağlıklı beslenme eğitimi de bu dönemde önem kazanmaktadır. Bu nedenle okul öncesi dönemde çocuğun düzenli bir beslenme programına alıştırılmasının ileri yaşamındaki beslenme düzeninin temelini oluşturacağı muhakkaktır (Köksal, 2007). Çocuklukta geliştirilen yeme ile ilgili alışkanlıklar, çocuklukta, yetişkinliğe geçerken ki beslenme seçimlerinde devam ettirilir. Bundan dolayı, okul öncesi dönemdeki beslenme eğitimi yaşam boyu sağlıklı yeme alışkanlıkları için bir temel oluşturur (Matheson ve diğerleri, 2002).

Bebekler ve çocuklar, devamlı büyüme ve gelişme içinde oldukları için beslenmenin yetersiz ve dengesiz olması bu grubu oldukça etkilemektedir (Yalçın, 1992). Bebekler üzerinde yapılan çalışmalar, erken yaşta beslenme bozukluğunun ve

yetersizliğinin zihin gelişimini olumsuz yönde etkilediğini göstermektedir. Ayrıca bu konuda yapılan araştırmalarda görüldüğü üzere, erken yaşta yetersiz ve dengesiz beslenme çocuklarda duyuşsal ve fiziksel bozukluklar meydana getirmekte, neticede yetersiz ve dengesiz beslenen çocuk okuma-yazma ve öğrenmede temel mekanizmayı belirleyen zeka testlerinde yeterli ve dengeli beslenenlerden daha geri kalmaktadır. Aynı zamanda erken yaştaki beslenme bozuklukları, çocukları bedensel, sosyal ve duyuşsal yönden de önemli ölçüde etkilemektedir (Poyraz, 1987; Ünüsan, 2001).

Görüldüğü gibi gelişimi en çok etkileyen unsurlardan biri olan beslenme, doğum öncesinden başlayan ve hayatın sonuna kadar devam eden yaşamsal bir süreçtir. Yetersiz ve dengesiz beslenme sadece büyümeyi olumsuz etkilemekle kalmayıp çocuğun zihinsel ve fiziksel becerilerinin gelişimini de olumsuz yönde etkilemektedir (Yavuzer, 2012). Bu kapsamda çocuğun okul öncesi dönemde edindiği yemek yeme alışkanlığı, hayatının gelecekteki dönemlerini etkileyerek ileride ortaya çıkabilecek beslenme sorunlarını önlemede çözüm yolunu oluşturmaktadır. Çünkü beslenme çocuğun tüm gelişim alanlarında ve davranışları üzerinde etkili olmaktadır. Yeterli ve dengeli beslenmeme sonucu oluşun sorunların önlenmesini de evde ve okulda verilen beslenme eğitimi ile sağlamak mümkündür (Merdol, 1999).

Yavuzer'e göre, yemek yeme, çocuğun kendi bağımsızlığını kazanabilmesi yolunda attığı önemli adımlardan biridir. Çocuğun bunu başarılı bir şekilde yapabilmeside ailenin çocuğa oluşturduğu imkan ve fırsatlara bağlıdır. Okul öncesi çağda çocuklar aile üyelerini ve diğer büyüklerini, okulda ise öğretmenlerini model alırlar. Bu nedenle çocuğun yanında yetişkinlerin yemeğe karşı ilgi ve tutumu çocuğu bu davranışı kazanmasında oldukça etkilidir. Ancak ailenin sofrta ortamı yeterli ve dengeli beslenme için iyi bir örnek teşkil etse de çocuktaki doğru beslenme alışkanlıklarının oturması zaman almaktadır (Şenol, 1995). Çocuk tarafından model alınan kişi, çok çeşitlilikte yiyorsa, çocukta değişik yiyecekler yer. Bir olası yöntem de bir ısırık yöntemidir: makul ölçülerde, çocuk en azından bir ısırık almalıdır veya ona sunulan yiyeceği tatmalıdır. Ara yemekler için, ebeveynler kabul edilebilir birkaç olasılık sunmalı ve çocuğun bunlar arasından seçim yapmasına izin vermelidir; yiyecek seçimi için sorumluluk erken başlamalıdır (Wardlaw, 2003).

Okul öncesi dönemde çocukluğun ilk yılları yetişkine bağımlı ve sınırlı türden besinler tüketilerek ilerlerken, sonralarda bağımsız, çeşitli türden besinleri tüketerek devam eder. Bu dönem çocuklarında büyüme ve gelişme hızla devam ettiği için yaşa uygun yeterli ve dengeli beslenme çok önemlidir. Uzmanlar, bu yaşlarda alınan günlük enerjinin % 45-50'sinin karbonhidrattan, % 15-20'sinin proteinden, % 30-35'inin de yağlardan gelmesini önermektedir (Gökçay ve Garibağaoğlu, 2010). Ancak bu dönem beslenme açısından oldukça değişkenlik gösterebilir. Genel olarak okul öncesi dönemde çocuk yiyeceklere karşı bir tepki geliştirir. Yiyecekler yerine etraflarında olan bitenler bu dönem çocukların daha çok ilgisini çeker. Bu yaş çocukları besinleri karışık olarak tüketmek yerine daha sade yemekten hoşlanırlar. Bu dönem, çocuğun besinleri çok fazla seçtiği, aile için zor ama geçici bir dönemdir. Bu konuda çocuğun ailesinin sabırlı olması ve her türlü yiyeceği çocuk yemese de sunması ve hiçbir yiyeceğin tatları karışacak şekilde peş peşe verilmemesi ve çocuğun yiyeceği kabul etmediği davranışlarına bazen izin verilerek, zorlanmaması önem taşımaktadır (Merdol, 1999).

Yemek yeme çocuğun doğuştan değil sonradan kazandığı bir davranıştır. Doğumdan itibaren uygulanan besleme şekli çocuğun gelecekteki beslenme alışkanlığını da önemli ölçüde etkiler. Örneğin, karnı acıktığı için ağlayan bir bebeğe annenin zamanında cevap vermemesi ya da her ağlama sesini acıkmaya bağlayıp sürekli beslemeye kalkması o çocukta çok erken dönemde yeme alışkanlığı sorunlarının oluşmasına neden olabilmektedir (Bayhan ve Artan, 2005). Ünver (2004) ve Ünver, Ünüsan (2005) tarafından okul öncesi eğitim alan 5-6 yaş çocukları ile yapılan iki ayrı araştırmada, besin gruplarına yönelik beslenme eğitim programının çocukların beslenme bilgisi ve davranışlarına etkisi incelenmiş ve sonuçta beslenme eğitim programına katılan çocukların besin gruplarına ilişkin bilgi düzeylerinde artış olduğu ve eğitim programının çocukların yeterli-dengeli beslenme alışkanlıklarını kazanmalarında destekleyici olduğu belirlenmiştir. Bu doğrultuda erken yaşlardan itibaren çocuklara öncelikle yemek yemeye ilişkin davranışlar kazandırılmaya çalışılır ve çocuğun diğer bireylerle birlikte masaya gelmesi, uygun bir biçimde masaya oturması, kaşığı ya da çatalını eline alması, yiyeceğini ve içeceğini olabildiğince dökmeden yeyip içmesi, bıçakla yiyeceğini keserek yemesi, yemeğini yedikten ve sofranın toplanmasına yardım ettikten sonra ellerini yıkaması teşvik edilir. Bunun için öncelikle anne-baba, öğretmen ve diğer yetişkinlerin

konuya ilişkin doğru bilgilerle bilinçlendirilmeli, yetişkinler çocuklar için iyi bir model olmalı ve yemek saatleri düzenli hale getirilmelidir (Haktanır, 2011).

Yapılan araştırmalar, çocukları doğduklarından itibaren yeterli ve dengeli beslenen toplumların, daha sağlıklı ve üretken olduklarını ve özellikle yedi yaşa kadar yeterli ve dengeli beslenen çocukların, diğerk etkenlerden bağımsız olarak okul başarılarının daha yüksek olduğunu ortaya koymuştur (Dereli, 2006). Bu bağlamda, okul öncesi çocuklara verilecek beslenme eğitimi ve desteğı ile çocuğun gelecekteki beslenme davranışlarına yön verilmesi mümkün olmaktadır (Ünver, 2004). Bu süreçte çocuklara yemek saatinde sofraya ile ilgili görevler (masa hazırlama, bardakları koyma, su doldurma, ekmek ve yiyecek servisi yapma) verilmesi, sosyal ortamlarda arkadaşları ve diğerk yetişkinlerle yemek yemelerinin teşvik edilmesi hem çocuklara zevk verecek hem de zihinsel, motor, sosyal ve duygusal gelişimlerine olumlu katkılar sağlayacaktır. Bu nedenle tüm gelişim alanlarını destekleyen ve temel alışkanlıkları kazandırmayı hedefleyen bu tür etkinliklerin, yaparak yaşayarak öğrenme temelinde çocuğa sunulması önemlidir (Osmanoğlu, 2011). Sağlıklı beslenme bilincinin yerleşmesi için okul öncesi eğitim kurumlarında uygulanabilecek beslenme programları, hem çocukların büyüme ve okul başarılarının artmasında etkili olacak hem de sağlıklı ve dengeli beslenme alışkanlığı edinen çocuklarla sağlıklı nesillerin yetişmesi mümkün olacaktır (Kasnakoğlu ve Ülgüray, 2003).

#### 2.2.5. Dinlenme

Uyku; bireyin duyuşsal ya da başka uyarılarla geri döndürülebilen bir bilinçsizlik hali olmasının yanı sıra, vücudu yaşama yeniden hazırlayan aktif bir yenilenme sürecidir. Düzenli bir şekilde günün belirli saatlerinde yaşanan uyku hali, insanların doğduklarından itibaren büyümesini, gelişmesini, öğrenmesini ve dinlenmesini sağlamakta, bir sonraki güne hazırlanması için vücudu yenilemektedir. Uyku sağlıklı yaşamın en önemli ihtiyaçlarından biridir (Özcanlı ve diğerkleri, 2012).



Uyku çocuk için yemek yeme, nefes alma kadar gerekli bir ihtiyaç olduğu kadar hem bedensel hem de ruh sağlığının sürdürülmesi içinde oldukça önemlidir (Zaybak, 2012). Çocuğun uyku ve dinlenme alışkanlığının da kazanmasında uyku saatlerindeki tutarlılık önemli bir etkidir. Uyku zamanı, genelde tüm çocuklar için zor bir zamandır. Çoğu zaman çocuk gün içinde yaşadığı olumsuz durumları uyku zamanı adeta tekrar yaşayarak tedirgin olur ve bu olumsuz durumlar ile tek başına kalmak istemediği içinde uykuya karşı direnç gösterebilir. Bu durum evde sıkça yaşanmakla birlikte özellikle okul öncesi eğitim kurumunun ilk günlerinde bazı çocukların uyumaya ve dinlenmeye karşı büyük tepki gösterdikleri gözlenir (Özgüven, 1998; Akt. Tamkavas, 2003)

Çocuğun sürekli hareket halinde oluşu, onun kas ve sinir sistemini yorgun düşürür. Yorgunluğun çocuk davranışlarında olumsuz etkisi vardır. Hareket sırasında kandaki oksijen miktarı fazla harcandığı için yorgun vücutta oksijen miktarı azalır ve beyne yeterli oksijen gitmez. Bu durumda oksijensiz vücut uyuşuk bir hal alır. Zihinsel ve bedensel hareketlerde ağırlaşma olur ve bu esnada çocuğun dinlenmesi gerekir. En iyi dinlenme ise uykudur. Düzenli ve yeterli bir uyku gereksiniminden dolayı, okul öncesi çocuğun gece uykusu dışında öğleden sonraları da belirli saatlerde uyuması, günün kalan saatlerini daha neşeli ve canlı geçirmesine yardımcı olur (Yılmaz, 1999).

Uyku ihtiyacı çocuğun yaşına ve gereksinimine göre farklılık gösterir. Küçük yaştaki çocukların uyumaya daha fazla ihtiyacı vardır. Yeni doğan bebekler günde yaklaşık 16-18 saat uyurken, 1 yaş bebeklerinde bu süre yarı yarıya düşmektedir. Uykunun ritmi ve derinliğinde de ilk bir yılda hızlı değişimler görülür. Yaklaşık bir ay boyunca bebekler ortalama günde 7-8 kez kısa süreler halinde uyurlar. Altıncı haftadan sonra bu kısa uykuların yerini günde 2-4 kez daha uzun uyku periyotlarının aldığı görülür. Yirmi sekizinci haftadan itibaren bebeklerin büyük bir çoğunluğunun bütün gece boyunca aralıksız uydukları gözlenmektedir. Genellikle yeterli kabul edilen uyku süresi 2-5 yaş için 13-15 saat, 6-8 yaş için 12 saat, 8-10 yaş için 11 saat ve 10 yaşından ergenlik dönemine kadar 10-11 saattir. Her yaşta çocuğun gereğinden çok uyuması, yetersiz uyumasından daha iyidir (Yavuzer, 2005).

Çocukların sağlıklı büyümeleri için düzenli uykuya ihtiyaçları vardır ve çocuklara bu alışkanlığın kazandırılabilmesi için gün içinde evde ya da okul öncesi eğitim kurumlarında çocuklar için uyku saatlerinin düzenlenmesi, uyumaya karşı direnç gösteren çocukların ise yatarak dinlenmelerinin sağlanması önemlidir (Megep, 2007). Çocukların hayatında rutinler önemli bir yer tutmaktadır ve günlük hayat içerisinde öğrenilen pek çok şey bu rutinlerle gerçekleşmekte ve alışkanlık haline dönüşmektedir. Beslenme gibi uyku da rutinlerle öğrenilip düzenli bir hale gelmekte ve ailenin uyku rutinleri ve düzeni, ev ortamı, çocuğa bakan kişiyle ilişkisi uyku alışkanlıklarını belirleyen etkenler olarak öne çıkmaktadır (Yürümez, 2011). Çocuklara bu konuda doğru tutum ve davranışlar öğretilmesi, sakinleştirici müzik dinletmek, yatarken yanında sevdiği bir oyuncak ya da nesnenin bulunması, uykudan önce banyo yapmasının sağlanması ve yatma saatinden önce dinlemekten keyif aldığı bir hikâye okunması ya da anlatılması çocuğun uyku düzenine kavuşmasına yardımcı olacak unsurlardır (Uysal, 2003).

#### 2.2.6. Kendini Tehlikelere ve Kazalara Karşı Koruma

Öz bakım becerileri içerisinde güvenliğini sağlayabilme kendini tehlikeli durumlardan koruma da yer almaktadır. Okul öncesi dönem, çocuğun dikkatsizliği, ilgisizliği, aceleciliği ve büyüme kaynaklı bedensel dengesizliği nedeniyle birçok tehlikeyle karşı karşıya geldiği bir dönemdir (Ege, 1995). Çocukların evde, okulda ve çevrelerinde oluşabilecek birçok tehlike vardır. Bu konuda yetişkinlerin çocuğa yapacakları uygun uyarılar ve bilinçlendirmeler çocuğun kendisini tehlike ve kazalardan korumasını sağlayacaktır (Demiriz ve Dinçer, 2000).

Tehlikeleri fark etme ve tehlikelerden korunma becerisi çocuklarda doğumdan itibaren gelişmeye başlamaktadır. Yaşamın ilk yıllarında ev, çocukların ilk kaza tecrübelerini yaşadıkları yerdir. Çocukların evde ve yakın çevrelerinde maruz kalabilecekleri birçok kaza vardır (Avery ve Jackson, 1993). Çocuklar yaşadıkları olaylar ve gelişim özellikleri doğrultusunda bazı tehlikelerin farkında olabilmekte ve kendilerini tehlikelerden belli ölçüde koruyabilmektedirler. Akşin ve Tunçeli (2015)'nin, çocukların tehlike kavramına ilişkin görüşlerini inceleyen araştırmasında, çocukların tehlikeli

gördüğü durumların, genelde fiziksel ve çevresel tehlike arz eden durumlar olduğunu tespit etmiştir. Çocukların okula gelirken, okul ortamında ve oyunları sırasında tehlikeli olarak gördükleri durumlar (bir yerden düşmek, bir şeyin üzerine düşmesi, makas gibi aletlerin yarattığı tehlike gibi) incelendiğinde bu durumların yine çoğunlukla fiziksel ve çevresel tehlike içeren durumlar olduğu saptanmıştır. Çocuklar en çok arkadaşları ile oyun oynarken sosyal tehlikeler ile karşı karşıya kaldıklarını ifade etmişlerdir (Dinçer ve diğerleri, 2017).

Çocuklar yetişkinlere duyduğu ilgi ve onların yaptığı işlere hevesleri nedeniyle anne ve babaların ev içi görevlere çocuklarını da dahil etmeleri, çocuğun becerilerini ve duygusal sosyal yönden gelişimini destekleyeceği gibi bu görevler sırasında tehlikeli durum ya da nesnelere de karşılaşabilecekleri olasıdır. Bu yüzden ev ya da okul ortamı çocuğa göre düzenlenmeli, çocuğa “dur, yapma, ben yapayım” gibi engellemeler yerine çocuğun eğilimleri yönlendirilmeli, kendi başına yapabileceği çalışmalar için fırsat verilmelidir (Topbaş, 2014)

### 2.2.7. Sağlığına Dikkat Etme

Çocuklar ailesinden öğrendikleri, “Hastalık nedir? Neden ateşleniriz? Hastalıktan korunmak için ne yapmalıyız? Hangi yiyecek/içecekler sağlıklı?” vb. basit sağlık bilgilerinin üzerine, okulda öğrendikleri bilgileri de ekleyerek, sağlıklı bir birey olma yolunda ilerlerler (Aslan ve diğerleri, 2006). Bu aşamada çocuğa verilen sağlık eğitimi, çocukların kendi sağlığını korumaya yönelik nasıl bir tutum göstermelerini öğrenmeleri açısından etkilidir. Okul öncesi dönemde çocuğa verilen sağlık eğitimi; kendi sağlığı için alması gereken önlemlerin neler olduğunun farkına vardırarak, kişisel hijyeninin önemini kendisine benimsetmek ve hijyen davranışlarını alışkanlık edinmesini sağlamak, çevresine karşı duyarlılığı öğretmek ve çevresini güzelleştirmek konusunda sorumluluk hissettirmek, hastalıklardan korunma yöntemlerini benimsetmek şeklinde açıklanabilir. Sağlığın korunmasında en temel beceri kişisel temizliktir ve bu nedenle çocuğa ilk kişisel temizlik kurallarının öğretilmesi gerekmektedir (Aslan ve Kaya, 2009).

### 2.3. Okul Öncesi Çocukların Gelişim Dönemlerine Göre Öz Bakım Becerileri

Sağlıklı ve olumlu davranışlara sahip çocuklar yetiştirmek, onların gelişim özelliklerini tanımak ve bu özellikler gereğinde ihtiyaçlarının neler olduğunu bilmeye bağlıdır. Çocukların gelişim dönemlerine ait özelliklerini bilmek, verilen eğitimleri daha kolay hale getirir ve hata yapılmasını en aza indirger. Özellikle okul öncesi dönemin gelişim açısından kritik ve en hızlı dönem olması nedeniyle alışkanlıkların bu süreçte kazandırılması önemlidir (Demirel, 1989). Myers (1990)'e göre gelişim bir bütündür ve gelişim alanları içiçedir. Dolayısıyla çocuğun bir gelişim alanındaki olumlu ya da olumsuz değişimler, diğer gelişim alanlarında aynı oranda etkiler (Akt. Küçükaya, 1989). Bu konuda yapılan araştırmalar, belli yaş aralıklarında benzer gelişim dönemlerin, ortak eğilimlerin ve davranış kalıplarının bulunduğunu ortaya koymuştur. Bu çerçevede bireysel farklılıklar göz önünde bulundurularak ortak özelliklerin ve davranışların bilinmesi, çocuğun eğitiminde gidilecek yolu belirleme konusunda kolaylık sağlar (Yörükoğlu, 1980).

36-48 aylık çocukların öz bakım becerileri: Bu yaş aralığındaki çocuklar; kendi kendine yemek yer, düğmesiz ve bağısız giysileri yardımsız çıkarır, yardımla giyinir, giysilerinin ön ve arkasını ayırt eder, ellerini yıkar ve kurular, dişlerini yardımla fırçalar, saçını yardımla tarar, tuvalet gereksinimlerini yardımla karşılar, kendine ait eşyaları toplar (MEB-OÖEP, 2013). Bu dönem çocuğun hayal dünyasının geniş olduğu bir dönem olduğu için, somut deneyimlere ilaveten çocuklara kazandırılacak alışkanlıklarla ilgili masallar anlatılması, kitaplar okunması ve eğitici materyaller oluşturulması yararlıdır (Sütçü, 2006).

48-60 aylık çocukların öz bakım becerileri: Bu yaş aralığındaki çocuklar; saçını tarar, giysilerini yardımsız çıkarır, giyer, kendi giysisindeki büyük düğmeleri çözer, ilikler, giysilerini asar, ellerini yüzünü yardımsız yıkar, ayakkabısının bağcığını yardımla bağlar, dişlerini fırçalar, sofraya kurallarına uyar, yemek yerken doğru araç-gereci kullanır, ekmeğine bıçakla yumuşak şeyleri sürer, tuvalet gereksinimlerini yardım almadan karşılayabilir (MEB-OÖEP, 2013; Darıca, 2002). Bu dönem yaratıcılık dönemi olarak da değerlendirilir. Çocukta resme ve bir enstrümana ilgi duyma bu dönemlerde başlar. Oyun

hamurları, su dolu kaplar, boyalar vb. ile oynamak çocuğa büyük keyif verir. Mercimek, pirinç, fasulye gibi besinler oyun malzemesi olarak kullanılabilir. Çocuklar, bu malzemeleri avuçlamak, bir kaptan diğer kaba boşaltmak, ipe boncuk dizmek gibi küçük motor becerilerini geliştiren eğlenceli etkinliklerle öz bakım becerileri konusunda daha yeterli ve profesyonel hale gelebilirler (Sütçü, 2006).

60-72 aylık çocukların öz bakım becerileri: Bu yaş aralığındaki çocuklar artık çoğu işlerini kendi yapabilir. Yetişkinden bağımsızlığını kazanmıştır. Bu dönemdeki çocuklar; elini yüzünü yıkar ve kurular, dişlerini fırçalar, vücudunu yıkar, kendisi giyinir, soyunur, günlük işlerde sorumluluk alır ve yerine getirir, duruma ve hava şartlarına uygun giyinir, giysilerinin düğmelerini, çitçitlerini kendi açar, ilikler, ayakkabılarındaki bağcıkları bağlar, bıçakla yumuşak yiyecekleri keser, tabağına servis tabağından yiyecek alır, kendi sandviçini hazırlar, yemek araç gereçlerini doğru kullanır, sofranın kurulmasında toplanmasında yardımcı olur, tehlike yaratacak durumlardan uzak durur, sağlığına dikkat eder, önlem alır (MEB-OÖEP, 2013).

#### 2.4. Okul Öncesi Eğitim Programında Öz Bakım Becerilerinin Yeri

Ülkemizde Milli Eğitim Bakanlığı tarafından hazırlanan okul öncesi program kitabı, çocukların gelişim özelliklerini dikkate alarak bütüncül bir yaklaşımla çocuğun tüm gelişim alanları ile birlikte öz bakım becerilerinin de ele alınmıştır. Çocuğa kazandırılacak olan öz bakım becerileriyle ilgili temel bilgi ve alışkanlıklar onun sağlıklı bir birey olarak yetişmesini sağlayacak ve ileri yaşlarında bağımsız, kendine yeten, topluma uyumlu, olumlu davranışlara sahip bir birey olmasına zemin hazırlayacaktır. Çocuğun hayatındaki bu önemli dönemde bütüncül öğretim yaklaşımları, somut ve zengin öğrenme deneyimleriyle beslenme, giyinme-soyunma, temizlik, tuvalet, tehlikelerden korunma, sağlığına dikkat etme, dinlenme gibi öz bakım becerilerinin kazandırılması ve alışkanlık haline getirilmesi mümkün olacaktır (Oktay, 1999).

Okul öncesi dönemde özellikle okula ilk başlayan çocuklarda, davranışlar henüz alışkanlık haline gelmediği için öz bakım becerilerinde devamlı olarak tekrarlar yapmaya

ihtiyaç duyulur. Öz bakım becerilerini yapabilme konusunda güdülenen çocuk daha istekli olacağından, çocuğu güdülemede alışkanlığın oluşması kadar önemlidir. Belli bir düzeni ve biçimi olan bu eylemler, etkili şekilde uygulatıldığı takdirde çocuğun gelişimsel bütünlüğüne ve işlevselliğine katkıda bulunmaktadır (Ergün ve diğerleri, 2009).

MEB (2013) tarafından 36-72 aylık çocuklar için hazırlanan Okul Öncesi Eğitim Programı incelendiğinde özellikle sekiz kazanımın öz bakım becerileri ile ilişkili olduğu görülür. Bu kazanım ve göstergeler aşağıda sıralanmıştır.

#### Kazanım ve Göstergeler

**Kazanım 1. Bedeniyle ilgili temizlik kurallarını uygular.**

Saçını tarar.

Dişini fırçalar.

Elini, yüzünü yıkar.

Tuvalet gereksinimine yönelik işleri yapar.

**Kazanım 2. Giyinme ile ilgili işleri yapar.**

Giysilerini çıkarır, giyer.

Ayakkabılarını çıkarır, giyer.

Düğme açar/ kapar.

Ayakkabı bağcıklarını çözer/bağlar.

**Kazanım 3. Yaşam alanlarında gerekli düzenlemeler yapar.**

Ev ve okuldaki eşyaları temiz ve özenle kullanır.

Ev ve okuldaki eşyaları toplar.

Ev ve okuldaki eşyaları katlar.

Ev ve okuldaki eşyaları asar.

Ev ve okuldaki eşyaları yerleştirir.

**Kazanım 4. Yeterli ve dengeli beslenir.**

Yiyecek ve içecekleri yeterli miktarda yer/içer.

Öğün zamanlarında yemek yemeye çaba gösterir.

Sağlığı olumsuz etkileyen yiyecekleri ve içecekleri yemekten/ içmekten kaçınır.

Yiyecekleri yerken sağlık ve görgü kurallarına özen gösterir.

Kazanım 5. Dinlenmenin önemini açıklar.

Kendisini dinlendiren etkinliklerin neler olduğunu söyler.

Dinlendirici etkinliklere katılır.

Dinlenmediğinde ortaya çıkabilecek sonuçları söyler.

Kazanım 6. Günlük yaşam becerileri için gerekli araç ve gereçleri kullanır.

Beslenme sırasında uygun araç ve gereçleri kullanır.

Beden temizliğiyle ilgili malzemeleri kullanır.

Çevre temizliği ile ilgili araç ve gereçleri kullanır

Kazanım 7. Kendini tehlikelerden ve kazalardan korur.

Tehlikeli olan durumları söyler.

Kendini tehlikelerden ve kazalardan korumak için yapılması gerekenleri söyler.

Temel güvenlik kurallarını bilir.

Tehlikeli olan durumlardan, kişilerden, alışkanlıklardan uzak durur.

Herhangi bir tehlike ve kaza anında yardım ister

Kazanım 8. Sağlığı ile ilgili önlemler alır

Sağlığını korumak için yapması gerekenleri söyler.

Sağlığına dikkat etmediğinde ortaya çıkabilecek sonuçları açıklar.

Sağlığını korumak için gerekenleri yapar (MEB, 2013).

## 2.5. Öz Bakım Becerileri İle İlgili Araştırmalar

Poyraz (1987), anaokulu-anasınıflarının beslenme programları ve öğretmenlerinin beslenme eğitimi alanındaki bilgileri üzerine yaptığı araştırmada, anaokulu-anasınıflarının % 91.8'inde beslenme programının olduğu ve öğrencilerin %86.8'inin beslenme saatini sevdikleri saptamıştır. Beslenme saati daha çok öğrenciye evden ne verilirse onu getirme şeklinde uygulandığı, beslenme saati dışında ise yiyecek hiçbir şey getirmedikleri sonucuna ulaşılmıştır.

Deniz (1997), annelerin tuvalet eğitimine ilişkin bilgi ve uygulamalarını incelediği araştırmasında, 1-3 yaş grubu çocuğu olan 200 anne ile çalışmıştır. Verilerin toplanmasında anket formu kullanmıştır. Araştırma sonucunda annelerin çoğunun yanlış

dönemde tuvalet eğitimine başladığı, anne yaşına ve aile yapısına göre annelerin tuvalet eğitimi konusunda bilgi ve uygulamaları arasında önemli bir fark olmadığı, eğitim düzeyi arttıkça tuvalet eğitimine başlanmasında doğru yaşı bilme oranının arttığı ve çocuğun altını gündüz bağlama oranının azaldığı, ailedeki çocuk sayısı arttıkça tuvalet eğitiminde yanlış yöntem kullanma oranının arttığı ve annelerin bu yöntemleri rahat ve sağlıklı buldukları saptanmıştır.

Kaya (1999), üç-altı yaş grubu çocuklarına ana baba eğitimi destekli verilen beslenme eğitiminin, çocukların beslenme bilgi ve davranışlarına olan etkisini incelediği araştırmasında anaokuluna devam eden 50 öğrenci ile çalışmıştır. Verileri toplama sürecinde “Beslenme Bilgisi Saptama Formu”, Aileye İlişkin Bilgi Saptama Formu” ve “Davranışa İlişkin Bilgi Saptama Formu” kullanılmıştır. Araştırma sonucuna göre verilen eğitimin çocukların beslenme bilgi düzeylerinde önemli artış olduğu, deney ve kontrol grubunun arasında bu konuda çok anlamlı bir farklılık görülmediği, her iki grubun yemek yeme alışkanlıklarında kısmen olumlu yönde bir gelişme olduğu ortaya çıkmıştır.

Demiriz ve Dinçer (2000) okulöncesi dönem çocuklarının öz bakım becerilerinin annelerinin çalışıp-çalışmama durumlarına göre inceledikleri, çalışma grubunu Ankara il merkezi orta sosyo ekonomik düzeydeki 5-6 yaş çocuğuna sahip 298'i çalışan, 216'sı çalışmayan olmak üzere 514 annenin oluşturduğu araştırmalarında; çocukların yemek yeme, giyinme-soyunma, temizlik- tuvalet, tertip-düzen, tehlikelerden korunma gibi öz bakım becerileriyle ilgili birçok davranış kazanma düzeyi ile annelerinin çalışıp-çalışmama durumları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark olduğu, çalışan anne çocuklarının öz bakım toplam puanlarının çalışmayan anne çocuklarından daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Demiriz ve Dinçer (2001), 5-6 yaş çocuklarının öz bakım becerilerinin cinsiyet ve okulöncesi eğitim alıp almama durumlarına göre dağılımlarını inceledikleri araştırmalarında, Ankara'daki resmî ve özel okulöncesi eğitim kurumuna devam eden ve okulöncesi eğitim almayan 253 kız, 261 erkek olmak üzere toplam 514 çocuğun anne ve babaları ile çalışmışlardır. Yüz yüze görüşme tekniği ile sorulmasıyla veriler elde



edilmiştir. Araştırmanın sonucuna göre; cinsiyet açısından anlamlı bir fark olmadığı, okulöncesi eğitim alıp almama durumlarına göre anlamlı fark olduğu ortaya konulmuştur.

Matheson ve Spranger (2002), 62-76 ay arası çocuklarının yiyecek alımları ve yiyecek tecrübeleri üzerine yaptıkları araştırmalarında; çocukların yarıdan fazlası bütün nesnelere içinde yiyecekleri sınıflandırmak için birden çok mantık kullanırken, bazı çocuklar sürekli aynı mantıkla hareket etmişler ve yiyecekleri renklerine göre gruplandırdıkları, çocukların kişisel deneyimleriyle yemeği öğrendiklerini, çıkan sonuçların Bronfenbrenner'in hipotezi ile uyum içinde olduğu, buna göre çocuğun çevresini algılaması davranışlarını ve yeme alışkanlıklarının çocuğun yeme davranışlarını şekillendirdiği sonucuna ulaşılmıştır.

Çan, Topbaş ve Kapucu (2004), kırsal ve kentsel yerlerdeki iki ayrı ilköğretim okuluna devam eden öğrencilerin hijyen alışkanlıklarını inceledikleri araştırmalarında iki okuldan 156 öğrenci ile çalışmıştır. Verileri toplamak için 37 sorudan oluşan anket formu kullanılmıştır. Araştırmanın sonucunda kırsal bölgedeki öğrencilerin kentsel bölgedeki öğrencilerden daha fazla olarak "sabah kalkınca" ve "tuvalete girmeden önce" el yıkama alışkanlıklarının olduğu saptanmıştır. Kentsel bölgedeki öğrencilerin ise kırsal bölgedekilerden daha fazla "her hafta en az bir defa el tırnaklarını kestikleri", "tuvalet kâğıdı kullandıkları", "iç çamaşırını değiştirdikleri" ve "her gün çorap değiştirdikleri" bulunmuştur.

Çelebi (2004) okul öncesine devam eden yüksek sosyo-ekonomik ve düşük sosyo-ekonomik düzeyden ailelerde yetişen çocukların çürük diş sıklığı ve buna neden olabilecek faktörleri incelemiştir. Araştırmasında 150 çocuk ile çalışmıştır. Çalışma sonucunda düzenli diş fırçalama, düzenli hekim kontrolleri, ara öğünlerde tatlı gıdaların alınmaması ve bilinçli bir aileye sahip olan çocuklarda diş çürüğünün daha az görüldüğü ve bu sonuçların sosyo-ekonomik düzeyi yüksek olan ailelerin lehine olduğu ortaya çıkmıştır.

Ünver ve Ünüsan (2004), beş-altı yaş grubu çocuklara verilen beslenme eğitiminin etkisini incelediği, anaokuluna devam eden 50 çocuk ile çalıştığı

araştırmasında, çocuklara beslenme konusunda bilgilerini artırıcı ve yemek yeme alışkanlıklarını olumlu yönde geliştirici eğitimler verilmiştir. Araştırmada; okul öncesi eğitim kurumlarında verilen beslenme eğitiminin çocukların beslenme bilgisini artırarak, yeme davranışlarını olumlu yönde değiştirdiği sonucuna varılmıştır.

Çetinkaya ve diğerleri (2005), sosyo-ekonomik düzeyi farklı üç ilköğretim okulu öğrencilerinin kişisel hijyen alışkanlıklarını inceledikleri araştırmalarında 563 öğrenci ile çalışmışlardır. Verilerin toplanması sürecinde kırk iki sorudan oluşan anket formu oluşturularak öğrencilere, ailelerinin sosyo-demografik özellikleri ve kişisel hijyen alışkanlıklarını içeren sorular sorulmuştur. Araştırma sonucunda dişlerini iki dakikadan fazla fırçalama, haftada iki ya da daha fazla banyo yapma, her gün çorap değiştirme, tuvalet kâğıdı kullanma ve tuvaletten sonra sifon çekme alışkanlığı sosyo-ekonomik düzeyi yüksek olan okuldaki öğrencilerde daha yüksek bulunmuştur.

Akar (2006)'ın özel ve resmi okul öncesi eğitim kurumlarına devam eden 4-6 yaş grubu çocukların beslenme alışkanlıklarının karşılaştırılması amacıyla yaptığı araştırmanın çalışma grubunu Ankara'nın merkez ilçelerindeki özel ve resmi okul öncesi eğitim kurumlarına devam eden 4-6 yaş arasındaki 362 çocuk oluşturmaktadır. Sosyo-ekonomik özellikler, beslenme alışkanlıkları ve yeme davranışlarına yönelik hazırlanan anket formu veri toplama aracı olarak kullanılmıştır. Araştırma sonuçlarına göre, devlet okuluna giden çocuklar özel okula giden çocuklara oranla daha fazla öğün atladığı, atlanan öğünün de genel olarak öğle öğünü olduğu, çocukların yarısından fazlasının sebze tüketmediği, özel okula giden çocukların haftada bir ya da iki kez hazır yiyecekler ile beslendiği, özel ve resmi okul öncesi eğitim kurumlarına devam eden çocukların beslenme alışkanlıklarında öğün atlama durumu, en çok sevilen peynir çeşidi, fast-food yiyecekleri tüketme sıklığı konularında farklar olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Dereli (2006), 2-5 yaş arası sağlıklı çocukların beslenme özellikleri ve aile etkileşimini belirlemek amacıyla yaptığı araştırmada, ana çocuk sağlığı ve aile planlaması eğitim merkezine başvuran 2-5 yaş grubu çocukları olan 185 anne ile çalışmıştır. Veri toplama aracı olarak, "Çocuğa Yönelik Veri Formu", "Aileye Yönelik Veri Formu" ve "Aile Ortamı Ölçeği (AOÖ)" kullanılmıştır. Araştırma sonucunda ailenin yeme

alışkanlıklarının çocuğun yeme alışkanlıklarını etkilediği, ekonomik durumun ailelerin yeme alışkanlıklarında etkisinin olduğu, ailenin çocuğun beslenmesi konusundaki bilgi ve tutumunun çocuğun yeme özelliklerini şekillendirdiği sonucuna ulaşılmıştır.

Sütçü (2006) yaptığı araştırmada yaratıcı drama eğitiminin okul öncesi eğitime devam eden altı yaş grubu çocukların beslenme alışkanlıklarına etkisini incelemiştir. Çalışma grubunu, altı yaş grubunda seksen çocuk oluşturmuştur. Verilerin toplanmasında araştırmaya katılan çocukların annelerine Beslenme Tutum Ölçeği ön test ve son test olarak uygulanmıştır. Sekiz hafta süren eğitim uygulamalarında çocuklara beslenme alışkanlıkları ve genel beslenme bilgilerini içeren toplam kırk etkinlik uygulanmıştır. Araştırma sonucunda çocukların annelerinin eğitim durumları ve çalışma durumlarının çocukların beslenme alışkanlıklarını etkilemediği, yaratıcı drama eğitiminin çocukların beslenme alışkanlıklarını olumlu etkilediği görülmüştür. Ayrıca, araştırmaya katılan çocukların cinsiyetlerinin beslenme alışkanlıklarında anlamlı bir farklılık göstermediği belirlenmiştir.

Gazozoğlu (2007) okul öncesi eğitime devam eden 6 yaş çocuklarına öz bakım becerilerinin kazandırılmasında oyun ile öğretimin, geleneksel öğretime göre öğrencilerin erişileri üzerindeki etkisini incelediği araştırmasında anasınıfına devam eden altı yaş grubu kırk çocuk ile çalışmıştır. Deney ve kontrol grupları belirlendikten sonra “Öz Bakım Beceri Değerlendirme Ölçeği” uygulanmıştır. Deney grubu ile 8 hafta boyunca içinde on altı oyunun bulunduğu beceri eğitimi çalışılmıştır. Araştırma sonucunda “Oyun ile Öğretim Programının” uygulandığı grupta yer alan çocukların öz bakım becerileri değerlendirme ölçeğinin “temizlik kurallarını uygulayabilme, giysilerinin giyme ve çıkarabilme, doğru beslenmenin önemini fark edebilme, dinlenme ile ilgili kuralları uygulayabilme, kendini kaza ve tehlikelerden koruyabilme” becerileri karşılaştırıldığında deney grubunun lehine sonuçlar ortaya çıktığı görülmüştür.

Soydaş (2007) öğrencilere verilen hijyen eğitiminin, doğru hijyen alışkanlığı kazanmalarına etkisini incelediği araştırmasında, ilkokul birinci sınıfa devam eden doksan beş çocuk ile çalışmıştır. Veri toplanmasında soru formu ve gözlem formu kullanılmış, deney grubu öğrencilere video görüntüleri, hikayeler, boyama sayfaları ve

afişlerle eğitim verilmiştir. Deney grubu 15, 45, 105 gün aralıklarında değerlendirmeye tabii tutulmuş, kontrol grubu sadece 105 günün sonunda değerlendirmeye alınmıştır. Öğrencilerde yapılan ilk değerlendirmede hijyene yönelik davranışlarında bir artış görüldüğü, ancak diğer değerlendirmelerde bu artışın sabit kaldığı, 105 gün sonunda iki grupta da hijyen davranışları üzerine artışlar olduğu görülmüştür.

Demirel (2008) yaptığı araştırmada zihinsel engelli çocuklarda denge eğitimi çalışmalarının seçilen öz bakım becerileri üzerine etkisini incelemiştir. Çalışmada hazırlanan denge beceri ölçüm aracı ile çocukların denge performansları alınmış ve deney ve kontrol grupları oluşturulmuştur. Hazırlanan beceri analiz formu ile her iki grubun seçilen becerilerdeki performansları değerlendirilmiştir. Daha sonra hazırlan denge geliştirici istasyon çalışması sekiz hafta boyunca çocuklara uygulanmıştır. Bu çalışmayla eş zamanlı olarak, seçilen öz bakım becerileri her iki grupta çalışılmıştır. Araştırmanın sonucunda deney grubunun öz bakım becerilerini öğrenme düzeylerindeki hızın, kontrol grubuna göre daha yüksek olduğu, iki grubun da belirlenen öz bakım becerilerini bağımsız olarak yapabilecek düzeye ulaştığı, hatta deney grubundaki çocukların bazılarının dördüncü hafta sonunda yapılan değerlendirmede seçilen öz bakım becerilerini bağımsız olarak gerçekleştirebilecek duruma geldikleri belirlenmiştir.

Programlı bir eğitim ile ilköğretim öğrencileri arasında doğru el yıkama davranışlarının artırılmasını amaçlayan Aslan ve Kaya (2009), 6., 7. ve 8. sınıfa devam eden 212 öğrenci ile çalışmıştır. Bu öğrencilerden 184'ü deney grubunu, diğer öğrenciler ise kontrol grubunu oluşturmuştur. Araştırma sonucunda, eğitim uygulanmadan önce müdahale ve kontrol grupları arasında farklılık gözlenmezken, eğitimden sonra müdahale grubunun el yıkama basamaklarını doğru yapma sıklığının kontrol grubuna göre daha yüksek olduğu görülmüştür. Genel olarak öğrencilerin el yıkama becerilerinin verilen beceri eğitimiyle arttığı tespit edilmiştir.

Ataman (2009) yaptığı araştırmada okul öncesine devam eden 6 yaş grubu çocuklara verilen beslenme eğitiminin, çocuktan çocuğa eğitim ile diğer çocuklara aktarılması yoluyla programın etkililiği incelenmiştir. Araştırmanın çalışma grubunu, Erzurum ili Karayazı ilçesinde anasınıfına devam eden 6 yaş grubu 40 çocuk

oluşturmuştur. Araştırmanın uygulama sürecinde; ön test, beslenme eğitimi, çocuktan çocuğa eğitimi ve son test yapılmış, araştırmaya katılan çocukların annelerine de Beslenme Tutum Ölçeği ön test ve son test olarak uygulanmıştır. Sekiz hafta süren eğitim uygulamalarında beslenme alışkanlıklarını ve genel beslenme bilgilerini içeren toplam 8 etkinlik, deney grubuna uygulanmıştır. Araştırma sonucunda, çocukların annelerinin eğitim durumlarının ve çalışma durumlarının çocukların beslenme alışkanlıklarını etkilemediği, ancak verilen beslenme eğitiminin ve çocuktan çocuğa eğitim uygulamasının çocukların beslenme alışkanlıklarını olumlu etkilediği görülmüştür.

Kobak (2009), okul öncesi dönemde ana çocuk sağlığı ve anaokulundaki çocukların beslenme özelliklerinin belirlenmesi ve bu özelliklerin karşılaştırılması amacıyla yaptığı çalışmada, ana çocuk sağlığına başvuru yapan 80 ebeveyn ve anaokuluna devam eden 50 çocuğun ebeveynleri olmak üzere toplam 130 ebeveyn ile çalışmıştır. Veri toplama araçları olarak; “Aile ile İlgili Özellikler Formu”, “Çocuk ile İlgili Özellikler Formu”, “Beslenme ile İlgili Özellikler Formu” kullanılmıştır. Sonuç olarak; yardımsız yemek yemeye başlama zamanı, ebeveynlerin yemek yedirme yöntemi, yemek yemediğinde uygulanan yöntem, sevdiği sebze çeşidi, et grubu, şeker/yağ grubu bulgur/pirinç tercihi, öğün süresi, ara öğün/sayısı artık bırakma nedeni, diş fırçalama alışkanlığı ve süresi, ishal sıklığı, kabızlık sıklığı, hastalanma sıklığı gibi konularda anaokulu çocuklarının lehine fark bulunduğu saptanmıştır.

Küçük (2009), 3-6 yaş çocukların yaşam kalitesi ve öz bakım becerilerinin değerlendirilmesi amacıyla yaptığı çalışmada, annesi tarafından bakılan 85, bakıcı tarafından bakılan 85 ve kreşte bakılan 85 olmak üzere toplam 255 çocuk ile çalışmıştır. Araştırmanın verileri soru formu, yaşam kalitesi ölçeği ve öz bakım becerileri kontrol listesi ile toplanmıştır. Araştırma sonucunda, kreşte bakılan çocukların yaşam kalitesi öz saygı alt boyutundan aldıkları puanların, annesi ve bakıcı tarafından bakılan çocuklara göre yüksek olduğu; kreşte bakılan çocukların giyinme ve kişisel bakım becerilerinin diğer gruplardan anlamlı derecede yüksek olduğu; çocuklara verilen bakım şekline göre yemek yeme becerileri hariç öz bakım becerileri kontrol listesi puan ortalamaları açısından gruplar arasında anlamlı fark olduğu görülmüştür.

Çavuş (2010) yaptığı araştırmada okul öncesi dönem çocuklarının ağız ve diş sağlığına aile tutumlarının ve beslenme alışkanlıklarının etkisini incelemiştir. Araştırmanın çalışma grubunu anaokuluna devam eden 520 çocuk oluşturmuştur. Araştırma verilerinin elde edilmesinde, “Ağız ve Diş Sağlığı Anket Formu” kullanılmıştır. Araştırma sonucunda anne ve baba öğrenim durumlarının ve mesleğinin ağız ve diş sağlığı davranış ve tutumlarını etkilediği, çalışan anne ve babanın ağız ve diş sağlığına daha fazla önem verdiği, araştırmaya katılan çocukların ağız diş sağlığı hakkında aileleri tarafından bilgilendirildikleri, ailelerin ağız ve diş sağlığı konusunda bilgi eksikliklerinin bulunduğu ve buna bağlı olarak yanlış tutumlar sergiledikleri, çocukların ara öğünlerde tükettikleri besinlerin ağız ve diş sağlığını etkilediği, ailelerin ve okul öncesi dönem çocuklarının ağız ve diş sağlığı hakkında bilgilendirilmesi ve eğitici programların hazırlanması gerektiği ortaya çıkmıştır.

Balaban (2011) okul öncesi dönemde çocukların okul ortamında sergiledikleri hijyen davranışlarını belirlemede, hijyen alışkanlığı kazandırma eğitim programının etkililiğini incelemiştir. Araştırmanın çalışma grubunu anaokuluna devam eden 44 çocuk ve aileleri oluşturmuştur. Verilerin toplanmasında “Çocuklar ve Ailelerini Tanıtıcı Özellikler Formu” ve “Hijyen Davranışları Okul Gözlem Formu” uygulanmıştır. Araştırmanın sonucunda okul öncesi dönemde uygulanan hijyen alışkanlığı kazandırma eğitim programının, çocukların okulda sergiledikleri hijyen davranışları açısından etkili olduğu görülmüştür.

Yılmaz (2011) araştırmasında yatılı okuyan birinci kademe öğrencilerinin öz bakım becerilerini geliştirmek amacıyla hazırlanan eğitim programının, öğrencilerin öz bakım becerilerine etkisini incelemiştir. Araştırma, bir deney ve bir kontrol grubunda bulunan 32 öğrenci üzerinde gerçekleştirilmiştir. Veri toplama sürecinde “İlköğretim Öğrencileri İçin Öz Bakım Becerileri Ölçeği” “İzleme Testi” “Bireysel Görüşmeler” “Gözlem Formu” kullanılmıştır. Araştırmada sonucu “Öz bakım Becerileri Eğitim Programının” uygulandığı grubun lehine çıkmıştır.

Çetinkaya (2012) yaptığı araştırmada okul öncesine 5-6 yaşlarında başlayan çocuklar ile 3-4 yaşlarında başlayan çocukların öz bakım becerileri arasında anlamlı bir

farklılığın olup olmadığını veli görüşlerine göre incelemiştir. Araştırmanın çalışma grubunu resmi ve özel anaokulları olmak üzere 253 öğrencinin velileri oluşturmuştur. Öğrencilerin öz bakım beceri düzeylerini belirlemek için “okul öncesi öz bakım becerileri ölçeği” kullanılmıştır. Araştırma sonucunda okul öncesi eğitime 5-6 yaşlarında başlayan çocuklar ile 3-4 yaşlarında başlayan çocukların yemek yeme, kendini tehlikelerden koruma, tuvalet alışkanlığı, giyinme-soyunma, temizlik ile ilgili öz bakım becerilerini kazanma düzeyleri tertip düzen hariç okul öncesi eğitime 3-4 yaşlarında başlayan çocukların lehine olduğu bulgusuna ulaşılmıştır.

Demir (2012), 5 yaş çocuklarında beslenme ve dinlenme durumunun vücut ağırlığı ile ilişkisini incelediği araştırmasında 497 erkek, 475 kız olmak üzere toplam 982 çocuk ile çalışmıştır. Sosyo-ekonomik özellikler, beslenme alışkanlıkları ve yeme davranışlarına yönelik hazırlanan anket formu veri toplama aracı olarak kullanılmıştır. Araştırma sonucunda; çocukların, %6,6’sı çok zayıf, %6’sı zayıf, %61,5’i normal, %12,2’si fazla ağırlıklı, %13,7’si şişman olarak tanımlanmıştır. Devlet okuluna giden çocukların %72,6’sının, özel okula giden çocukların ise %6’sının gün içerisinde üç öğün yemek yedikleri, devlet okuluna giden çocukların %96,8’inin, özel okula giden çocukların %95,5’inin bakım ve beslenmelerinin anneleri tarafından yapıldığı belirlenmiştir. Çocuklarda fazla kilo görülme sıklığının kilolu annelerin çocuklarında 1.02 kat, bilgisayarda çok vakit geçiren babaların çocuklarında 1.21 kat daha fazla, diyet yapan annelerin çocuklarında 1.45 kat, uzun süre tv izleyen çocuklarda 2.18 kat, uzun süre boyama kitabı boyayan çocuklarda 0.583 kat, yemek seçen çocuklarda 0.670 kat, yiyecek tercihinde 0.812 kat, iştah durumu iyi olanlarda 3.07 kat, abur-cubur yiyen çocuklarda 0.53 kat, ikinci ve daha fazla tabak yemek isteyen çocuklarda 1.72 kat, iştah durumu iyi olanlarda 0.6 kat, yemeğe başlarken herkesten önce oturanlarda 1.5 kat daha fazla olduğu saptanmıştır.

Şimşek (2012) araştırmasında birinci sınıf öğrencilerine verilen planlı el yıkama eğitiminin, el yıkama davranışı üzerine etkisini araştırmıştır. Çalışma toplam 232 ilköğretim birinci sınıf öğrencisi ile yapılmıştır. Verilerin toplanmasında “Öğrenci Bilgi Formu” ve “El Yıkama Becerisi Değerlendirme Listesi” kullanılmıştır. Araştırma

sonucunda, verilen eğitimin öğrencilerin doğru el yıkama becerilerinin gelişmesinde etkili olduğu sonucuna varılmıştır.

Bayer (2015) yaptığı araştırmada Montessori Yönteminin okul öncesi eğitimi alan 36-66 ay çocuklarının öz bakım becerilerine etkisini incelemiştir. Araştırmanın çalışma grubunu anaokuluna devam eden 3-6 yaş grubundan 40 çocuk oluşturmuştur. Verilerin toplanmasında “Öz Bakım Becerileri Değerlendirme Testi” kullanılmıştır. Araştırma sonucunda ise; Montessori Yönteminin okul öncesi çocuklarının öz bakım becerilerine olumlu yönde katkı sağladığı ve MEB Okul Öncesi Eğitim Programına göre daha etkili olduğu görülmüştür.





## III. BÖLÜM

### 3. Yöntem

Bu bölümde araştırmanın modeli, çalışma grubu, araştırmada kullanılan veri toplama araçları ve ulaşılan verilerin çözümlenmesi ile ilgili bilgiler sunulmuştur.

#### 3.1. Araştırma Modeli

Bu çalışmada nitel ve nicel yöntemlerin birlikte kullanıldığı karma yöntem kullanılmıştır. Karma yöntem modeli, araştırmacının yapmış olduğu araştırmanın bir aşamasında ya da araştırma süreçlerinin iki ya da daha fazla aşaması boyunca hem nicel hem de nitel araştırma yaklaşımlarının birlikte kullanılması şeklinde ifade edilebilir (Kıral, 2011; Creswell ve Clark, 2015). Bu bağlamda, okul öncesi öğretmen adaylarının günlük planlarında öz bakım becerilerine yer verme durumlarının saptanmasını, incelenmesini ve yorumlanmasını amaçlayan bu araştırma için en uygun araştırma yönteminin karma araştırma yöntemi olduğuna karar verilmiştir. Ayrıca araştırmada hem nicel hem nitel veriyi eş zamanlı olarak toplamayı, bilgileri analiz etmeyi ve son olarak bu veri tabanlarını birleştirmeyi kapsayan karma yöntemlerden zenginleştirilmiş desen benimsenmiştir. Bu desende örneklem aynı veya farklı kişilerden meydana gelebilir (Büyüköztürk ve diğerleri, 2008). Bu açıdan araştırmada farklı düzeydeki katılımcılardan yani hem öğretmenler hem de öğretmen adaylarından birbirini destekleyecek yapıda nitel ve nicel verilerin elde edilmesi planlanmıştır.

#### 3.2. Çalışma Grubu

Çalışma grubu araştırmanın amacına uygun olarak üç aşamalı olarak düzenlenmiştir.

Birinci aşama: Araştırmanın ilk aşamasında, Milli Eğitim Bakanlığına bağlı, bağımsız anaokulunda kadrolu olarak görev yapan altı öğretmen ve ilkokula bağlı anasınıflarında kadrolu görev yapan iki öğretmen olmak üzere toplam sekiz öğretmen ile odak grup görüşmesi gerçekleştirilmiştir. Araştırmaya katılan okul öncesi öğretmenlerinin belirlenmesinde amaçlı örnekleme yöntemlerinden ölçüt örnekleme kullanılmıştır. Bu örnekleme yöntemindeki temel anlayış önceden belirlenmiş bir dizi ölçüt veya ölçütler araştırmacı tarafından oluşturulabilir ya da daha önceden hazırlanmış bir ölçüt listesi kullanılabilir (Yıldırım ve Şimşek, 2011). Bu kapsamda odak grup görüşmesine katılan öğretmenlerin seçiminde araştırmacıyla iş birliği yapmada istekli olmaları, çalıştıkları okul türü, kıdemi, çalışma süresi, mezuniyet durumu ve çalıştıkları yaş grubu ölçüt olarak belirlenmiştir. Çalışmadan daha genel sonuçlar elde etmek için grubun heterojen bir yapıda olması sağlanmıştır. Odak grup görüşmesine katılan öğretmenler ile ilgili ayrıntılar Tablo 3.1’de sunulmuştur.

**Tablo 3.1.** Odak Grup Görüşmelerine Katılan Öğretmenlerin Özellikleri

Öğretmen	Özellikleri
Ö1	Bağımsız anaokulu, kadın, 6 yıl çalışma süresi, Lisans mezunu, 3 yaş grubu öğretmeni
Ö2	Bağımsız anaokulu, kadın, 3 yıl çalışma süresi, Lisans mezunu, 3 yaş grubu öğretmeni
Ö3	Bağımsız anaokulu, kadın, 8 yıl çalışma süresi, Lisans mezunu, 4 yaş grubu öğretmeni
Ö4	Bağımsız anaokulu, kadın, 8 yıl çalışma süresi, Lisans mezunu, 4 yaş grubu öğretmeni
Ö5	Bağımsız anaokulu, kadın, 8 yıl çalışma süresi, Lisans mezunu, 4 yaş grubu öğretmeni
Ö6	Bağımsız anaokulu, kadın, 12 yıl çalışma süresi, Lisans mezunu, 5 yaş grubu öğretmeni
Ö7	İlkokula bağlı anasınıfı, kadın, 26 yıl çalışma süresi, Lisans mezunu, 5 yaş grubu öğretmeni
Ö8	İlkokula bağlı anasınıfı, kadın, 9 yıl çalışma süresi, Y. lisans mezunu, 5 yaş grubu öğretmeni

Odak grup görüşmelerine katılan öğretmenlerin özellikleri incelendiğinde; sekiz katılımcının tamamının kadın olduğu, % 88,5’inin lisans mezunu, %12,5’inin yüksek lisans mezunu olduğu, %75’inin bağımsız anaokulunda, %25’inin ilkokula bağlı anasınıflarında görev yaptığı, %25’inin üç yaş grubu, %37,5’inin dört yaş grubu, %37,5’inin ise beş yaş grubu çocuklarla çalıştığı ve odak grup görüşmesine katılan öğretmenlerin mesleki kıdemlerinin en az 3 yıl, en yüksek 26 yıl çalışma süreleri olduğu belirlenmiştir.

İkinci aşama: Bu aşamada kolay ulaşılabilir örneklem yöntemi tercih edilmiştir. Çünkü kolay ulaşılabilir örnekleme yöntemi, araştırmacıya hız ve pratiklik kazandırır. Bu yöntemde araştırmacı, yakın olan ve erişilmesi kolay olan bir örnekleme seçer (Yıldırım

ve Şimşek, 2008). Bu bağlamda çalışmada 2016-2017 eğitim öğretim yılında Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Okul Öncesi Öğretmenliği Anabilim Dalında öğrenim gören 64 dördüncü sınıf öğrencisine ulaşılmış ve öz bakım becerileri anket formu verilmiştir; ancak bu öğrencilerden %81,25'inden (52 öğrenci) geri dönüş sağlandığından, çalışma grubunu 52 öğretmen adayı oluşturmuştur. Çalışmada anket uygulamasına katılan öğretmen adaylarının farklı değişkenlere göre dağılımları Tablo 3.2'de verilmiştir.

**Tablo 3.2.** Anket uygulamasına katılan öğretmen adaylarının çeşitli değişkenlere göre dağılımları

Değişkenler		f	%
<b>Cinsiyet</b>	Kadın	50	96,2
	Erkek	2	3,8
<b>Kurumlar</b>	Abant İzzet Baysal Kreşi	3	5,8
	Aktaş Anaokulu	5	9,6
	Bağışçılar Vakfı Anaokulu	6	11,5
	Bolu Anaokulu	3	5,8
	İzzet Baysal Anaokulu	6	11,5
	Kadriye Ana Anaokulu	8	15,4
	Latife Hanım Anaokulu	5	9,6
	Mebrure İlhan Bağışgil Anaokulu	11	21,2
	Vali Mehmet Ali Türker Anaokulu	5	9,6
<b>I. Dönem çalışılan yaş grubu</b>	3 yaş	14	26,9
	4 yaş	18	34,6
	5 yaş	20	38,5
<b>II. Dönem çalışılan yaş grubu</b>	3 yaş	10	19,2
	4 yaş	18	34,6
	5 yaş	24	46,2
<b>I. Dönem sınıf mevcut sayısı</b>	15 çocuk ve altı	15	28,8
	16-20 çocuk	20	38,5
	21 ve üzeri çocuk	17	32,7
<b>II. Dönem sınıf mevcut sayısı</b>	15 ve altı	9	17,3
	16-20 çocuk	26	50,0
	21 ve üzeri çocuk	17	32,7
<b>TOPLAM</b>		52	100,0

Araştırmaya katılan okul öncesi öğretmen adaylarından 50'si kadın (%96,2), 2'si erkektir (%3,8)'tir ve tümü hem birinci hem ikinci dönem stajlarını bağımsız anaokullarında yapmışlardır. Öğretmen adaylarının birinci ve ikinci dönem çalıştığı yaş grupları farklı olup ilk dönem 14 (%26,9) öğretmen adayı üç yaş grubunda, ikinci dönem 10 (%19,2) öğretmen adayı üç yaş grubunda eğitim vermiştir. 4 yaş grubunda ilk dönem ve ikinci dönem 18 (%34,6) öğretmen adayı eğitim vermiştir. 5 yaş grubunda ise ilk dönem 20 (%38,5) öğretmen adayı, ikinci dönem 24 (%46,2) öğretmen adayı eğitim

vermiştir. Öğretmen adaylarının eğitim verdiği sınıf mevcudu da iki dönemde farklılık göstermiştir. İlk dönem 15 ve daha az sayıda çocuk ile çalışan öğretmen adaylarının sayısı 15 (%28,8) iken, ikinci dönem 9 (%17,3) öğretmen adayı 15 ve daha az sayıda çocuk ile çalışmıştır. 16-20 arası sınıf mevcudu olan sınıflarda staj yapan öğretmen adaylarının sayısı ilk dönem 20 (%38,5), ikinci dönem 26 (%50)'dir. 21 ve üzeri çocuk olan sınıflarda staj yapan öğretmen adaylarının sayısı ise ilk dönem ve ikinci dönem 17 (%32,7) olarak belirlenmiştir.

Üçüncü aşama: Çalışma grubunun üçüncü aşamasını öz bakım becerileri anket formunu dolduran öğretmen adaylarının 2016-2017 eğitim öğretim yılında öğretmenlik uygulamaları dersi kapsamında hazırladıkları günlük planlar oluşturmuştur. 52 öğretmen adayından her bir öğretmen adayı, birinci dönem 10, ikinci dönem 10 olmak üzere, toplamda 20 günlük plan hazırlamıştır. Sonuç olarak bu aşamada çalışma grubunu 52 öğretmen adayının hazırladığı toplam 1040 günlük plan oluşturmuştur.

### 3.3. Veri Toplama Araçları

Araştırmanın verileri odak grup görüşmesi, öz bakım becerileri anket formu ve doküman incelemesi yolu ile toplanmıştır.

#### 3.3.1. Odak Grup Görüşmesi

Odak grup görüşmesi bir konu veya ürün hakkında ortak görüşlere sahip olan insanların ılımlı bir ortamda ne düşündüğünü dile getirmesidir. Odak grup görüşmeleri 6 ile 8 arasında katılımcının tehditkâr olmayan bir ortamda dikkatle planlanmış bir süreç dahilinde gerçekleştirilir (Yıldırım ve Şimşek, 2006).

Araştırma amacına uygun olarak belirlenen kriterler doğrultusunda (çalışılan kurum, çalışma grubunun yaşı, kıdem vb.) seçilen sekiz okul öncesi öğretmeni odak grup görüşmesine katılmıştır. Veriler, okul öncesi öğretmenlerinin programda yer alan öz bakım becerileri alanına ilişkin görüşlerini içeren yarı yapılandırılmış sorular aracılığı ile

toplanmıştır (Ek-1). Görüşmeler odak grup görüşmesi deneyimi olan bir okul öncesi eğitimi uzmanı moderatör, araştırmacı ve iki gözlemci eşliğinde gerçekleştirilmiştir. Görüşme, katılımcıların kendini rahat hissedeceği, sessiz, aydınlık ve oval bir masa ile tüm katılımcıların birbirine görebileceği şekilde düzenlenmiş bir toplantı odasında yapılmış ve yaklaşık 90 dakika sürmüştür. Görüşme esnasında katılımcıların izni ile ses kaydı alınarak, gözlemcilerin yazılı notlarla kayıt almaları sağlanmıştır.

### 3.3.2. Anket Formu

Araştırmada “Okul öncesi öğretmen adaylarının, okul öncesi eğitim programındaki öz bakım becerileri kazanımlarını kullanma durumları nasıldır?” alt problemine yönelik araştırmacı tarafından geliştirilen ve uzman görüşleri alınan anket formu kullanılmıştır (Ek-2). Anket formu, dört bölümden meydana gelmektedir. Birinci bölümde “Kişisel Bilgiler” başlığı altında 8 maddeye (ad-soyad, cinsiyet, yaşı, staj yaptığı okul, staj uyguladığı yaş grubu, öğrenci sayısı, günlük planlarında öz bakım becerilerine ne sıklıkla yer verdiği, öz bakım ile ilgili aldığı eğitim); ikinci bölümde "öz bakıma yönelik bilgi deneyim" başlığı altında 7 maddeye, “ öz bakıma yönelik planlama ve uygulama” başlığı altında 18 maddeye; üçüncü bölümde “öz bakım becerileri kazanım göstergelerine yer verme durumları” başlığı altında 39 maddeye; dördüncü bölümde ise öz bakım becerileri yöntem-teknik uygulamaları, öz bakım etkinliklerini düzenleme, yeterliliklerini artırma ve gözlemlerine yönelik 4 açık uçlu soruya yer verilmiştir. Anketin ikinci, üçüncü ve dördüncü bölümü öğretmenler ile yapılan odak görüşmesinde belirlenen içeriğe ve MEB okul öncesi programında belirlenen öz bakım becerileri kazanım ve göstergelerine göre hazırlanmıştır. Oluşturulan maddelerde, okul öncesi eğitimi alanında çalışan iki program geliştirme uzmanından da uzman görüşü alınarak gerekli düzenlemeler yapılmıştır. Anketin ikinci bölümü 5’li likert olarak düzenlenmiş ve Hemen hemen hiç (1), Nadiren (2), Bazen (3), Çoğu zaman (4), Hemen hemen her zaman (5) şeklinde puanlanarak değerlendirilmiştir. Anketin üçüncü bölümünde ise Evet, Hayır cevaplarına uygun değerlendirme yapılmıştır. Sonuç olarak çalışmaya katılımda gönüllü olan öğretmen adaylarından anket formunu uygun şekilde doldurmaları istenmiştir. Anket formları 2016-2017 eğitim yılı bahar döneminde Abant İzzet Baysal Üniversitesi Okul

Öncesi Öğretmenliği 4. sınıf öğrencilerine elden iletmek ve toplanmak yoluyla araştırmacının kendisi tarafından uygulanmıştır.

### 3.3.3. Doküman İnceleme

Doküman incelemesi, araştırılması hedeflenen olgu ya da olgular hakkında bilgi içeren yazılı materyallerin analizini kapsamakta ve bir araştırma problemi hakkında belirli zaman dilimi içerisinde üretilen dokümanlar ya da ilgili konuda birden fazla kaynak tarafından ve değişik aralıklarla üretilmiş dokümanların geniş bir zaman dilimine dayalı analizini olanaklı kılmaktadır (Yıldırım ve Şimşek, 2006). Araştırmanın bu aşamasında öğretmen adaylarının birinci ve ikinci dönem öğretmenlik uygulaması dersi kapsamında yaptıkları günlük planlar gerekli izinler alınarak toplanmış ve günlük planların farklı bölümlerinde yer alan öz bakım becerilerine ilişkin veriler değerlendirmeye alınmıştır.

**Tablo 3.3.** Öğretmen adaylarının öz bakım becerilerini günlük planlarında kullanma durumlarına ilişkin başlıklar

<i>Günlük Planda ki Başlıklar</i>
Günlük eğitim akışında yer verenler
Kavramlarda yer verme durumu
Kazanımlarda yer verenler
Etkinliklerde yer verenler
Aile katılımında yer verenler
Günlük planlarda öz bakım becerilerine hiç yer vermeyenler

Öğretmen adaylarının günlük planlarında öz bakım becerilerine yer verme durumları Tablo 4.7.'de sunulan başlıklar altında değerlendirmeye alınmıştır.

### 3.4. Verilerin Toplanması

Araştırmayı gerçekleştirmek için öncelikle Abant İzzet Baysal Üniversitesi insan araştırmaları etik kurulu izni alınmıştır (Ek 3). Odak grup görüşmesi yapılacak

öğretmenler bilgilendirilerek belirlenen tarih, zaman ve süre içinde görüşme tamamlanmıştır. Odak grup görüşmesinden elde edilen veriler ve ilgili literatür doğrultusunda hazırlanan öz bakım becerileri anket formu ise, on kişilik bir ön uygulama sonrasında çalışmaya katılmada gönüllü olan öğretmen adaylarına uygulanmıştır. İlgili bölümden gerekli izinler alınarak araştırmacı tarafından gerçekleştirilen uygulamada, her öğrencinin anket formunu doldurması yaklaşık yarım saat sürmüştür. Son aşamada ise öğretmen adaylarından ve öğretmenlik uygulaması ders danışmanlarından izin alınarak, öğrencilerin bir yıllık süreçte hazırladıkları günlük planların basılı ya da elektronik kopyaları alınarak doküman incelemesi yapılmıştır. Tüm bu veriler toplandıktan sonra karşılaştırmalı olarak çözümlenmeler yapılmıştır.

### 3.5. Verilerin Analizi

Araştırmada, genel ve alt amaçlara, çalışma gruplarına ve uygulanan ölçme araçlarına uygun olarak farklı veri analiz yöntemleri kullanılmıştır. Odak grup görüşmesinden elde edilen ve doğruluğu sınanan veriler, belirlenen temalara göre işlenerek betimsel ve içerik analizleri yapılmış, doğrudan alıntılarla bulgular yorumlanmıştır.

Öz bakım becerileri anket formu ile elde edilen veriler bilgisayar ortamına yüklendikten sonra çalışma grubundan elde edilen verilerin normal dağılıma uygun olup olmadığının belirlenmesinde normallik testi (Test of Normality) yapılmıştır. Dağılımın normallğine ilişkin Shapiro-Wilk testi sonuçlarına göre, öğretmen adaylarının öz bakıma yönelik bilgi-deneyim [ $W_{(52)}=.961, p=0,91$ ] ve planlama-uygulama [ $W_{(52)}=.977, p=.416$ ] puanlarının normal dağılım gösterdiği ( $p>0.05$ ) belirlenmiştir. Ayrıca bilgi-deneyim (Skewness=.433, Kurtosis=.289) ve planlama-uygulama (Skewness=.244, Kurtosis=1.407) puanlarında çarpıklık, basıklık değerlerinin de +1,500 ve -1,500 değerleri arasında olması nedeniyle dağılımın normal olduğu ve parametrik testlerin uygulanabileceğine karar verilmiştir. Tabachnick ve Fidell (2013)'de çarpıklık ve basıklık değerlerinin +1,500 ve -1,500 değerleri arasında olduğu durumlarda dağılımın normal dağılım olarak gerçekleştiğini kabul etmektedirler. Sonuç olarak bu aşamada

frekans, yüzdelik değerler, grafikler ve oğretmen adaylarının öz bakıma yönelik bilgi-deneyim ve planlama-uygulama puanlarının yaşıa göre değerlendirilmesinde tek yönlü Varyans Analizi (ANOVA) kullanılmıştır.

Doküman incelemesi ile elde edilen verilerin analizinde ise içerik analizine ek olarak aritmetik ortalama ve standart sapma değerlerinden yararlanılmıştır.





## IV. BÖLÜM

### 4. Bulgular ve Tartışma

Okul öncesi eğitimi öğretmen adaylarının öz bakım becerilerini planlarında kullanma durumlarının incelenmesi amacıyla gerçekleştirilen araştırmada, odak grup görüşmesi, öz bakım becerilerine ilişkin anket formu ve doküman incelemesi yoluyla elde edilen bulgular üç başlık altında ele alınmıştır.

- Odak grup görüşmesine ait bulgular.
- Öz bakım becerileri anket formuna ait bulgular.
- Doküman incelemesine ait bulgular.

#### 4.1. Odak Grup Görüşmesine Ait Bulgular

Araştırmanın bu bölümünde MEB'e bağlı okullarda çalışan okul öncesi öğretmenlerin öz bakım becerilerine ilişkin görüşlerini belirlemek amacıyla gerçekleştirilen odak grup görüşmesi ile elde edilen bulgular özetlenmiştir.

*Öz bakım becerilerinin önemi ve bu konuda çocuklara kazandırılmaya çalışılan davranışlar:* Odak grup görüşmesine katılan okul öncesi öğretmenlerinin tamamı öz bakım becerilerinin oldukça önemli olduğunu, bu becerilerin diğer gelişim alanlarının temelini oluşturduğunu, öz bakımın ön koşul olduğunu, çocuğun öz bakım becerilerini kendi yapamadığı takdirde öz güveninin gelişemeyeceğini ve çocuk kendi kendine yetemeyip öz bakımını kendisi sağlayamadığında, diğer gelişim alanlarının olumsuz etkileneceğini ifade etmişlerdir. Günümüzde anne babaların, çocuklarının tüm işlerini (ayakkabı giyip/çıkarma, yemek yeme vb.) kendilerinin yaptıklarını ve bu durumun çocukların gelişiminde olumsuz etki yaratacağını belirtmişlerdir.

Literatürde öz bakım becerilerinin, çocuğun hayatını bağımsız şekilde sürdürebilmesi ve kendi gereksinimlerini yardımsız olarak karşılayabilmesi için gerekli beceriler olduğu vurgulanmaktadır (Demiriz ve Dinçer, 2000; Varol, 2005; Oktay, 2004; Yavuzer, 2004). Öz bakım becerilerinin, yaşa ve gelişime uygun olarak zamanında kazanılması oldukça önemlidir. Çünkü bu becerileri gelişmeyen çocuklar, ileriki dönemlerde pek çok sorunla yüz yüze kalmakta ve önemli özgüven sorunları yaşayabilmektedirler. Çocuğun öz saygısının oluşmasında da bu becerilerin önemli etkisi bulunmaktadır (Akt. Çetinkaya, 2012).

Eğitimciler genel olarak öncelikli olarak kazandırılması gereken becerinin, el yıkama davranışı olduğunu belirtmişlerdir. Bunun yanı sıra tuvalet gereksinimine yönelik işleri yapması, giysilerini, ayakkabılarını çıkarıp giymesi, eşyalarını katlaması asması yerleştirmesi ve diş fırçalama becerilerinin önemli olduğunu vurgulamışlardır. Yapılan bir çalışmada okul öncesi eğitiminde öz bakım becerileri ile ilişkili kazanımları tekrar etme fırsatı bulan çocukların, öz bakım becerilerine yönelik davranışları sergilemede okul öncesi eğitim almayan çocuklara göre daha başarılı oldukları (Demiriz ve Dinçer, 2000), yine benzer bir çalışmada da kendi yemek yiyebilen ve tuvalet ihtiyacını giderebilen çocuklarla bu becerileri kazanamamış çocuklar arasında belirgin farklılıklar olduğu belirtilmiştir (Demirtaş, 2001).

*Öz bakım becerilerinin diğer gelişim alanlarına katkısı:* Eğitimciler verdikleri cevaplara göre öz bakım becerilerini kazanmış olan çocukların, psikomotor alanda ve sosyal duygusal alanda başarılı olduklarını düşünmektedirler. Bunun sebebini de öz bakım becerilerinin çocuğun özgüvenini etkilemesine bağlamaktadırlar. Öz bakım becerilerinde sorun yaşayan çocuğun bütün alanlarda eksiklik yaşayacağını da ifade etmişlerdir.

Bu konuda Oktay (2004), okul öncesi dönemde verilecek en önemli öğrenme aşaması olarak temel alışkanlıkların ve becerilerin kazandırılması olduğunu belirtmiştir. Demiriz ve Dinçer (2000)'de küçük yaşlardan itibaren çocukların yiyeceklerini kendileri seçmeleri, kıyafetlerini kendileri giyip çıkartmaları vb. davranışların çocukların öz bakım

beceriler konusunda iyi alışkanlıklar kazanmalarının yanı sıra onların öz güvenlerini geliştirerek tüm gelişimlerini de destekleyeceğini belirtilmiştir.

*Günlük planda öz bakım becerilerine yer verilmesi:* Eğitimciler günlük planlarında öz bakım becerilerine yer verirken mekân koşullarının, eğitim ortamının, çocuğun hazırbulunuşluğunun, bireysel özelliklerinin, cinsiyetinin, yaşının ve aile faktörünün etkili olduğunu ifade etmişlerdir. Ayrıca geniş ve sosyo ekonomik durumu düşük ailelerdeki çocukların öz bakım becerilerinin, az çocuklu, eğitim durumu ve sosyo ekonomik durumu daha yüksek ailelerin çocuklarından daha gelişmiş olduğu belirtilmiştir.

Yavuzer (2005)'e göre öz bakım becerilerinin gelişimiyle çocuğun sorumluluk bilinci güçlenmekte ve özellikle kalabalık ailelerden gelen çocuklar, zorunluluk nedeniyle kendi işlerini yapmak ve kendilerinden küçük kardeşlerine bakmakla yükümlü olduklarından, sorumluluk duyguları daha fazla gelişmektedir. Kendi evlerinde bazı sorumlulukları üstlenmeyi öğrenen çocuklar, sadece başarılı bir uyum göstermekle kalmayıp, aynı zamanda grubun lider rolüne seçilmiş bir üyesi de olabilmektedirler.

*Öz bakım becerilerinin ve etkinliklerinin kullanılma sıklığı:* Eğitimciler öz bakım becerilerini, ihtiyaç duyulduğunda ve rutin etkinliklerde kullandıklarını, çoğunlukla Türkçe dil etkinlikleri içerisinde hikâye okuma/anlatama, drama ve videolar yolu ile vermeye çalıştıklarını, günlük planlarında öz bakım becerilerine ilişkin kazanımlara çok fazla yer vermediklerini, fakat yeri ve zamanı geldiğinde fırsat eğitimi şeklinde uygulamalar yaptıklarını söylemişlerdir. Gün içerisinde çocukların öz bakım ile ilgili ihtiyaçlarına göre esnek plan doğrultusunda öz bakım becerilerine yer verdiklerini, bunu da gün sonunda günlük planın değerlendirme kısmına ekleyebileceklerini belirtmişlerdir. Ancak "Değerlendirme kısmında öz bakım becerilerine ne sıklıkla yer veriyorsunuz?" sorusuna öğretmenler "yer vermiyoruz" cevabını vermişlerdir. Bu da öğretmenlerin görüşleri ve uygulamaları arasında bazı çelişkiler olduğunu göstermektedir.

*Öz bakım eğitiminde kullanılan bilgi kaynakları:* Eğitimciler, çocukların öz bakım becerilerinin desteklenmesi konusunda yeni bilgi gereksinimleri olduğunu, bunu da çoğunlukla internetten okul öncesi ile ilgili sayfaları takip ederek karşılamaya çalıştıklarını ve konuyla ilgili seminerlerin, odak grup toplantısı tarzı etkileşimlerin bu konuda etkili olacağını ve farklı okullardan branş zümre öğretmenlerinin bir araya gelerek toplantılar yapmalarının yararlı olacağı belirtilmiştir. Ayrıca eğitimcilerle “öz bakım becerileri ile ilgili bir eğitim aldınız mı?” sorusu yöneltildiğinde; eğitimcilerin tümü lisans eğitimi süresinde aldıkları öz bakım becerileri eğitimine yönelik derslerin yetersiz olduğunu ve lisans eğitimi dışında bu tür bir eğitim almadıklarını belirtmiştir.

*Öz bakım etkinliklerinde karşılaşılan sorunlar:* Eğitimciler, sınıf mevcutlarının kalabalık oluşu, çocukların sabırsız oluşu, çocukların öz bakım ile ilgili ihtiyaçlarının ebeveynler tarafından karşılanması ve özellikle çocuğun okula başladığında kendi ihtiyaçlarını karşılayamaz halde olması gibi faktörlerin, öz bakım etkinlikleri ile ilgili eğitim uygulamalarını olumsuz yönde etkilediğini belirtmişlerdir.

Çocuğun bağımsızlığını kazanabilmesi için günlük yaşamda fırsatlar verilmesi, sabır gösterilmesi ve desteklenmesi, çocuğun yaşamını rahat bir şekilde sürdürebilmesini ve kendi ihtiyaçlarını yardımsız bir şekilde karşılayabilmesi için önemlidir. Aksi takdirde öz bakım becerisini kazanamamış çocuk ailesine, öğretmenine, okul personeline önemli bir yük teşkil edebilmekte ve çocuk sürekli kontrol altında tutulduğundan çevresiyle rahat iletişim kurma, sosyalleşme fırsatı bulamamaktadır (Konya, 2007).

*Öz bakım becerilerinin geliştirilmesi:* Eğitimciler bu konuda aile eğitiminin önemli olduğunu, üniversite hocalarının öğretmenlerle daha çok iletişim içinde olmaları ve onları desteklemeleri gerektiğini, üniversitelerde öz bakım becerilerine yönelik derslerin olmasının zorunlu olduğunu ifade etmişlerdir.

Demiriz ve Dinçer (2000) yaptığı çalışma sonucunda, okul öncesi dönem çocuğu olan annelere özellikle çocuklarına öz bakım becerilerini kazandırmaya yönelik üniversiteler, bakanlıklar ve ilgili kuruluşların iş birliği ile düzenlenecek eğitim etkinliklerinin çok önemli olduğunu vurgulamışlardır.

#### 4.2. Öz Bakım Becerileri Anket Formuna Ait Bulgular

Öğretmen adaylarının öz bakım becerileri anket formunda kazanımları kullanma sıklıkları aşağıda gösterilen tablodaki gibidir.

**Tablo 4.1.** Öğretmen adaylarının öz bakım becerilerini planlarında kullanma sıklıkları

<i>Değişkenler</i>		f	%
Kazanımları kullanma durumu	15 günde bir	5	9,6
	Ayda bir	27	51,9
	Üç ayda bir	20	38,5
Toplam		52	100

Öğretmen adaylarının öz bakım becerileri kazanımlarına planlarında ne sıklıkla yer verdiklerine bakıldığında; 5 (%9,6) öğretmen adayının on beş günde bir, 27 (%51,9) öğretmen adayının ayda bir, 20 (%38,5) öğretmen adayının ise üç ayda bir kazanımlara yer verdikleri belirlenmiştir.

**Tablo 4.2.** Öğretmen adaylarının öz bakım becerileri ile ilgili eğitimlere katılma durumları

<i>Değişkenler</i>		f	%
Öz bakım ile ilgili aldıkları eğitim	Montessori Eğitimi	17	32,7
	Yaşam becerileri	14	26,9
	Diğer	9	17,3
	Montessori ve yaşam becerileri	12	23,1
Toplam		52	100

Öğretmen adaylarının üniversite eğitimleri boyunca öz bakım becerileri ile ilgili eğitim alıp almama durumları incelendiğinde; 17 (%32,7) öğretmen adayının Montessori eğitimi, 14 (%26,9) öğretmen adayının yaşam becerileri eğitimi, 12 (%23,1) öğretmen adayının ise hem Montessori hem de yaşam becerileri eğitimi aldığı belirlenmiştir.

**Tablo 4.3.** Öğretmen adaylarının bilgi-deneyim ve planlama-uygulama puanlarının yaşa göre ANOVA sonuçları

Grup	YAŞ	N	$\bar{X}$	S	F	P	Anlamlı fark
<b>Bilgi</b>	21 yaş	11	26,27	2.68	.496	.612	--
	22 yaş	27	25,51	2.45			
	23 yaş	14	25,21	3.14			
	Toplam	52	25,59	2.67			
<b>Planlama</b>	21 yaş	11	64,09	7.43	4.062	.023	22 yaş -23 yaş
	22 yaş	27	67,44	8.13			
	23 yaş	14	59,42	10.0			
	Toplam	52	64,57	9.06			

Tablo 4.3.'de öğretmen adaylarının bilgi-deneyim boyutuna ilişkin puanları incelendiğinde; 21 yaş grubundaki öğretmen adaylarının  $\bar{x}=26.27$  puana, 22 yaş grubundaki öğretmen adaylarının  $\bar{x}=25.51$  puana, 23 yaş grubundaki öğretmen adaylarının ise  $\bar{x}=25.21$  puana sahip oldukları görülmüştür. Sonuç olarak; tüm yaş grubundaki öğretmen adaylarının öz bakım becerileri bilgi puanları ile yaş arasında anlamlı bir farklılık yoktur [ $f_{(2,49)}=.496$ ,  $p>.05$ ].

Aynı tabloda öğretmen adaylarının planlama-uygulama boyutuna ilişkin puanları incelendiğinde; 21 yaş grubundaki öğretmen adaylarının  $\bar{x}=64.09$  puana, 22 yaş grubundaki öğretmen adaylarının  $\bar{x}=67.44$  puana ve 23 yaş grubundaki öğretmen adaylarının  $\bar{x}=59.42$  puana sahip oldukları görülmüştür. Sonuç olarak; öğretmen adaylarının öz bakım becerileri planlama puanları incelendiğinde 22 yaş grubundaki öğretmen adaylarının 23 yaş grubu öğretmen adaylarına göre anlamlı bir farklılık gösterdiği belirlenmiştir [ $f_{(2,49)}=4.062$ ,  $p<.05$ ]. Bu farklılığı, öğretmen adaylarının medeni durumu, çocuğu olup olmama durumları gibi faktörlerin oluşturduğu varsayım olarak düşünülebilir.

**Tablo 4.4.** Öğretmen Adaylarının Günlük Planda Öz Bakım Becerileri İle İlgili Kazanım ve Göstergeleri Kullanma Durumlarına İlişkin Frekans ve Yüzde Değerleri

Kazanım ve Göstergeler	f	%
<b>Kazanım 1. Bedeniyle ilgili temizlik kurallarını uygular</b>	14	26.9
Saçını tarar	8	15.4
Dişini fırçalar	14	26.9
Elini, yüzünü yıkar	22	42.3
Tuvalet gereksinimine yönelik işleri yapar.	14	26.9
<b>Kazanım 2. Giyinme ile ilgili işleri yapar.</b>	17	32.7
Giysilerini çıkarır, giyer,	15	28.8
Ayakkabılarını çıkarır, giyer,	16	30.8

Düğme açar/ kapar	15	28.8
Ayakkabı bağcıklarını çözer/bağlar	12	23.1
<b>Kazanım 3. Yaşam alanlarında gerekli düzenlemeler yapar.</b>	22	42.3
Ev ve okuldaki eşyaları temiz ve özenle kullanır.	20	38.5
Ev ve okuldaki eşyaları toplar.	23	44.2
Ev ve okuldaki eşyaları katlar.	18	34.6
Ev ve okuldaki eşyaları asar.	17	32.7
Ev ve okuldaki eşyaları yerleştirir.	17	32.7
<b>Kazanım 4. Yeterli ve dengeli beslenir.</b>	23	44.2
Yiyecek ve içecekleri yeterli miktarda yer/içer.	23	44.2
Öğün zamanlarında yemek yemeye çaba gösterir.	16	30.8
Sağlığı olumsuz etkileyen yiyecekleri ve içecekleri yemekten/ içmekten kaçınır.	19	36.5
Yiyecekleri yerken sağlık ve görgü kurallarına özen gösterir.	15	28.8
<b>Kazanım 5. Dinlenmenin önemini açıklar.</b>	11	21.2
Kendisini dinlendiren etkinliklerin neler olduğunu söyler.	9	17.3
Dinlendirici etkinliklere katılır.	15	28.8
Dinlenmediğinde ortaya çıkabilecek sonuçları söyler.	9	17.3
<b>Kazanım 6. Günlük yaşam becerileri için gerekli araç ve gereçleri kullanır.</b>	16	30.8
Beslenme sırasında uygun araç ve gereçleri kullanır.	16	30.8
Beden temizliğiyle ilgili malzemeleri kullanır.	19	36.5
Çevre temizliği ile ilgili araç ve gereçleri kullanır	15	28.8
<b>Kazanım 7. Kendini tehlikelerden ve kazalardan korur.</b>	26	50
Tehlikeli olan durumları söyler.	31	59.6
Kendini tehlikelerden ve kazalardan korumak için yapılması gerekenleri söyler.	30	57.7
Temel güvenlik kurallarını bilir.	18	34.6
Tehlikeli olan durumlardan, kişilerden, alışkanlıklardan uzak durur.	17	32.7
Herhangi bir tehlike ve kaza anında yardım ister	17	32.7
<b>Kazanım 8. Sağlığı ile ilgili önlemler alır</b>	20	38.5
Sağlığını korumak için yapması gerekenleri söyler.	22	42.3
Sağlığına dikkat etmediğinde ortaya çıkabilecek sonuçları açıklar.	22	42.3
Sağlığını korumak için gerekenleri yapar.	21	40.4

Tablo 4.4.'ye göre öğretmen adayları günlük planlarında, birinci kazanıma ilişkin en çok elini yüzünü yıkar göstergesini (22 kişi, %42.3), en az saç tarama göstergesini (8 kişi, %15.4) kullandıklarını, ikinci kazanımda en çok ayakkabılarını giyme çıkarma (16 kişi, %30.8), en az ayakkabı bağcıklarını çözme bağlama (12 kişi %23.1) göstergesini kullandıklarını belirtmişlerdir. Üçüncü kazanımda en çok ev ve okul eşyalarını toplar göstergesini (23 kişi, %44.2), en az eşyalarını asma ve yerleştirme (17 kişi, %32.7) göstergesini kullanan öğretmen adayları dördüncü kazanımda en çok yiyecek ve içecekleri yeterli miktarda yer ve içer göstergesini (23 kişi, %44.2), en az yiyecekleri yerken sağlık ve görgü kurallarına özen gösterir (15 kişi, %28.8) göstergesini kullandıklarını belirtmişlerdir. Aynı şekilde öğretmen adayları beşinci kazanımda en çok dinlendirici etkinliklere katılma göstergesini (15 kişi, %28.8), en az dinlenmediğinde ortaya çıkabilecek sorunları söyler (9 kişi, %17.3) göstergesini, altıncı kazanımda en çok beden temizliği ile ilgili malzemeleri kullanma göstergesini (19 kişi, %36.5), en az çevre temizliği ile ilgili araç gereçleri kullanma göstergesini (15 kişi, %28.8), yedinci

kazanımında en çok tehlikeli olan durumları söyler göstergesini (31 kişi, %59.6), en az tehlike ve kaza anında yardım ister göstergesini (17 kişi, %32.7) ve son olarak sekizinci kazanımında ise en çok sağlığını koruması için yapması gerekenleri söyler göstergesini (22 kişi, %42.2), en az sağlığını korumak için gerekenleri yapar göstergesini (21 kişi, %40.4) kullandıklarını ve önemsediklerini belirtmişlerdir.

Bu bulgular, okul öncesi öğretmen adaylarını, okul öncesi eğitimi günlük akışında yemeğe giderken, tuvaletten çıkınca el yıkama, okula girip çıkarken ayakabı değiştirme, sınıf toplama etkinliğinde ev ve okul eşyalarını toplama, yemek yeme saatlerinde yiyecekleri yeteri kadar yeme içme, etkinliklerin aktif pasif sıralamasında çocukları dinlendirici etkinliklere katma, çocukla yapılan iletişimin çocuğun tehlikeli durumları söyleme ve sağlığı ile ilgili yapılması gerekenleri söyleme davranışını seçmeye yönelttiği söylenebilir.

**Tablo 4.5.** Öğretmen adaylarının çalıştıkları yaş grubuna göre günlük planda öz bakım becerilerine yer verme durumları

Kazanımlar	Kazanım 1. Bedeniyle ilgili temizlik kurallarını uygular.	Kazanım 2. Giyinme ile ilgili işleri yapar.	Kazanım 3. Yaşam alanlarında gerekli düzenlemeler yapar.	Kazanım 4. Yeterli ve dengeli beslenir.	Kazanım 5. Dinlenmenin önemini açıklar.	Kazanım 6. Günlük yaşam becerileri için gerekli araç ve gereçleri kullanır.	Kazanım 7. Kendini tehlikelerden ve kazalardan korur.	Kazanım 8. Sağlığı ile ilgili önlemler alır.	Değişkenler	
									$\bar{X}$	S
I.DÖNEM	3 yaş (n:14)	8,64 (1,39)	8,85 (1,79)	9,28 (2,26)	8,57 (1,86)	7,14 (1,40)	6,85 (1,61)	9,35 (2,43)	6,28 (1,89)	
	4 yaş (n:18)	9,00 (1,37)	8,94 (1,66)	10,22(2,48)	8,27 (1,80)	7,72(958)	7,11 (1,45)	9,83 (2,54)	6,66 (1,74)	
	5 yaş (n:20)	8,25 (1,97)	8,00 (1,97)	9,65 (2,60)	7,75 (2,26)	6,65 (1,69)	6,30 (1,94)	8,85 (2,62)	6,15 (1,95)	
II.DÖNEM	3 yaş (n:10)	8,80 (1,22)	8,30 (1,94)	9,50 (2,50)	8,80 (1,75)	7,10 (1,28)	7,10 (1,66)	9,50 (2,67)	6,30 (2,00)	
	4 yaş (n:18)	8,44 (1,91)	8,50 (1,88)	9,16 (2,70)	7,50 (2,06)	7,16 (1,50)	6,66 (1,78)	8,83 (2,77)	6,33 (1,87)	
	5 yaş (n:24)	8,66 (1,60)	8,70 (1,82)	10,2 (2,21)	8,37 (1,99)	7,16 (1,52)	6,62 (1,71)	9,62 (2,33)	6,41 (1,83)	



Tablo 4.5.'de öğretmen adaylarının çalıştıkları yaş grubuna göre günlük planda öz bakım becerilerine yer verme durumları verilmiştir.

Tablo 4.5. incelendiğinde öğretmen adaylarının birinci dönem öğretmenlik uygulaması kapsamında hazırladıkları günlük planlarda, tüm yaş gruplarında en yoğun şekilde (3 yaş  $\bar{x}$ =9.28, 4 yaş  $\bar{x}$ =10.22, 5 yaş  $\bar{x}$ =9.65) yaşam alanlarında gerekli düzenlemeler yapar kazanımını kullandıkları, en az sıklıkta ise (3 yaş  $\bar{x}$ =9.28, 4 yaş  $\bar{x}$ =10.22, 5 yaş  $\bar{x}$ =9.65) sağlığı ile ilgili önlemler alır kazanımını kullandıkları belirlenmiştir. Birinci dönemde diğer kazanımların alınma durumları ise benzerlik göstermektedir.

İkinci dönem öğretmenlik uygulaması kapsamında hazırladıkları günlük planlarda kullanılan öz bakım becerileri değerleri birinci dönemde ki değerler ile çok yakın çıkmıştır. İkinci dönem tüm yaş gruplarında en yoğun şekilde (3 yaş  $\bar{x}$ =9.50, 4 yaş  $\bar{x}$ =9.16, 5 yaş  $\bar{x}$ =10.02) yaşam alanlarında gerekli düzenlenlemer yapar kazanımını kullandıkları, en az sıklıkta ise (3 yaş  $\bar{x}$ =9.28, 4 yaş  $\bar{x}$ =10.22, 5 yaş  $\bar{x}$ =9.65) sağlığı ile ilgili önlemler alır kazanımını kullandıkları belirlenmiştir. İkinci dönemde diğer kazanımların alınma durumları ise benzerlik göstermektedir.

Bu bulgular; eğitim sürecinde yer alan sınıf toplama etkinlikleri ile ilişkili olan yaşam alanlarında gerekli düzenleme kazanımının öğretmen adayları tarafından zorunlu bir tercih nedeni olduğuna, sağlıkla ilgili önlemlerin alınması davranışının ise çoğu zaman öğretmen, aile ve diğer yetişkinler tarafından çocuğun ihtiyacının giderilmesine bağlı olarak az tercih edildiğine işaret etmektedir. Sonuç olarak öğretmen adaylarının öz bakım becerileri kazanımlarının çalıştıkları yaş grubuna göre puanları arasında anlamlı bir fark olmadığı görülmüştür.

**Tablo 4.6.** Öğretmen adaylarının çalıştıkları sınıf mevcuduna göre günlük planda öz bakım becerilerine yer verme durumları

Kazanımlar	Kazanım 1. Bedeniyle ilgili temizlik kurallarını uygular.		Kazanım 2. Giyinme ile ilgili işleri yapar.		Kazanım 3. Yaşam alanlarında gerekli düzenlemeler yapar.		Kazanım 4. Yeterli ve dengeli beslenir.		Kazanım 5. Dinlenmenin önemini açıklar.		Kazanım 6. Günlük yaşam becerileri için gerekli araç ve gereçleri kullanır.		Kazanım 7. Kendini tehlikelerden ve kazalardan korur.		Kazanım 8. Sağlığı ile ilgili önlemler alır.	
	$\bar{X}$	S	$\bar{X}$	S	$\bar{X}$	S	$\bar{X}$	S	$\bar{X}$	S	$\bar{X}$	S	$\bar{X}$	S	$\bar{X}$	S
I. DÖNEM	15 ve altı (n:15)	8,46 (1,45)	9,06 (1,57)	9,40 (2,58)	8,46 (1,99)	7,26 (1,38)	6,46 (1,84)	9,20 (2,62)	6,06 (1,86)							
	16-20 arası (n:20)	8,65 (1,72)	8,55 (1,79)	9,80 (2,60)	8,00 (1,97)	7,25 (1,25)	6,85 (1,69)	9,25 (2,53)	6,30 (1,89)							
	21 üzeri (n:17)	8,70 (1,75)	8,11 (2,08)	10,00(2,26)	8,05 (2,13)	6,94 (1,74)	6,82 (1,66)	9,52 (2,60)	6,70 (1,82)							
II. DÖNEM	15 ve altı (n:9)	8,55 (1,87)	8,33 (1,87)	9,55 (2,55)	8,22 (1,48)	7,33 (,86)	6,77 (1,64)	10,33(2,17)	6,00 (1,80)							
	5-20 arası (n:26)	8,65 (1,62)	9,11 (1,53)	9,76 (2,55)	8,30 (2,18)	7,11 (1,58)	6,65 (1,78)	9,07 (2,56)	6,61 (1,85)							
	20 üzeri (n:17)	8,58 (1,62)	7,82 (2,06)	9,82 (2,40)	7,88 (2,02)	7,11 (1,53)	6,82 (1,70)	9,17 (2,67)	6,17 (1,91)							

Tablo 4.6. incelendiğinde öğretmen adaylarının birinci dönem öğretmenlik uygulaması kapsamında hazırladıkları günlük planlarda, sınıf mevcutlarının dağılımına göre en yoğun şekilde (15 ve daha az sayıda çocuk sayısı  $\bar{x}$ =9.40, 15 ve 20 arası çocuk sayısı  $\bar{x}$ =9.80, 20 ve daha fazlası çocuk sayısı  $\bar{x}$ =9.65) yaşam alanlarında gerekli düzenlenmeler yapar kazanımını kullandıkları, en az sıklıkta ise (15 ve daha az sayıda çocuk sayısı  $\bar{x}$ =6.06, 15 ve 20 arası çocuk sayısı  $\bar{x}$ =6,30, 20 ve daha fazlası çocuk sayısı  $\bar{x}$ =6.70) sağlığı ile ilgili önlemler alır kazanımını kullandıkları belirlenmiştir. Birinci dönemde diğer kazanımların alınma durumları ise benzerlik göstermektedir.

İkinci dönem sınıf mevcutlarının dağılımına göre en yoğun şekilde 15 ve daha az sayıda çocuk sayısı  $\bar{x}$ =10.33 kendini tehlikelerden ve kazalardan korur kazanımını , 15 ve 20 arası çocuk sayısı  $\bar{x}$ =9.76 ve 20 ve daha fazlası çocuk sayısı  $\bar{x}$ =9.82 yaşam alanlarında gerekli düzenlenmeler yapar kazanımını kullandıkları, en az sıklıkta ise (15 ve daha az sayıda çocuk sayısı  $\bar{x}$ =6.00, 15 ve 20 arası çocuk sayısı  $\bar{x}$ =6,61, 20 ve daha fazlası çocuk sayısı  $\bar{x}$ =6.17) sağlığı ile ilgili önlemler alır kazanımını kullandıkları

belirlenmiştir. İkinci dönemde diğer kazanımların alınma durumları ise benzerlik göstermektedir. Sonuç olarak öğretmen adaylarının öz bakım becerileri kazanımlarının çalıştıkları sınıf mevcuduna göre puanları arasında anlamlı bir fark olmadığı görülmüştür.

Bu bulgular; öğretmen adaylarının öz bakım becerileri kullanma durumlarını çalıştıkları yaş grubuna ve sınıf mevcuduna göre önemli bir değişiklik göstermediğini, eğitim sürecinde yer alan sınıf toplama etkinlikleri ile ilişkili olan yaşam alanlarında gerekli düzenleme kazanımının öğretmen adayları tarafından zorunlu bir tercih nedeni olduğuna, sağlıkla ilgili önlemlerin alınması davranışının ise çoğu zaman öğretmen, aile ve diğer yetişkinler tarafından çocuğun ihtiyacının giderilmesine bağlı olarak az tercih edildiğine işaret etmektedir. Ayrıca tabloda; birinci dönem sınıf mevcudu arttıkça giyinme ile ilgili işleri yapar ve dinlenmenin önemini açıklar kazanımlarının kullanılma durumlarının azaldığı görülmektedir. İkinci dönem sınıf mevcudu arttıkça kendini tehlikelerden ve kazalardan korur kazanımının kullanılma durumunun azaldığı görülmektedir. Oysa kalabalık mevcutlu sınıflarda bu kazanımın daha fazla kullanılması beklenir. Bununla birlikte yaşam alanlarında gerekli düzenlemeler yapar davranışının birinci dönem çocuklar tarafından kazanılması ve öğretmen adaylarından ikinci dönem bu kazanıma çok fazla yer verilmemesi beklenir. Tablo incelendiğinde ikinci dönem bu kazanımın en fazla kullanılan kazanım olduğu görülmektedir.

#### 4.3. Doküman İncelemesine Ait Bulgular

Araştırmanın bu bölümünde; öğretmen adaylarının öğretmenlik uygulaması dersinde yaptıkları günlük planların analizinden elde edilen sonuçlar yüzde (%) ve frekans (f) olarak ifade edilerek, tablolar halinde sunulmuştur.

**Tablo 4.7.** Öğretmen adaylarının öz bakım becerilerini günlük planlarında kullanma durumlarına ilişkin başlıklar

<i>Günlük Planda ki Başlıklar</i>	f	%
Günlük eğitim akışında yer verenler	10	19.23
Kavramlarda yer verme durumu	16	30.76
Kazanımlarda yer verenler	29	55.76
Etkinliklerde yer verenler	30	57.69
Aile katılımında yer verenler	5	9.61
Günlük planlarda öz bakım becerilerine hiç yer vermeyenler	16	30.76
Toplam	52	100

Tablo 4.7.'de öğretmen adaylarının günlük planlarında ki başlıklara göre öz bakım becerilerini kullanma durumları incelendiğinde, 52 öğretmen adayından 16'sının (%30,76) günlük planlarında hiçbir şekilde öz bakım becerilerine yer vermediği, 10 (%19.23) öğretmen adayının günlük eğitim akışında, 16 (%30,76) öğretmen adayının kavramlarda, 29 (%55.76) öğretmen adayının kazanım göstergelerde, 30 (%57.69) öğretmen adayının etkinliklerde ve 5 (%9.61) öğretmen adayının ise aile katılımında öz bakım becerilerine yer verdikleri görülmüştür.

Aşağıdaki tablolarda tablo 4.7. 'deki başlıkların incelendiği bölümler verilmiştir.

**Tablo 4.8.** Öğretmen adaylarının çalıştıkları yaş grubuna göre günlük eğitim akışında öz bakım becerilerine yer verme durumu

		Güne başlama zamanı		Oyun zamanı		Etkinlik zamanı		Günü değerlendirme zamanı		Genel değerlendirme zamanı	
		f	%	f	%	F	%	f	%	f	%
<b>I.Dönem</b>	3 yaş (n:14)	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	4 yaş (n:18)	-	-	1	5.5	-	-	-	-	-	-
	5 yaş (n:20)	-	-	4	20	1	5	2	10	-	-
<b>II.Dönem</b>	3 yaş (n:10)	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	4 yaş (n:18)	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	5 yaş (n:24)	-	-	1	4.16	-	-	1	4.16	-	-

Öğretmen adayları günlük eğitim akışında öz bakım becerilerine birinci ve ikinci dönem 3 yaş grubunda ve ikinci dönem 4 yaş grubunda hiç yer vermedikleri görülmüştür.

Birinci dönem 4 yaş grubunda günlük eğitim akışının sadece oyun zamanı kısmında bir kişinin öz bakım becerilerine yer verdiği, 5 yaş grubunda dört kişinin yer verdiği; ikinci dönemde ise oyun zamanı bölümünde öz bakım becerilerine yer veren bir kişi olduğu, bu bir kişinin de 5 yaş grubunda çalıştığı görülmüştür. Günlük eğitim akışının etkinlik zamanı bölümünde ise öz bakım becerilerine sadece bir kişi birinci dönem beş yaş grubunda yer verdiği görülmüştür. Günlük eğitim akışının günü değerlendirme zamanında birinci dönem beş yaş grubunda iki öğretmen adayının öz bakım becerilerine yer verdiği, ikinci dönem yine beş yaş grubunda bir öğretmen adayının öz bakım becerilerine yer verdiği görülmüştür. Günlük eğitim akışının güne başlama zamanı ve genel değerlendirme zamanının da ise hiçbir öğretmen adayı öz bakım becerilerine yer vermemiştir. Bu bulgular öğretmen adaylarının günlük plan-günlük eğitim akışı bölümünde öz bakım becerilerine çoğunlukla yer vermediklerini daha çok etkinlik süreçlerinde öz bakım becerilerine yer verdiklerini göstermektedir. Bu konuyla ilgili odak grup görüşmesinde eğitimcilerin verdiği cevaba göre, gün içerisinde çocukların öz bakım ile ilgili ihtiyaçlarına göre esnek plan doğrultusunda öz bakım becerilerine yer verdiklerini, bunu da günlük eğitim akışının günlük planın genel değerlendirme kısmına eklenebileceğini söylemişlerdir.

**Tablo 4.9.** Öğretmen adaylarının çalıştıkları sınıf mevcuduna göre günlük eğitim akışında öz bakım becerilerine yer verme durumu

		Güne başlama zamanı		Oyun zamanı		Etkinlik zamanı		Günü değerlendirme zamanı		Genel değerlendirme zamanı	
		f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
<b>I.Dönem</b>	15 ve altı (n:15)	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	15-20 arası (n:20)	-	-	4	20	1	5	2	10	-	-
	20 ve üzeri (n:17)	-	-	1	5.8	-	-	-	-	-	-
<b>II.Dönem</b>	15 ve altı (n:9)	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	15-20 arası (n:26)	-	-	1	3.8	-	-	1	3.8	-	-
	20 ve üzeri (n:17)	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-

Tablo 4.9. incelendiğinde öz bakım becerilerine günlük eğitim akışı bölümünde sınıf mevcuduna göre yer verme durumlarının, öz bakım becerilerine günlük eğitim akışında yaş gruplarına göre yer verme durumları benzerlik gösterdiği anlaşılmaktadır.

Tablo 4.8.' e göre öğretmen adaylarının öz bakım becerilerine günlük eğitim akışının güne başlama zamanında ve genel değerlendirme zamanında hiç yer vermedikleri görülmüştür. Günlük eğitim akışının oyun zamanı bölümünde birinci dönem sınıf mevcudu 15-20 arası olan dört öğretmen adayı, sınıf mevcudu 20 ve üzeri olan bir öğretmen adayının öz bakım becerilerine yer verdiği; ikinci dönem ise 15-20 arası sınıf mevcudu olan bir öğretmen adayının öz bakım becerilerine yer verdiği görülmüştür. Günlük eğitim akışının etkinlik zamanı bölümünde birinci dönem 15-20 arası sınıf mevcudu olan yalnızca bir öğretmenin öz bakım becerilerine yer verdiği görülmüştür. Günlük eğitim akışının günü değerlendirme zamanı bölümünde birinci dönem 15-20 arası sınıf mevcudu olan iki öğretmen adayının öz bakım becerilerine yer verdiği, ikinci dönem 15-20 arası sınıf mevcudu olan bir öğretmen adayının öz bakım becerilerine yer verdiği görülmüştür. Bu sonuçlara göre; öğretmen adaylarının günlük eğitim akışında öz bakım becerilerine çok fazla değinmedikleri, sınıf mevcutları ve yaş gruplarına göre öz bakım becerilerini kullanma durumları arasında çok büyük bir farklılık görülmemiştir.

**Tablo 4.10.** Öğretmen adaylarının günlük planlarında öz bakım becerilerini rutin etkinliklerde kullanma durumları

<i>Rutin etk.</i>	<i>Zaman dilimi</i>	f	%
El yıkama	Kahvaltı ve temizlik	6	11.53
Kişisel ihtiyaçlar	Kahvaltı ve temizlik	3	5.76
Sınıf düzenleme	Kahvaltı ve temizlik	1	1.92
Toplam		52	100

Öğretmen adaylarının öz bakım becerileri ile ilgili rutin etkinlikleri kahvaltı ve temizlik zamanında kullandıkları görülmüştür. Yapılan incelemeler sonucunda öğretmen adaylarının öz bakım becerileri ile ilgili rutin etkinlikleri el yıkama, kişisel ihtiyaçlar ve sınıf düzenleme olarak kullandıkları belirlenmiştir. Tablo 4.10. incelendiğinde öğretmen adaylarının günlük planlarında, el yıkama rutinine 6 (%11.53), kişisel ihtiyaçlar rutinine 3 (%5,76), sınıf düzenleme rutinine 1 (%1,92) kişinin yer verdikleri görülmüştür.



K5 G2	1	7.14	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
K5 G3	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
K6	1	7.14	1	5.55	4	20	-	-	1	5.55	-	-
K6 G1	-	-	-	-	2	10	-	-	-	-	-	-
K6 G2	1	7.14	1	5.55	1	5	-	-	-	-	-	-
K6 G3	1	7.14	-	-	1	5	-	-	1	5.55	-	-
K7	2	14.28	1	5.55	2	10	1	10	2		3	12.5
K7 G1	2	14.28	1	5.55	2	10	-	-	2		2	8.33
K7 G2	1	7.14	1	5.55	1	5	1	10	-	-	3	12.5
K7 G3	-	-	1	5.55	-	-	-	-	1	5.55	-	-
K7 G4	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
K7 G5	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	1	4.16
K8	1	7.14	3	16.66	5	25	4	40	4	22.22	-	-
K8 G1	1	7.14	2	11.11	5	25	4	40	4	22.22	-	-
K8 G2	1	7.14	2	11.11	5	25	2	20	3	16.66	-	-
K8 G3	-	-	1	5.55	2	10	1	10	3	16.66	-	-
Toplam	14	100	18	100	20	100	10	100	18	100	24	100
Genel toplam	n: 52 % :100						n: 52 %:100					

Tablo 4.12. incelendiğinde, birinci dönem 3 yaş grubunda öz bakım becerilerinden en fazla elini yüzünü yıkar (4 kişi, %28,57); 4 yaş grubunda öz bakım becerileri kazanımlarından en fazla bedeniyle ilgili temizlik kurallarını uygular (6 kişi, %33,33); 5 yaş grubundan en fazla bedeniyle ilgili temizlik kurallarını uygular (6 kişi, %30) kazanımının kullanıldığı görülmüştür. İkinci dönem 3 yaş grubunda öz bakım becerilerinden en fazla sağlığını korumak için yapması gerekenleri söyler (4 kişi, %40), 4 yaş grubunda öz bakım becerileri kazanımlarından en fazla sağlığını korumak için yapması gerekenleri söyler (4 kişi, %22,22), 5 yaş grubundan en fazla kendini tehlikelerden ve kazalardan korumak için yapılması gerekenleri söyler (3 kişi, %12,5) kazanımının kullanıldığı görülmüştür. Bunların yanı sıra yiyecekleri yerken sağlık ve görgü kurallarına özen gösterir, kendisini dinlendiren etkinliklerin neler olduğunu söyler, dinlenmediğinde ortaya çıkabilecek sonuçları söyler, tehlikeli olan durumlardan, kişilerden, alışkanlıklardan uzak durur kazanımlarına hiçbir yaş grubunda ne birinci dönem ne de ikinci dönem yer verilmemiştir. Bu bulgular öz bakım becerileri anketinden elde edilen bulgularla bir arada değerlendirildiğinde öğrenci görüşleri ve uygulamaları arasında tutarsızlıklar olduğunu, öğrenci görüşlerinde öğretmen adaylarının bütün kazanımlara yer verdiklerini belirttikleri ancak plan uygulamalarında tersi bir durum olduğu anlaşılmaktadır.



**Tablo 4.13.** Öğretmen adaylarının öz bakım becerilerini kazanım göstergelerinde öğrenci mevcutlarına göre kullanma durumları

Kazanım Göstergeler	1. Dönem						2. Dönem					
	15 ve altı (n:15)		15-20 arası (n:20)		20 ve üzeri (n:17)		15 ve altı (n:9)		15-20 arası (n:26)		20 ve üzeri (n:17)	
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
K1	6	40	5	25	4	23.52	1	11.11	-	-	1	5.88
K1 G1	1	6.66	1	5	1	5.88	-	-	-	-	-	-
K1 G2	2	13.33	2	10	3	17.64	-	-	-	-	-	-
K1 G3	5	33.33	5	25	1	5.88	1	11.11	-	-	1	5.88
K1 G4	-	-	1	5	1	5.88	-	-	-	-	-	-
K2	-	-	-	-	4	23.52	-	-	1	3.84	-	-
K2 G1	-	-	-	-	2	11.76	-	-	1	3.84	-	-
K2 G2	-	-	-	-	3	17.64	-	-	1	3.84	-	-
K2 G3	-	-	-	-	1	5.88	-	-	1	3.84	-	-
K2 G4	-	-	-	-	1	5.88	-	-	1	3.84	-	-
K3	4	26.66	1	5	3	17.64	-	-	1	3.84	-	-
K3 G1	3	20	1	5	3	17.64	-	-	-	-	-	-
K3 G2	2	13.33	1	5	2	11.76	-	-	1	3.84	-	-
K3 G3	1	6.66	-	-	1	5.88	-	-	1	3.84	-	-
K3 G4	1	6.66	-	-	1	5.88	-	-	-	-	-	-
K3 G5	2	13.33	1	5	2	11.76	-	-	-	-	-	-
K4	1	6.66	-	-	1	5.88	1	11.11	-	-	-	-
K4 G1	1	6.66	-	-	-	-	1	11.11	-	-	-	-
K4 G2	1	6.66	-	-	-	-	1	11.11	-	-	-	-
K4 G3	-	-	-	-	1	5.88	1	11.11	-	-	-	-
K4 G4	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
K5	-	-	1	5	-	-	-	-	-	-	-	-
K5 G1	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
K5 G2	-	-	1	5	-	-	-	-	-	-	-	-
K5 G3	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
K6	-	-	2	10	4	23.52	-	-	1	3.84	-	-
K6 G1	-	-	-	-	2	11.76	-	-	-	-	-	-
K6 G2	-	-	2	10	1	5.88	-	-	-	-	-	-
K6 G3	-	-	1	5	1	5.88	-	-	1	3.84	-	-
K7	3	20	-	-	2	11.76	1	11.11	2	7.69	3	17.64
K7 G1	2	13.33	-	-	2	11.76	1	11.11	2	7.69	3	17.64
K7 G2	2	13.33	-	-	1	5.88	1	11.11	1	3.84	2	11.76
K7 G3	1	6.66	-	-	-	-	-	-	-	-	1	5.88
K7 G4	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
K7 G5	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	1	5.88
K8	3	20	1	5	4	23.52	6	66.66	2	7.69	-	-
K8 G1	4	26.66	1	5	3	17.64	6	66.66	2	7.69	-	-
K8 G2	4	26.66	1	5	4	23.52	3	33.33	1	3.84	-	-
K8 G3	1	6.66	-	-	2	11.76	3	33.33	1	3.84	-	-
Toplam	n: 52 % :100						n: 52 % :100					

Tablo 4.13. incelendiğinde birinci dönem 15 ve daha az sayıda sınıf mevcudu ile çalışan öğretmen adayları öz bakım becerilerinden en fazla bedeniyle ilgili temizlik krallarını uygular (6 kişi, %40); 15-20 arası sınıf mevcudu ile çalışan öğretmen adayları

en fazla elini yüzünü yıkar (5 kişi, %25); 20 ve daha fazla sınıf mevcudu ile çalışan öğretmen adayları bedeniyle ilgili temizlik kurallarını uygular, giyinme ile ilgili işleri yapar, günlük yaşam becerileri için gerekli araç ve gereçleri kullanır, sağlığına dikkat etmediğinde ortaya çıkabilecek sonuçları açıklar (4 kişi, %23,52) kazanımlarını kullandıkları görülmüştür. İkinci dönem 15 ve daha az sayıda sınıf mevcudu ile çalışan öğretmen adayları öz bakım becerilerinden en fazla sağlığını korumak için yapması gerekenleri söyler (6 kişi, %66,6); 15-20 arası sınıf mevcudu ile çalışan öğretmen adayları en fazla tehlikeli olan durumları söyler ve sağlığını korumak için yapması gerekenleri söyler (2 kişi, %7,69); 20 ve daha fazla sınıf mevcudu ile çalışan öğretmen adayları en fazla tehlikeli olan durumları söyler (3 kişi, %17,64) kazanımlarını kullandıkları görülmüştür. Bunların yanı sıra yiyecekleri yerken sağlık ve görgü kurallarına özen gösterir, kendisini dinlendiren etkinliklerin neler olduğunu söyler, dinlenmediğinde ortaya çıkabilecek sonuçları söyler, tehlikeli olan durumlardan, kişilerden, alışkanlıklardan uzak durur, kazanımlarına hiçbir yaş grubunda ne birinci dönem ne de ikinci dönem yer verilmemiştir. Bu bulgular öz bakım becerileri anketinden elde edilen bulgularla bir arada değerlendirildiğinde öğrenci görüşleri ve uygulamaları arasında tutarsızlıklar olduğunu, öğrenci görüşlerinde öğretmen adaylarının bütün kazanımlara yer verdiklerini belirttikleri ancak plan uygulamalarında tersi bir durum olduğu anlaşılmaktadır. Bunun yanı sıra kullanmadıkları öz bakım becerileri, öğretmen adaylarının yaş grubuna göre öz bakım becerilerini kullanma durumundaki kazanımlarla benzerlik göstermektedir. Sonuç olarak çocuk grubunun yaşı ve mevcut sayısı öz bakım becerilerini kullanma durumlarında farklılık göstermemektedir.

**Tablo 4.14.** Öğretmen adaylarının öz bakım becerilerine etkinlikler içerisinde yer verme durumları

Etkinlikler	1.Dönem		2.Dönem	
	f	%	f	%
Okuma-yazma	-	-	2	3.84
Matematik	-	-	-	-
Drama	5	9.61	5	9.61
Oyun	3	5.76	7	13.46
Fen	11	21.15	2	3.84
Hareket	1	1.92	-	-
Türkçe Dil	15	28.84	13	25
Sanat	13	25	5	9.61
Müzik	9	17.30	2	3.84
Alan gezisi	-	-	-	-
Aile katılımı	5	9.61	1	1.92

Tablo 4.14. incelendiğinde öğretmen adaylarının matematik ve alan gezisi etkinliklerinde öz bakım becerilerine hiç yer vermedikleri tespit edilmiştir. Öz bakım becerilerine en fazla birinci dönem Türkçe dil etkinliklerinde (15 kişi %28,84), ikinci dönem de yine Türkçe dil etkinliklerinde (13 kişi %25) yer verilmiştir. En az ise birinci dönem oyun etkinliğinde (3 kişi, %5,76), ikinci dönem okuma yazma etkinliklerinde (2 kişi, %3,84) kullandıkları görülmüştür.



## V. BÖLÜM

### 5. Sonuç ve Öneriler

Okul öncesi öğretmen adaylarının öğretmenlik uygulaması dersi kapsamında hazırladıkları günlük planlarında öz bakım becerilerine yer verme durumlarının incelenmesi amacıyla yapılan araştırmada ulaşılan sonuçlar ve bu sonuçlar çerçevesinde ailelere, öğretmen-öğretmen adaylarına ve araştırmacılara sunulan öneriler bu bölümde özetlenmiştir.

*Odak Grup Görüşmesine Ait Sonuçlar:* Odak grup görüşmesine katılan öğretmenlerin öz bakım becerilerini diğer alanlarda gelişim sağlanabilmesi için bir ön koşul olarak algıladığı, bu becerileri çocuk kendi başına sağlayamadığı takdirde diğer gelişim alanlarının da olumsuz etkileneceği, bağımsız öz bakım becerilerinin çocuğun özgüvenini artıracaklarını,

Çocuğun öz bakım becerilerini geliştirmek üzere uyguladıkları etkinliklerin planlanmasında; eğitim ortamının, çocuğun hazırbulunuşluğunun, bireysel özelliklerinin, cinsiyetinin, yaşının ve aile faktörlerinin etkili olabileceği düşüncesinde oldukları,

Yıl içerisinde öz bakım becerilerine birinci dönemde daha sık yer verdikleri, günlük planda öz bakım becerilerine yer vermeseler de bu kazanımları gün içerisinde sıklıkla kullandıkları,

Çocukların öz bakım becerilerinin gelişimi ve desteklenmesinde daha çok internet kaynaklarından yararlandıkları,

Öz bakıma yönelik uygulamalarında sınıfların kalabalık oluşunu, çocukların sabırsızlığını ve çocukların ihtiyaçlarının çoğunlukla ebeveyn tarafından karşılanmasını sorun olarak gördükleri tespit edilmiştir.

*Öz Bakım Becerileri Anket Formuna Ait Sonuçlar:* Öğretmen adaylarının günlük planlarında öz bakım becerilerine ilişkin kazanımlara yetersiz düzeyde yer

verdikleri, çoğunluğunun lisans düzeyinde öz bakım becerileri ile ilişkili olabilecek bir derse devam ettiği, bu dersler arasında ilk sırada Montessori Eğitimi dersinin yer aldığı,

Öğretmen adaylarının öz bakım becerilerine yönelik bilgi-deneyim düzeylerinin yaşları bakımından anlamlı bir farklılık göstermediği, buna karşın planlama ve uygulama düzeyinin yaşa göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık gösterdiği, özellikle 23 yaş grubundaki öğrencilerin planlama ve uygulama puanlarının daha düşük olduğu,

MEB okul öncesi eğitim programındaki öz bakım becerilerinden günlük planlarında en fazla kendini tehlikelerden ve kazalardan korur kazanımına ve göstergelerine değindikleri, en az oranda ise bedeni ile ilgili temizlik kurallarını uygular kazanımını ve buna ilişkin göstergeleri aldıkları,

Birinci ve ikinci dönem öğretmenlik uygulaması kapsamında hazırladıkları günlük planlarda, tüm yaş gruplarında en yoğun şekilde yaşam alanlarında gerekli düzenlenmeler yapar kazanımını, en az oranda ise sağlığı ile ilgili önlemler alır kazanımını kullandıkları,

Öğretmen adaylarının staj yaptıkları okullardaki sınıf mevcudu dikkate alındığında, birinci dönem en yoğun yaşam alanlarında gerekli düzenlemeler yapar, en az oranda ise sağlığı ile ilgili önlemler alır kazanımını kullandıkları, ikinci dönemde bu sonuçların değişmediği, sadece 15 ve daha az sayıda çocuk sayısı ile çalışan öğretmen adaylarının tehlikelerden ve kazalardan korur kazanımını daha yoğun şekilde kullandıkları belirlenmiştir.

*Doküman İncelemesine Ait Sonuçlar;* Öğretmen adaylarının öz bakım becerilerine en fazla etkinlikleri uygularken, en az oranda ise aile katılımın yer verdikleri, ayrıca öğretmen adaylarından bir bölümünün öz bakım becerilerine günlük planlarında hiçbir şekilde yer vermedikleri,

Çalıştıkları yaş grubuna göre, güne başlama zamanında ve genel değerlendirmede öz bakım becerilerine hiç yer vermedikleri, öz bakım becerilerine düşük bir oranda da olsa en fazla oyun zamanında yer verdikleri,

Öğretmen adaylarının günlük planlarında en fazla el yıkama becerisine, en az sınıf düzenleme becerisine yer verdikleri,

Günlük planlarında kullanılan öz bakıma ilişkin kavramların düzenli- dağınık, kirli-temiz, sağlıklı-sağlıksız, taze-bayat, faydalı zararlı kavramları ile sınırlı olduğu, bu kavramlardan en fazla kirli- temiz kavramının kullanıldığı,

Öğretmen adaylarının yaş gruplarına göre birinci dönemde temizlik kurallarını uygular kazanımını, ikinci dönemde ise sağlığını korumak için yapması gerekenleri söyler ve kendini tehlikelerden-kazalardan korumak için yapılması gerekenleri söyler kazanımlarını daha yoğun şekilde kullandıkları,

Staj yapılan okuldaki sınıf mevcudu dikkate alındığında, birinci dönemde en fazla bedeniyle ilgili temizlik kurallarını uygular kazanımının, ikinci dönemde ise tehlikeli olan durumları söyler ve sağlığını korumak için yapması gerekenleri söyler kazanımlarının kullanıldığı,

Öğretmen adaylarının yaş gruplarına ve sınıf mevcutlarına göre, yiyecekleri yerken sağlık ve görgü kurallarına özen gösterir, kendisini dinlendiren etkinliklerin neler olduğunu söyler, dinlenmediğinde ortaya çıkabilecek sonuçları söyler, tehlikeli olan durumlardan, kişilerden, alışkanlıklardan uzak durur kazanımlarına günlük planlarında hiç yer vermedikleri,

Benzer şekilde matematik ve alan gezisi etkinliklerinde de öz bakım becerilerine ilişkin kazanım ve göstergelere hiç yer vermedikleri, birinci ve ikinci dönemde öz bakım becerilerine en fazla Türkçe dil etkinliklerinde, en az ise okuma yazma etkinliklerinde yer verdikleri,

Son olarak öğretmen adaylarının çocuklara öz bakım becerilerinin kazandırılması konusundaki görüşleri ve uygulamaları arasında tutarlılık olmadığı belirlenmiştir.

Çalışmadan elde edilen sonuçlar ve alan yazın bilgileri ışığında aşağıdaki öneriler geliştirilmiştir;

Ailelere yönelik öneriler:

- Çocuğun öz bakıma yönelik eğitiminin okuldan önce ailede başlaması, ailede verilen eğitimin devam ettirilebilmesi ve kalıcı davranışa dönüştürülebilmesi içinde eğitimcilerin çocuklara ve ailelere destek vermesi yararlı olacaktır.

- Çocuğun öz bakımıyla ilgili ihtiyaçlarını bebeklikten itibaren çocukla ilgilenen kişinin karşılaması popüler bir yaklaşım olsa da bu durum ileriye yönelik birçok sorunu ortaya çıkarmakta ve çocuğun öz güvenden yoksun, bağımlı kişilik geliştirmesine yol açabilmektedir. Bu nedenle, çocuğun öz bakım becerilerini kazanması adına çocuklara fırsat verilmesi, fırsatlar verilirken üst düzey beklentiler içinde olunmaması ve bu süreçte çocuğun gelişim düzeyinin göz önünde bulundurulması gerekmektedir.

- Ailenin öz bakım becerileri eğitiminde kararlı ve tutarlı davranışlar sergilemeleri, onlara rol model olmaları oldukça önemlidir. Bu becerilerin çocuk tarafından yapılması mecburi işler gibi görülmemesi, onların sorumluluk sahibi, kendileriyle ilgili ihtiyaçlarını yardımsız yapabilen, öz güveni yüksek bir birey olması açısından faydalı beceriler olarak görülmesi yararlı olacaktır. Bu bağlamda odasını toplama, eşyalarını ve oyuncaklarını düzenleme vb. alışkanlıklar konusunda küçük yaşlardan itibaren verilecek sorumluluklar çocuğun ileriki yaşamında düzenli bir birey olmasını destekleyecektir.

Öğretmen ve öğretmen adaylarına yönelik öneriler:

- Eğitimciler, çocukların öz bakım becerilerinin desteklenmesinde ebeveyn kadar önemlidir. Yapılan araştırmalar öz bakım becerilerinin çocuğun tüm gelişim alanları için önemini vurgulamıştır. Bilgi

- Bu yüzden okul öncesi eğitim programında çocukların öz bakım becerileri ile ilgili uygulamaları deneyimleyebilmeleri için öğretmen adaylarının; günlük planlarının genelinde bu becerilerle ilgili etkinliklere daha sık yer vermelerinin ve eğitim ortamını uygun şekilde düzenlemelerinin desteklenmesi önemlidir ve çocuklara rehber olabilirler.

- Çocuklar için önemli rol modeller olan öğretmenlerin ve öğretmen adaylarının; çocukları dinlemeleri, onlara değer vermeleri, çocuklara yönelik olumlu tutumlar sergilemeleri pek çok farklı etkiye sahiptir. Bu nedenle öğretmen adayları; çocuklarla kurdukları ilişkilerde ve etkileşimlerde örnek olabilecek öz bakım davranışlarında bulunarak çocukların bu becerilerinin gelişimine katkı sağlayabilirler.

- Öğretmen adaylarının lisans döneminde öz bakım becerilerine yönelik seçmeli derslere katılmaları, konuya ilişkin bilgi-beceri kazanımlarını ve bu

kazanımlarını öğretim süreçlerine yansıtılmalarını sağlayacaktır. Dolayısıyla öğretmen adaylarının çocukların öz bakım becerilerinin desteklenmesine ilişkin somut deneysel bilgiler edinebilecekleri derslerin (Öz Bakım Becerileri Eğitimi, Montessori Eğitimi, Temel Beceriler vb.) öğretmen yetiştirme programlarına zorunlu ve seçmeli dersler bazında yerleştirilmesi önemlidir.

- Öğretmen adayları öğretmenlik uygulamaları dersinde staj öğretmeni ile iyi bir iletişim halinde olmalı, bu dersi kendi yararına çevirebilmeli ve değerlendirmelidir.

- Okul öncesi öğretmen adaylarına, konuya ilişkin olarak üniversite bünyesinde ve il bazında açılacak atölyeler ile uygulamalı öz bakım becerileri eğitiminin verilmesi yararlı olacaktır.

- Üniversitelerin ilgili bölümleri, İl Milli Eğitim Müdürlükleri ile iş birliği yaparak öz bakım becerileri konusunda öğretmenlere ve öğretmen adaylarına uygulamalı eğitim seminerleri düzenleyebilir ve bu konuda mentörler yetiştirilmesini destekleyebilirler.

Araştırmacılara yönelik öneriler:

- Bu araştırma, Abant İzzet Baysal Üniversitesi 2016-2017 eğitim öğretim yılı 4. Sınıf öğretmen adayları ile yapılmıştır. Farklı illerdeki üniversitelerden öğretmen adayları ile çalışılarak, sonuçların karşılaştırılması ve elde edilen verilerin farklı değişkenler açısından ele alınması yararlı olacaktır.



## KAYNAKÇA

- Arı, M. (2003). *Türkiye’de erken çocukluk eğitimi ve kalitenin önemi*. İstanbul: Morpa Yayınları.
- Aslan, D. ve Kaya, M. (2009). Ankara’da bir ilköğretim okulunda el yıkama konusunda bir müdahale çalışması. *Erciyes Tıp Dergisi*, 2, 135-143.
- Aslan, D., Mermerkaya, M.U., Kaya, F.E. (2006). Ankara’da bir ilköğretim okulunda el yıkama konusunda yapılmış olan bir müdahale çalışması. *Türkiye Klinikleri Tıp Bilimleri Dergisi*, 26,157-162.
- Aslanurgan, E. ve Tapan. F. (2011). Okul öncesi eğitim ve çocuklar üzerindeki etkileri. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 11 (2), 219-138.
- Aydın, H. B.; Aydın, O. (1999). *Okul öncesi çocuğunun gelişim özellikleri*, Marmara Üniversitesi Anaokulu/Anasınıfı öğretmeni el kitabı. İstanbul: Remzi Kitabevi
- Aydoğan, Y., Özyürek, A., Gültekin Akduman, G. (2017). *Erken çocukluk döneminde gelişim*. Ankara: Vize Yayıncılık.
- Aydoğmuş, K., Baltaş, A., Batlaş, Z., Davaslıgil, Ü., Güngörmüş, O., Konuk,E., Korkmazlar, Ü., Köknel, Ö., Navaro,L., Oktay, A., Razon, N. ve Yavuzer, H. (2010). *Ana-baba okulu*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Avery,J. G. ve Jackson, R. H. (1993). *Children and their accidents*. Edward Arnold, London.
- Baltaş, A. (2004). *Ana-baba okulu*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Bayhan, S. P. ve Artan, İ. (2005). *Çocuk gelişimi ve eğitimi*. İstanbul: Morpa Yayınları
- Baysal, A. (2003). Sosyal eşitsizliklerin beslenmeye etkisi. H.Ü. *Tıp Fakültesi Dergisi*, 25(4), 66-72.
- Biçer, T. (1996). *Erlerin Kişisel Hijyen Bilgilerinin Saptanması ve Bu Konudaki Sağlık Eğitimi Yöntemlerinin Değerlendirilmesi*. Bilim Uzmanlığı Tezi. Gülhane Askeri Tıp Akademisi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Boğday Saygılı, B. (2014) . NWSA-Vocational education, 2C0051, 9(3), 50-59.
- Çetinkaya, A. (2012). *Okul Öncesi Eğitime 5-6 Yaşlarında Başlayan Öğrenciler İle 3-4 Yaşlarında Başlayan Öğrencilerin Öz Bakım Becerilerinin Veli Görüşlerine Göre*

- İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Uşak Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Uşak.
- Çetinkaya, S., Arslan, S., Nur, N., Demir, Ö. F., Özdemir, L., Sümer, H. (2005). Sivas il merkezi'nde sosyoekonomik düzeyi farklı üç ilköğretim okulu öğrencilerinde kişisel hijyen alışkanlıkları. *Sürekli Tıp Eğitimi Dergisi*, 14( 10). 229- 230.
- Çimen, S. ve Yavuz, B. (2007). Serebral palsili çocukların özbakım becerilerini gerçekleştirme düzeyleri ve etkileyen etmenlerin incelenmesi. *C.Ü Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi* 11 (1), 18.
- Darıca, N. (2002). *Okul öncesi eğitimcileri için etkinlik örnekleri kılavuz kitap*. İstanbul:Koza Yayınları
- Demirel, N. (2008). *Zihinsel Engelli Çocuklarda Denge Eğitimi Çalışmalarının Bazı Özbakım Becerileri Üzerine Etkisinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Demirel, Ö. (1989). *Ülkemizde okul öncesi çağıdaki çocukların eğitimlerinin gereği ve yaygınlaştırılmasına yönelik çözüm önerileri*. Ya-pa 6. Okul Öncesi Yaygınlaştırılması Semineri. İstanbul: Ya-pa Yayınları.
- Demiriz, S. Ve Dinçer, Ç. (2000). Okul öncesi dönem çocuklarının öz bakım becerilerinin annelerinin çalışıp çalışmama durumlarına göre incelenmesi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 19, 58-65.
- Demiriz, S., Dinçer, Ç. (2001). 5-6 Yaş çocuklarının öz bakım becerilerinin cinsiyet ve okul öncesi eğitim alma durumlarına göre incelenmesi. *Milli Eğitim Dergisi*, 150, 11-19.
- Deniz, Ü. (1997). *Annelerin Tuvalet Eğitimine İlişkin Bilgi Ve Uygulamaları*. Bilim Uzmanlığı Tezi. Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Dereli, F. (2006). *2-5 Yaş Arası Sağlıklı Çocukların Beslenme Özellikleri ve Aile Etkileşimi*. Yüksek Lisans Tezi. Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Dinçer, Ç., Demiriz, S., Ergül, A. (2017). Okul öncesi dönem çocukları (36–72 ay) için özbakım becerileri ölçeği-öğretmen formu'nun geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 45, 59-78.

- Dodson, F. (1993). *Çocuk eğitimi el kitabı* (çev. A. Durmaz). İstanbul: Kırkambar Yayınları
- Ergün A.S., Yılmaz E., Dağdeviren, Z. (2009). Mesleki eğitim ve çiraklık merkezinde eğitim gören ergenlerin öz bakım gücünün incelenmesi. *ADÜ Tıp Fakültesi Dergisi*, 10(3), 29 – 36.
- Filiz, S. (1998). *Okul Öncesi Eğitim Kurumlarına Devam Eden 4-6 Yaş Çocuklarının Beslenme Kavramlarının Geliştirilmesinde Öğrenme Evresi Yönteminin Etkisi*. Yüksek Lisans Tezi. Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Gazezoglu, Ö. (2007). *Okulöncesi Eğitim Kurumlarına Devam Eden 6 Yaş Çocuklarına Öz Bakım Becerilerinin Kazandırılmasında Oyun Yoluyla Öğretimin Etkisi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Goldstein, R. (2006). *Ana babalık sanatı* (Çeviren N. Öno). İstanbul: Özgür Yayınları.
- Gökçay, G., Garipağaoğlu, M. (2002). *Çocukluk ve ergenlik döneminde beslenme*. İstanbul: Saga Yayınları.
- Haktanır, G. (2011). *Okul öncesi eğitime giriş*. Ankara: Anı Yayıncılık
- Kasnakoğlu, H. ve Ülgüray, D. (2003). *Ulusal gıda ve beslenme stratejisi çalışma grubu raporu. İktisadi Sektör ve Koordinasyon Genel Müdürlüğü Devlet Planlama Teşkilatı*. Ankara: Devlet Planlama Teşkilatı.
- Kaya, M. (1999). *Ana-Baba Eğitimi Destekli Beslenme Eğitiminin 3-6 Yaş Grubu Çocukların Beslenme Bilgisi ve Davranışlarına Etkisi*. Yüksek Lisans Tezi. Gazi Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Kılıçkaya, A., Zelyurt, H. (2015). Okul öncesi programlarında özel gereksinimli bireylerin yer alma durumlarının incelenmesi (1989-2013). *Uluslararası Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 2015(4), 200-211.
- Kıral, B ve Kıral E. (2011). *Karma araştırma yöntemi*. 2.nd International Conference on New Trends in Education and Their Implications, Antalya.
- Köksal, G., (2007). Doğumsal kalp hastalıklarında beslenme. *Klinik Çocuk Forumu Dergisi Cilt 7(2)*, 57.
- Küçük, D. (2009). *Bakıcı Tarafından, Annesi Tarafından ve Kreşte Bakılan 3-6 Yaş Çocukların Yaşam Kalitesi ve Öz Bakım Becerilerinin Değerlendirilmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Atatürk Üniversitesi, Erzurum.

- Küçükaya, E. (1989). *Okul Öncesi 5-6 Yaş Grubu Kız ve Erkek Çocukların Motor Gelişimlerinin Sağlanması Oyunun Yeri ve Önemi*. Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Matheson, D., Spranger, K., Saxe, A. (2002). Preschool children's perceptions of food and their food experiences. *Journal of Nutrition Education and Behavior*, 34, 85-92.
- MEB, (2013). *Okul Öncesi Eğitim Programı*. Ankara: TC. Milli Eğitim Bakanlığı Temel Eğitim Genel Müdürlüğü.
- MEGEP, (2007). *Çocuk Gelişimi ve Eğitimi 36-72 Ay Öz Bakımı*. Ankara.
- Merdol, T. (1999). *Okul öncesi dönem eğitimi veren kişi ve kurumlar için beslenme eğitimi rehberi*. İstanbul: Özgür Yayınları.
- Mutlu, B., Ergişi, A., Ayhan, A., ve Aral, N. (2012). Okul öncesi dönemde montessori eğitimi. *Ankara Sağlık Bilimleri Dergisi*, 1(3), 113-128.
- Oktay, A. (1984). *Okulöncesi eğitiminde bazı temel kavramlar*. Ya-Pa Okulöncesi Eğitim Semineri. Ankara: Ya-Pa Yayınları.
- Oktay, A. (1993). *Okul öncesi eğitimi 1. sempozyumu*. Milli Eğitim Bakanlığı. Ankara: Okul Öncesi Eğitim Genel Müdürlüğü Yayınları.
- Oktay, A. (2003). 21. *Yüzyıla girerken dünyada yaşanan değişimler ve erken çocukluk eğitimi*. İstanbul: Morpa Kültür Yayınları.
- Oktay, A. (2004). *Yaşamın sihirli yılları*. İstanbul: Epsilon Yayıncılık.
- Oktay, A. (2006). Okul öncesi eğitimden ilköğretime geçiş projesi. Avrupa birliği sürecinde okul öncesi eğitimin geleceği sempozyumu. Kıbrıs: YaPa yayıncılık, cilt 1, 75-95.
- Önder, A. (2003). *Okul öncesi çocuklar için eğitici drama uygulamaları*. İstanbul: Morpa Yayınları.
- Özcan, N. (2004). *Zihin Özürlü Çocuklara Tuvalet Becerisi Öğretimine Yönelik Aile Eğitimi Programının Etkililiği*. Yüksek Lisans Tezi. Anadolu Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eskişehir.
- Özcanlı A. D., Erdoğan, Zeydan, Z. ve Albayrak, Coşar, A. (2012). Uyku sorunları hipertansiyona neden olur mu?. *Türk Kardiyoloji Derneği Kardiyovasküler Hemşirelik Dergisi*, 1(3), 2-8.

- Özen, A., Acar, Ç., Tavlar, Ö. ve Çetin, Ö., (2002). Özbakım becerilerinin öğretiminde ipucunun giderek azaltılmasıyla öğretim yönteminin etkililiği. *Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 2, 147-168.
- Özmert, E., Derman, O., Esen, O., İbiş, M., Şimşek, Ç., Bediz, D., Kalbur, N., Karakaş, H., Seyrek, V., Gündoğan, A. (2008). Erken çocukluk gelişiminin desteklenmesi. D. Akalın, E. Göktaş, E. Horzum, G. Karaodul ve N. Çobanoğlu (Ed.), *Çocuk ve Ergen Sağlığı Modülleri Eğitimciler İçin Eğitim Rehberi* (ss 69- 102). Ankara: Sağlık Bakanlığı Yayını.
- Özyürek, M. (1986). Zihinsel yetersizlik gösteren çocuklarda öz bakım becerilerinin kazandırılması. *Anadolu Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1(2),149-155.
- Poyraz, H. (1987). *Anaokulu-Anasınıflarının Beslenme Programları ve Öğretmenlerinin Beslenme Eğitimi Alanındaki Bilgileri Üzerine Bir Araştırma*. Yüksek Lisans Tezi. Gazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Seçer, Z., Çeliköz, N., ve Kayılı, G. (2010). Okul öncesi öğretmenliği okul uygulamalarında yaşanan sorunlar ve çözüm önerileri. *Yüzüncü Yıl Üniversitesi, Eğitim Fakültesi Dergisi*, 7(1), 128-152.
- Soydaş, E. (2007). *Okul Çocuklarına Hijyen Alışkanlığı Kazandırma*. Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Sönmez, N. D. (2008). *Eve Dayalı Gündüz Tuvalet Kontrolü Aile Eğitimi Kuruluk Programının Annelerin Kuruluk Kaydı Tutma ile Gündüz Tuvalet Kontrolü Kazandırma Becerisini ve Çocukların Gündüz Tuvalet Kontrolünü Kazanmasındaki Etkisi*. Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Sütçü, Z. (2006). *Drama Eğitiminin Okul Önces Eğitime Devam Eden 6 Yaş Grubundaki Çocukların Beslenme Alışkanlıklarına Etkisinin Analizi*. Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Şahin, G. (2011). *Otizmi Olan Çocuklara Dış Fırçalama Becerisinin Öğretiminde Eş Zamanlı İpucu İle Öğretimin Etkinliği*. Yüksek Lisans Tezi, Abant İzzet Baysal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bolu.
- Şenol, S. (1995). Çocuklarda iştahsızlık sorunları. *Sürekli Tıp Eğitim Dergisi*, 4(4),123-124.
- Tabachnick, B.G., Fidell, L.S. (2013). *Using multivariate statistics* (sixth ed.) Boston: Pearson.

- Tamkavas, E. (2003). *5-6 Yaş Çocuklarının Öz Bakım Becerilerinin Cinsiyet ve Okul Öncesi Eğitim Alma Durumlarına Göre İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Topbaş, E. (2014). *Montessori yöntemiyle çocuk eğitimi*. Ankara: Panama yayınları.
- Turan, F. (2004). Okul öncesi eğitim kurumları yönetmeliği ve programının değerlendirilmesi. *Milli Eğitim Dergisi*, 162.
- Uysal, F. K. (2003). *Çocuk sağlığı, çocuğum sağlıklı büyüyor mu?*. İstanbul: Morpa Kültür Yayınları
- Ülküer, N. (1993). Herkes için eğitim hedefleri ve erken çocukluk ve okulöncesi eğitim. 9.YA-PA Okulöncesi Eğitimi ve Yaygınlaştırma Semineri, 18-29, Ankara.
- Ünüsan, N. (2001). Okul öncesi çocukların yeme problemlerinin incelenmesi. *Çocuk Forumu Dergisi*, 4,1.
- Ünver, Y. (2004). *Beş-Altı Yaş Okul Öncesi Dönemi Çocukları İçin Geliştirilecek, Besin Gruplarına Yönelik Beslenme Eğitimi Programlarının, Çocukların Beslenme Bilgisi ve Davranışlarına Etkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Varol, N. (2005). *Beceri öğretimi ve özbakım becerilerinin kazandırılması*. Ankara: Kök Yayıncılık.
- Varol, N., (2004). *Öz bakım becerilerinin öğretimi*. İstanbul: Kök Yayıncılık.
- Vuran, S. (1989). *Zihinsel Engelli Çocukların Giyinme Becerilerinde Yapabildiklerine Dayalı Olarak Hazırlanan Öğretim Materyalinin Etkililiği*. Yüksek Lisans Tezi, Anadolu Üniversitesi, Eskişehir.
- Yalçın, N. (1992). *Gecekondu Bölgesinde Bebekleri Besleme Uygulamaları Üzerine Bir Araştırma*. Bilim Uzmanlığı Tezi, Gazi Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Yavuzer, H. (2005). *Çocuğu tanımak ve anlamak*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Yavuzer, H. (2005). *Çocuk psikolojisi*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Yavuzer, H. (2011). *Doğum öncesinden ergenlik sonuna çocuk psikolojisi*. İstanbul: Remzi yayınları.
- Yıldırım, A., Şimşek, H. (2011). *Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri*. Ankara: Seçkin Yayınevi.
- Yılmaz, N. (1999). *Anaokulu öğretmeninin rehber kitabı*. İstanbul: Ya-Pa Yayınları.

- Yılmaz, N. (2003). *Türkiye’de okul öncesi eğitimi, gelişim ve eğitimde yeni yaklaşımlar*. İstanbul: Morpa Yayınları.
- Yörükoğlu, A. (1980). *Çocuk ruh sağlığı*. Ankara: Türk Tarih Kurumu Basımevi
- Yörükoğlu, A. (1986). *Gençlik çağı*. Ankara: Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları.
- Yücesoy, Ş. (2007). Yetersizlik gösteren bireylere giyinme becerilerinin öğretimiyle ilgili alan yazın taraması. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Özel Eğitim Dergisi*, 8 (1), 61-77
- Yürümez, E. (2011). *Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Olan Çocuklarda Uygunun Yaşam Kalitesi ile İlişkinin İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Tıp Fakültesi, Ankara.
- Wardlaw, G. (2003). *Contemporary nutrition issues and insights*. Published. by Grow. Newyork, USA.
- Zaybak, A. (2012). Uyku düzeni ve sağlık. C. Yakıncı ve E. Yeşilada (Ed.), *Koruyucu sağlık rehberi*. Ankara: Türk Eczacıları Birliği Eczacılık Akademisi.
- Zembat, R. (2005). *Okul öncesi eğitimde güncel konular*. İstanbul: Morpa Yayıncılık.

## EKLER

### EK-1 Odak Grup Görüşme Formu

#### GÖRÜŞME ÖRNEK SORULARI

- 1- Öz bakım etkinlikleri ile çocuklara kazandırmaya çalıştığınız konu veya kavramlar nelerdir?
- 2- Okul öncesi dönemde öz bakım etkinliklerinin yeri ve önemi hakkında ne düşünüyorsunuz?
- 3- Öz bakım etkinliklerinin çocuklarda hangi özelliklerin gelişimine katkı sağladığını düşünüyorsunuz?
- 4- Günlük planınızda hangi öz bakım becerilerine yer vereceğinize nasıl karar veriyorsunuz?
- 5- Öz bakım eğitimi kapsamında hangi etkinliklere ne sıklıkta yer veriyorsunuz?
- 6- Öz bakım etkinliklerini planlamada ve gerçekleştirmede hangi noktalara dikkat edersiniz?
- 7- Öz bakım eğitimi uygulamalarınızda bilgi kaynaklarınız nelerdir? Bunun dışında güncel kaynakları (kitap, dergi, makale, tez vb.) takip ediyor musunuz?
- 8- Öz bakım etkinliklerini uygularken ne tür sorunlarla karşılaşıyorsunuz?
- 9- Okul öncesi çocukların öz bakım becerilerinin geliştirilmesi konusunda önerileriniz nelerdir?
- 10- Eklemek istediğiniz başka hususlar nelerdir?



**EK-2 Anket Formu****ÖZBAKIM BECERİLERİ ANKET FORMU**

Değerli Arkadaşlarım,

Bu anket formu, öğretmen adaylarının öz bakım becerileri etkinliklerini ve kazanım göstergelerini ne kadar sıklıkla kullanmakta olduğunu belirlemek amacıyla geliştirilmiştir. Ölçek dört bölümden oluşmaktadır. Birinci bölümde size ilişkin bazı kişisel bilgileri toplamaya yönelik sorulara, ikinci bölümde sizlerin öz bakım becerileri konusunda bilgi-deneyim ve planlama-uygulama konusunda ki görüşlerinizi belirlemeye yönelik ifadelere, üçüncü bölümde ise planlarınızda kullandığınız öz bakım kazanım göstergelerine yer verme durumlarınızı belirlemeye yönelik ifadelere, son bölümde ise yer verilmiştir. Katkılarınız için şimdiden teşekkür ederim.

Derya POLAT

A.İ.B.Ü.Okul Öncesi Eğitimi Yüksek Lisans Öğrencisi

**BÖLÜM I: KİŞİSEL BİLGİLER**

1. Adınız-soyadınız:.....

2. Yaşınız: .....

3. Cinsiyetiniz: ( ) Kadın ( ) Erkek

4. Hangi okulda staj yaptınız: 1. Dönem:..... 2. Dönem:.....

5. Kaç yaş grubu ile çalıştınız: 1. Dönem:..... 2. Dönem:.....

6. Öğrenci sayınız: 1. Dönem:..... 2. Dönem:.....

7. Günlük planlarınızda öz bakım becerilerine ne sıklıkla yer veriyorsunuz?

( ) Haftada bir ( ) 15 günde bir ( ) Ayda bir ( ) Üç ayda bir ( ) Hiçbir zaman

8. Lisans eğitiminiz boyunca öz bakım ile ilgili aşağıdaki derslerden hangisini aldınız?

( ) Montessori Eğitimi ( ) Yaşam Becerileri Eğitim ( ) Diğer (belirtiniz).....

**BÖLÜM II:**

**AÇIKLAMA:** Aşağıda öğretmen adaylarının öz bakım becerileri ile ilgili bilgi- deneyim, planlama-uygulama düzeyine yönelik değerlendirme sorularına yer verilmiştir. Sorulan soruları aşağıda açıklanan beşli derecelendirme ölçeğinden uygun gördüğünüz seçeneği işaretleyerek belirtiniz.

	Hemen Hemen Hiç	Nadiren	Bazen	Çoğu Zaman	Hemen Hemen Her Zaman
<b>ÖZBAKIMA YÖNELİK BİLGİ-DENEYİM</b>					
Çocuk, okula öz bakım becerilerini kazanmış olarak gelir.					

<p>Çocukların öz bakım becerilerini kazanmalarından öğretmenler sorumludur.</p> <p>Çocukların öz bakım becerilerini kazanmaları öğretmenlerin öz bakım becerileri öğretimindeki öz bakım becerileriyle ilgili etkinlikleri ile doğrudan ilişkilidir.</p> <p>Çocuklara öz bakım becerilerini öğretebilme konusunda kendime güveniyorum.</p>					
<p>Günlük planımda, çocukların gereksinimlerine uygun öz bakım becerilerine yönelik etkinlik belirleme konusunda kendime güvenirim.</p> <p>Çocuklara öz bakım becerilerini doğru bir şekilde öğretmeyi önemserim.</p>					
<p>Çocuklara yönelik öz bakım etkinlikleri hakkında bilgi edinmek için kaynak kitaplar okurum.</p> <p><b>ÖZBAKIM BECERİLERİ PLANLAMA VE UYGULAMAYA</b></p>					
<p>Günlük planımda, öz bakım becerilerinin gelişimi konusunda etkinliklere yer veririm.</p>					
<p>Öz bakım etkinliklerinin planlanmasında kazanım göstergeleri dikkate alırım.</p> <p>Öz bakım etkinliklerinin planlanmasında öncelikle ilgili kavramları öğretmeye dikkat ederim.</p>					
<p>Öz bakım etkinliklerinin planlanmasında çocukların yaşına, ilgi, ihtiyaç ve gereksinimlerine dikkat ederim.</p> <p>Öz bakım etkinliklerinin planlanmasında rutin aktivitelerden yararlanmaya (yemekten önce sonra el yıkama, toplanma vb) dikkat ederim.</p> <p>Öz bakım etkinlikleri planlarken yazılı rehber kitapları, internet vs çeşitli kaynaklardan yararlanırım.</p>					
<p>Öz bakım etkinliklerini planlayıp uygulamamda, lisans eğitiminde aldığım derslerin etkili olduğunu düşünüyorum.</p>					
<p>Öz bakım becerileri konusunda aile katılımına yer veririm.</p> <p>Çocukların okulda kazandığı öz bakım becerilerinin evde de sürekliliğinin sağlanması için önlemler alırım.</p>					
<p>Öz bakım etkinliğini diğer etkinlikler ile bütünleştirebilirim.</p> <p>Öz bakım etkinlikleriyle ilgili çeşitli aktiviteler(drama, hikaye, oyun vs) düzenlerim.</p> <p>Öz bakım etkinliklerinde farklı yöntem/tekniklerden yararlanırım.</p>					
<p>Günlük planlarımda öz bakım becerilerine ilişkin kazanımlara yer veririm.</p> <p>Planımdaki diğer etkinlikleri öz bakım becerileri etkinliklerinden daha çok önemserim.</p>					
<p>Öz bakım becerilerinin gelişimi ile ilgili çocuklara model olurum.</p>					
<p>Öz bakım becerilerinin geliştirilmesi ile ilgili çocukların bağımsız deneyimler yaşamasına özen gösteririm</p> <p>Öz bakım becerilerini düzenleyip uygulama sonrası denetlemede çok etkili olmadığımı düşünüyorum.</p>					
<p>Bazen bir öz bakım kazanımını öğrenme konusunda güçlük çeken çocuklara o kazanımı daha iyi edinmelerine nasıl yardımcı olabileceğimi konusunda güçlük çekiyorum.</p>					

### BÖLÜM III: ÖZBAKIM BECERİLERİ KAZANIM GÖSTERGELERİNE YER VERME DURUMU

**AÇIKLAMA:** Aşağıda öğretmen adaylarının öz bakım becerileri ile ilgili günlük planlarında kullandıkları kazanım gösterge maddelerine yer verilmiştir. Öğretmenlik uygulaması dersi süresince aşağıda bulunan kazanım ve göstergelerden günlük eğitim akışlarını planlarken hangilerini kullandığınızı ya da hangilerini kullanmadığınızı işaretleyerek belirtiniz. Seçeneğiniz hayır ise nedenini lütfen açıklama bölümüne yazınız.

- 1 . Evet kullandım.
- 2 . Hayır kullanmadım.

	Evete	Hayır	Açıklama
<b>Kazanım 1. Bedeniyle ilgili temizlik kurallarını uygular</b>			
Saçını tarar. Dişini fırçalar. Elini, yüzünü yıkar. Tuvalet gereksinimine yönelik işleri yapar.			
<b>Kazanım 2. Giyinme ile ilgili işleri yapar.</b>			
Giysilerini çıkarır, giyer, Ayakkabılarını çıkarır, giyer, Düğme açar/ kapar. Ayakkabı bağcıklarını çözer/bağlar.			
<b>Kazanım 3. Yaşam alanlarında gerekli düzenlemeler yapar.</b>			
Ev ve okuldaki eşyaları temiz ve özenle kullanır. Ev ve okuldaki eşyaları toplar Ev ve okuldaki eşyaları katlar.			
Ev ve okuldaki eşyaları asar. Ev ve okuldaki eşyaları yerleştirir.			
<b>Kazanım 4. Yeterli ve dengeli beslenir.</b>			
Yiyecek ve içecekleri yeterli miktarda yer/içer. Öğün zamanlarında yemek yemeye çaba gösterir. Sağlığı olumsuz etkileyen yiyecekleri ve içecekleri yemekten/içmekten kaçınır. Yiyecekleri yerken görgü kurallarına özen gösterir.			
<b>Kazanım 5. Dinlenmenin önemini açıklar.</b>			
Kendisini dinlendiren etkinliklerin neler olduğunu söyler. Dinlendirici etkinliklere katılır. Dinlenmediğinde ortaya çıkabilecek sonuçları söyler.			
<b>Kazanım 6. Günlük yaşam becerileri için gerekli araç ve gereçleri kullanır.</b>			
Beslenme sırasında uygun araç ve gereçleri kullanır. Beden temizliğiyle ilgili malzemeleri kullanır. Çevre temizliği ile ilgili araç ve gereçleri kullanır.			
<b>Kazanım 7. Kendini tehlikelerden ve kazalardan korur.</b>			
Tehlikeli olan durumları söyler. Kendini tehlikelerden ve kazalardan korumak için yapılması gerekenleri söyler. Temel güvenlik kurallarını bilir. Tehlikeli olan durumlardan, kişilerden, alışkanlıklardan uzak durur.			
Herhangi bir tehlike ve kaza anında yardım ister			
<b>Kazanım 8. Sağlığı ile ilgili önlemler alır</b>			

Sağlığını korumak için yapması gerekenleri söyler.			
Sağlığına dikkat etmediğinde ortaya çıkabilecek sonuçları açıklar.			
Sağlığını korumak için gerekenleri yapar.			

#### **BÖLÜM IV:**

**AÇIKLAMA:** Aşağıda görüşlerinizi belirtmenizi istediğimiz yazılı bölüm bulunmaktadır. Belirtilen sorulara açıklayıcı yanıtlar vermeniz bizim için çok değerlidir.

1. Öz bakım becerilerini kazandırmak için kendinize özgü yöntem, teknik ve metodunuz var mı? Neler?
2. Öğretmenlik uygulama dersiniz süresince öz bakım etkinliklerini daha iyi uygulamak için okulda ne tür düzenlemelere ihtiyaç duydunuz? Belirtiniz.
3. Öğretmenlik uygulamalarında, öz bakım becerilerine yönelik etkinlikleri uygulama konusunda yeterliliğinizi artırmak için neler yapılması gerektiğini düşünüyorsunuz?
4. Uygulama süreciniz boyunca çocuklarda hangi öz bakım becerilerinin geliştirilmesine ihtiyaç duyulduğunu gözlemlediniz?

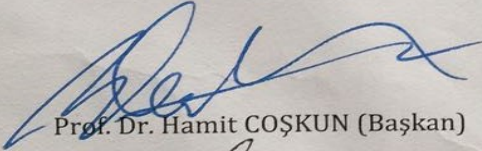
**EK-3 ETİK KURUL BELGESİ**

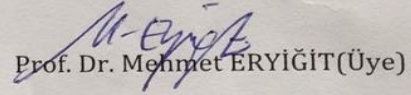
**Abant İzzet Baysal Üniversitesi**  
**Sosyal Bilimlerde İnsan Araştırmaları Etik Kurulu**

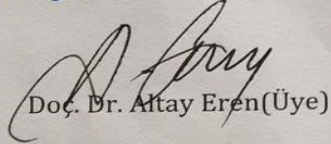
Derya POLAT  
 Abant İzzet Baysal Üniversitesi  
 Eğitim Bilimleri Enstitüsü  
 Temel Eğitim ABD

Sayın Derya POLAT,

**“Okul Öncesi Öğretmen Adaylarının Öğretmenlik Uygulamalarında Öz Bakım Becerilerine Yer Verme Durumlarının İncelenmesi”** konulu araştırmanız ile ilgili olarak Abant İzzet Baysal Üniversitesi Sosyal Bilimlerde İnsan Araştırmaları Etik Kuruluna 16.06.2017 tarihli yapmış olduğunuz başvuru (Protokol NO. 2017/200) kurulumuzun 17.07.2017 tarihli ve 2017/06 toplantısında değerlendirilerek etik olarak uygun bulunmuştur. Bilgilerinize sunarız.

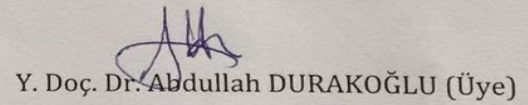
  
 Prof. Dr. Hamit COŞKUN (Başkan)

  
 Prof. Dr. Mehmet ERYİĞİT (Üye)

  
 Doç. Dr. Altay Eren (Üye)

*izinli*  
 Doç. Dr. H. Birol YALÇIN (Üye)

*izinli*  
 Doç. Dr. Seval ALKOY (Üye)

  
 Y. Doç. Dr. Abdullah DURAKOĞLU (Üye)

*izinli*  
 Av. Zuhâl Demirci (Üye)