

# İÇİNDEKİLER

|             |   |
|-------------|---|
| GİRİŞ ..... | V |
|-------------|---|

## DOĞUMDAN 3. AYA KADAR

|                                   |    |
|-----------------------------------|----|
| Yeni Doğan Oyunları .....         | 2  |
| Sokul Bebek, Seni Seviyorum ..... | 3  |
| Bebek Konuşması .....             | 4  |
| Yatıştırıcı Müzik .....           | 5  |
| Üfleme Oyunu .....                | 6  |
| Sözsüz Oyunlar .....              | 7  |
| Kucaklamalar ve Öpücükler .....   | 8  |
| İşte Parmağım .....               | 9  |
| Merhaba .....                     | 10 |
| Nereye Gitti? .....               | 11 |
| Hareketi Takip Etme .....         | 12 |
| Çingirak Oyunu .....              | 13 |
| Şapka Oyunu .....                 | 14 |
| Duysal Deneyimler .....           | 15 |
| Gölgeler .....                    | 16 |
| Bebek Olun .....                  | 17 |
| Dönme Oyunu .....                 | 18 |
| Bisiklet .....                    | 19 |
| Kır Şu Dizleri .....              | 20 |
| Dil Hikayeleri .....              | 21 |
| Gözleri Dikerek Bakma .....       | 22 |
| Ses Tonunu Değiştirme .....       | 23 |
| Alt Bezi Şarkıları .....          | 24 |
| Bebek ile Konuşma .....           | 25 |
| Bir Alt Değiştirme Oyunu .....    | 26 |
| Yuvarlanma.....                   | 27 |
| Yuvarla, Yuvarla .....            | 28 |

### 3. İLA 6. AYLAR

|                                         |    |
|-----------------------------------------|----|
| Bak Ne Görüyorum .....                  | 30 |
| Kim Bu Bebek? .....                     | 31 |
| Tıp, Tıp, Tıp .....                     | 32 |
| Haydi İzleyelim .....                   | 33 |
| Fındık Burun .....                      | 34 |
| Nerede Benim Bebeğim? .....             | 35 |
| Hoppacık, Hoppacık Yukarı .....         | 36 |
| Bacak Oyunu .....                       | 37 |
| Yürüyen Merdiven ile Yukarı Çıkma ..... | 38 |
| Beraber Konuşma .....                   | 39 |
| Sesleri Kaydetme .....                  | 40 |
| Konuşma ile Bağlantı Kurun .....        | 41 |
| Dudaklarımı Oku .....                   | 42 |
| Be Be Bebek O .....                     | 43 |
| Hadi Tekme Atalım .....                 | 44 |
| Yuvarlanma Olimpiyatları .....          | 45 |
| Bebeğe Dans Ettirme .....               | 46 |
| Pum! Samur Kaçıyor .....                | 47 |
| Hop, İki, Üç, Dört .....                | 48 |
| Haydi Zıplayalım .....                  | 49 |
| Çuf, Çuf Tren .....                     | 50 |
| Sallanma .....                          | 51 |
| Kıptırlar ve Kaçışlar .....             | 52 |
| Bebeği İtin .....                       | 53 |
| Elleri Değiştirme .....                 | 54 |
| Güzel Işık .....                        | 55 |
| Oyuncak Nerede? .....                   | 56 |

### 6. İLA 9. AYLAR

|                         |    |
|-------------------------|----|
| Ayna Oyunları .....     | 58 |
| Her Yandan Sesler ..... | 59 |
| Ses Nerede? .....       | 60 |
| Kaplar ile Oynama ..... | 61 |
| Dum, Tum, Tum .....     | 62 |
| Bebek Tuzlukları .....  | 63 |
| Bir, İki .....          | 64 |
| Tombiş Parmak .....     | 65 |

|                                     |    |
|-------------------------------------|----|
| Top Oynama .....                    | 66 |
| İşte Böyle .....                    | 67 |
| Minik Yanak .....                   | 68 |
| Kukla ile "Ce" Oyunu .....          | 69 |
| Çığlıklar .....                     | 70 |
| Top Nerede? .....                   | 71 |
| Gürültülü "Ce" .....                | 72 |
| Bebek, Bebek - Bir "Ce" Oyunu ..... | 73 |
| "Ce" Eğlencesi .....                | 74 |
| "Ce" Müziği .....                   | 75 |
| Ben Neredeyim? .....                | 76 |
| Büyük Sıkıştırma .....              | 77 |
| Küçük Eşyalar .....                 | 78 |
| Kumaşlara Dokunma .....             | 79 |
| Bezelyeler ve Havuçlar .....        | 80 |
| Bir Başka Pum Oyunu .....           | 81 |
| Şarkı Söyleyin ve Konuşun .....     | 82 |
| Gün Hakkında Şarkı Söyleyin .....   | 83 |
| Yatıştırıcı Şarkı Söyleme .....     | 84 |
| İyi Geceler Ninnisi .....           | 85 |
| Şu Anahtarları Sev! .....           | 86 |
| Sallama .....                       | 87 |
| Şıp, Şıp, Foş .....                 | 88 |
| Eğlenceli Şey Dinleme .....         | 89 |
| Okuma İp Uçları .....               | 90 |
| Hadi Tırmanalım .....               | 91 |
| İşaret Oyunu .....                  | 92 |

## 9. İLE 12. AYLAR

|                          |     |
|--------------------------|-----|
| Dış Araştırma .....      | 94  |
| Ara ve Bulacaksın .....  | 95  |
| İçeri ve Dışarı .....    | 96  |
| Nerede? .....            | 97  |
| Bebek Nerede? .....      | 98  |
| Dokundum .....           | 99  |
| Anne, Baba ve Dayı ..... | 100 |
| Bu Ali .....             | 101 |
| Oyuncağı Yıkama .....    | 102 |

|                                                |     |
|------------------------------------------------|-----|
| Banyo Küveti Şarkısı .....                     | 103 |
| Düşen Buz .....                                | 104 |
| Fış, Fış Kayıkçı .....                         | 105 |
| Bir, İki, Üç, Tekme .....                      | 106 |
| La-Di-Da .....                                 | 107 |
| Yuvarlanma .....                               | 108 |
| Komik Soytarılıklar .....                      | 109 |
| Bir Yığma Oyuncak ile Ne Yapabilirsiniz? ..... | 110 |
| Sırtta .....                                   | 111 |
| Yumurta .....                                  | 112 |
| Çene Çeneye .....                              | 113 |
| Beni Taklit Et .....                           | 114 |
| Hadi Çekelim .....                             | 115 |
| Hızlı ve Yavaş Ritimler .....                  | 116 |
| Ağız Şarkıları .....                           | 117 |
| Küçücük Minicik .....                          | 118 |
| Bir Pırıltı Oyunu .....                        | 119 |
| Müzik ile Duygular .....                       | 120 |
| İlk Sesler .....                               | 121 |
| Kulak, Kafa, Kol .....                         | 122 |
| Yine Söyle .....                               | 123 |
| Dış Tekerlemesi .....                          | 124 |
| Kutudaki Kukla .....                           | 125 |
| Bir Puset Oyunu .....                          | 126 |
| Kitapları Keşfetme .....                       | 127 |
| Dükkanda Alış Veriş .....                      | 128 |
| Mutlu Yüz .....                                | 129 |

## Kaplar İle Oynama



6 İLA 9.  
AYLAR

58

**BEYİN  
ARAŞTIRMASI  
DER Kİ**

Olumlu erken deneyimler beyinin karmaşık sinir bağlantılarının nasıl "kablolandığı"nı belirler.

- Kaplar ile oynama bebeğinize pek çok şeyi öğretmek için iyi bir yoldur.
- Altında bir oyuncak bulunan bir kabı ters olarak yere koyun.
- "Bir, iki, üç, hoop" deyin ve kabı gizlediği oyuncağın üzerinden kaldırın.
- Bebeğiniz bundan hoşlanacaktır ve tekrar tekrar yapmanızı isteyecektir.
- Şimdi oyuncağı saklayın ve bebeğinizin kabı kaldırmasına yardımcı olun.
- Bir sonraki adım kabı ters çevirmektir. Bunun nasıl yapılacağını bebeğinize gösterin ve sonra denemesine yardımcı olun.
- Kabın doğru tarafını kaldırdığınızda, aynı oyuncağı alın ve kabın içine düşürün.

# Giriş

İki aylık torunum ile oyun oynamak benim için büyük eğlence. Onun çıkardığı sesler ve gülücükler yüreğimin yağını eritiyor. Tutulmak, sallanmak, burnuna sürtünmek ve sarılmaktan çok hoşlanıyor. Benim bütün bunlara geçmişteki tepkim "Ne kadar tatlı, değil mi?" veya "Ne Kadar değerli değil mi?" idi. Şimdi onun hakkında değişik şekilde düşünüyorum. O hala çok tatlı ve değerli, ama şimdi ben onu kavramanın ve sallamanın ve şarkı söylemenin ve kucaklamanın onun beyini için ne kadar önemli olduğunu biliyorum.

Bir çocuk üç yaşına geldiğinde, beyin 1000 trilyon bağlantı oluşturmuştur - erişkinlerin sahip olduklarının yaklaşık iki misli. Nöron adı verilen bazı beyin hücreleri doğumdan önce diğer hücreler ile kesin bağlantılar kurmuştur bile. Onlar bebeğin kalp atışları, solunumu ve reflekslerini ve yaşam için gerekli olan diğer işlemleri düzenlerler. Beynin diğer bağlantıları "bağlanmak için" beklemektedir.

Nöronların biri birileri ile yaptıkları bağlantılara **sinaps** denir. Beynin değişik kısımları değişik hızlarda gelişirken, ard arda yapılan çalışmalar sinaps üretiminin tepe zamanı doğumdan 10 yaşına kadar olan süredir. Bu süre boyunca, dendrit denenen sinir hücrelerinin alıcı dalları gelişmekte ve trilyonlar üzeri trilyonlarca sinapslar oluşturmaktadır. Bir hücre 10.000 diğer hücre ile bağlantı oluşturabilir. Beynin ağırlığı yaklaşık olarak erişkin beyninin üç misline çıkar. Beynin özel bölümlerindeki hızlı sinaps üretim dönemleri beyinin bu bölümleri ile bağlantılı davranışların gelişimi ile uyum gösterir gibi görünmektedir. Bilim adamları bebeklerin ve çocukların aldıkları uyarıların beyindeki hangi sinapsların oluşacağını belirlediğine inanmaktadırlar - bu hangi yolların döşeneceği anlamını taşır.

Beyin hangi bağlantıları koruyacağını nasıl bilir? Bu erken deneyimin sahne aldığı noktadır. İlk yıllarda tekrar tekrar kullanılan bir bağlantı kalıcı olmaktadır. Ters durumda, hiç kullanılmayan veya yeterince kullanılmayan bir bağlantının varlığını sürdürmesi söz konusu değildir. Örneğin, ilk yıllarda ender olarak konuşulan veya kitap okunan bir bebek ileriki yıllarda ana dilinin inceliklerini kavramakta zorluk çekebilir. Ender olarak oyun oynanan bir çocuk büyüdükçe sosyal dengeler konusunda zorlanabilir. Bir bebeğin beyini çevreden gelen başa tepkiler (feedback) ile zenginleşir. O deneyim elde ettiği şeylerden kendini düşünen ve duygusal bir organ olarak bağlantılar ile donatır. Beynin içinde oluşan bağlantılar çocuğun gelişimini etkiler. Doğumdan itibaren iyi kullanılan dil ortamında bulunan bir çocuk iyi konuşmayı öğrenecektir. Bir bebeğin aguları tepkisiz karşılama yerine gülücükler ile karşılanırsa, duygusal olarak olumlu tepkiler geliştirecektir.

Bilim adamları son on yılda tarih boyunca bildiklerinden çok daha fazlasını öğrenmişlerdir. Onların erken çocukluk dönemindeki deneyimlerin bebek beyinin şekillenmesini derinden etkilediğini keşfetmeleri bizim bebeklerin ihtiyaçları konusundaki düşüncelerimizi değiştirmektedir.

Son beyin araştırması üç anahtar bulgu ortaya koymuştur. Birincisi, bir bireyin değişik ortamlarda öğrenme ve gelişme yeteneği doğa (genetik miras) ve beslenme (aldıkları bakım, uyarı ve eğitim türü) arasındaki karşılıklı etkileşime bağlıdır. İkincisi, insan beyini hayatın ilk yılları sırasında edindiği deneyim ve iyi eğitimden yarar sağlayıcı özgün bir yapılanmaya sahiptir. Ve üçüncüsü, hayatın ilk yıllarında olanaklar ve riskler en üst seviyedeysen, öğrenme tüm yaşam süresince devamlılık gösterir.

Bir bebeğin beyin bağlantılarının gelişimini devam ettirmenin en iyi yolu, bakım, ilgili ana-baba ve bakıcılardan başlayarak, bebeklerin ihtiyaçlarının karşılanmasıdır. Bebekler araştırılması ilgi çeken, emniyetli olan ve onların duygusal ve bilgisel ihtiyaçlarına cevap

verecek insanlar ile dolu bir çevreye gereksinim duyarlar. Onlara şarkı söyleyecek, onları kucaklayacak, onlar ile konuşacak, onları sallayacak, onlara kitap okuyacak kişiler - yüzlerinin önünde oyun kağıtları olanlar değil. Bütün bu beyin bağlantıları onların erken öğrenmelerini sağlamak için değil gelecekteki öğrenme yeteneklerin arttırmak içindir. Beyin gelişimi olması gerektiği gibi gerçekleştiğinde, gelecekteki öğrenme başarılı olabilecektir. Bu kitaptaki bütün oyunlar bebeklerin beyin yeteneklerini geliştirir. Onlar gelecekteki öğrenmenin yapı taşlarıdır - bebekler için iyi, sağlam bir başlangıç. Ve eğlencelidirler de!

Bu kitabı hazırlamak benim için heyecan verici oldu. Sanırım ki çevresinde bebek bulunan herkes onların şaşkınlık verici yeteneklerini hissetmektedir. Günümüzde bilim bizim iç güdüler olarak bildiğimiz pek çok şeyi desteklemektedir. Bir bebekle oynadığım ve onun anahtarları sallayışını, masayı yumruklayışını ve uzanıp elimdeki her hangi bir şeyi almaya çalışmasını her gördüğümde, "Vay, beyninde yeni bağlantılar oluşturuyor." Diye düşünürüm. Bu kitabın bebeğiniz ile pek çok "vay" anları yaşamınıza yardımcı olmasını dilerim.

