

Kaba motor beceriler nelerdir?

Ve çocukların gelişimi için neden önemlidirler?

Kaba motor beceriler nelerdir?

Kaba motor beceriler, kolların, bacakların ve üst vücudun hareketini ve koordinasyonunu içerir.

Bu beceriler, bir çocuğun oyuna dayalı faaliyetlerde bulunmasına, kendine bakım yapmasına ve okul temelli görevlere katılabilmesine yardımcı olduğu için çok önemlidir.

Ne zaman endişelenmeliyim?

Yaygın kaba motor zorlukları şunları içerebilir:

- **Zayıf denge ve duruş**
- **Zayıf güç** (bir meyve suyu dolu sürahi gibi ağır bir nesneyi kaldırmak)
- **Koordine olmayan hareketler** (merdiveni tırmanmada zorluklar)
- **Çevredeki alanda vücutlarının zayıf farkındalığı** (beceriksizlik)

Çocuğuma yardım etmek için ne yapabilirim?

- **Bebekler için yerde karın üstü zaman geçirmeye öncelik verin**
- **Bebek yürüteçleri kullanmaktan kaçının**
- **Ekran süresini sınırlayın (Televizyon, iPad'ler, Telefonlar ve diğer cihazlar)**
- **Çocuğunuzun dışarıda (açık hava) oynamaya teşvik edin**
- **Çocuğunuzun oyun grubuna (playgroup) götürün**

Nereden daha fazla bilgi veya destek alabilirim?

Çocuğunuzun kaba motor becerileriyle ilgili endişelerinizi aşağıdaki kişilerle görüşebilirsiniz:

- **Yerel Çocuk ve Aile Sağlığı Hemşiresi**
- **Aile Doktoru veya Çocuk Uzman Doktoru**
- **Toplum Sağlığı Merkezi**



Hatırlanması gereken önemli noktalar

- **Çocuğunuzun en iyi siz tanırsınız, bir şeylerin ters gittiğini düşünüyorsanız yukarıdaki hizmetlerden herhangi biriyle iletişime Geçin**
- **Erken yardım istemek en iyisidir, yardım istemek için asla geç değildir**
- **Endişelerinizin giderilmediğini düşünüyorsanız ikinci bir görüş almaktan korkmayın**

This resource has been developed by the 'Stronger Seeds Taller Trees' project.

General Practitioners can access further information about this initiative by visiting the South Western Sydney Primary Health Network (PHN) online GP Newsletter.

[South Western Sydney Primary Health Network](https://www.swsphn.com.au)
([swsphn.com.au](https://www.swsphn.com.au))



STRONGER SEEDS, TALLER TREES
Increasing early supports to improve child outcomes

Insert your contact details here