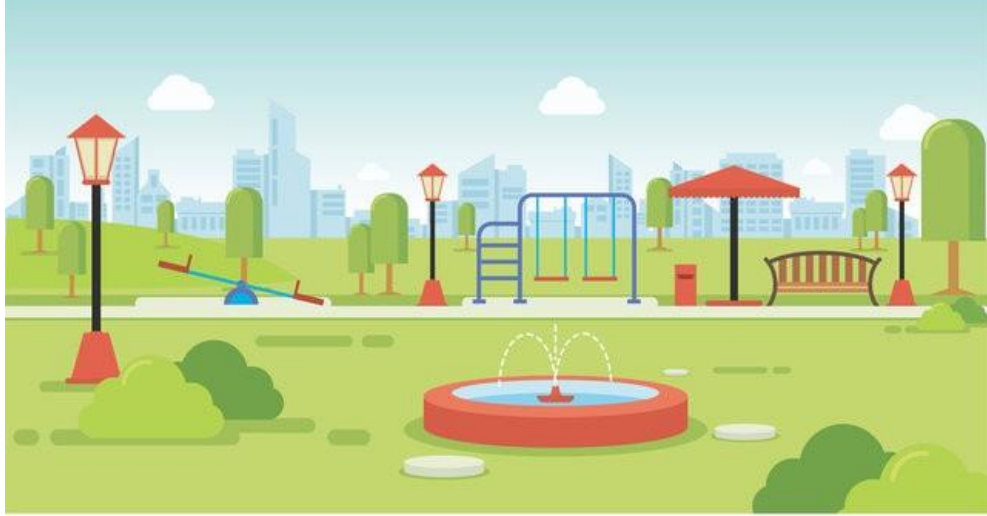


FÜZULİ MƏRKƏZİ PARKI



UŞAQLAR ÜÇÜN MULTİFUNKSIONAL İNKLÜZİV OYUN MƏKANININ YARADILMASINA DAİR ARAYIŞ



Bakı – 2023

1. Giriş

Məlum olduğu kimi, fiziki aktivlik həm uşaqların inkişafı, həm də onların sağlamlığının müxtəlif aspektləri baxımından olduqca vacibdir.

Müasir dövrdə uşaqlar televizora baxmağa, kompüter və mobil telefonlarda oyun oynamağa daha çox vaxt sərf edirlər ki, bu da onların fiziki aktivliklərinin azalmasına səbəb olmaqla ümumi inkişaflarına və sağlamlıqlarına mənfi təsir göstərir.

Açıq havada fiziki aktivlik uşaqlarda piylənmə və diabet, osteoporoz və ürək-damar xəstəlikləri kimi xroniki xəstəliklər də daxil olmaqla sağlamlıq risklərinin azaldılmasına xidmət edir.

Bundan əlavə, açıq havada fiziki aktivlik uşaqlara dostluq münasibətlərini inkişaf etdirmək, özünə güvən, problemlərin həll edilməsi, nizam-intizamın inkişafı, məqbul davranışları öyrənməklə sosial və emosional bacarıqlarının təkmilləşdirilməsi üçün imkanlar yaradır.

2. Uşaqlar üçün oyun məkanının komponentləri

Tədqiqatlar təsdiq edir ki, uşaqlar çox vaxt hətta xüsusi oyun avadanlığı olan parklardan belə fəal istifadə etmirlər.

Buna görə də, şəhər parkları uşaqların fiziki aktivliyini və istirahət üçün müvafiq imkanlarını təmin edə biləcək şəkildə layihələndirilməlidir.

Bu məqsədlə müasir inklüziv şəhər parklarının layihələrində adətən aşağıdakı sahələrin yaradılması nəzərdə tutulur:

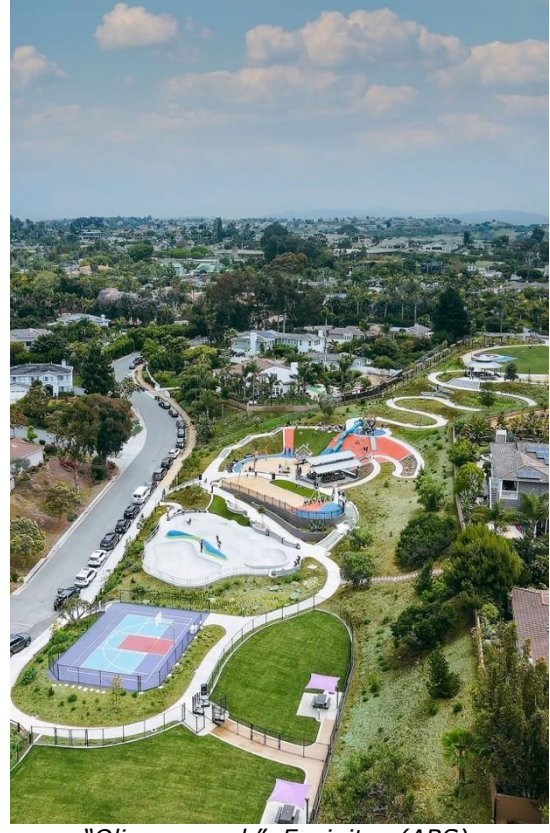
- a) Müvafiq avadanlıqla təchiz olunmuş **oyun meydançaları**,
- b) Oyun meydançalarının yaxınlığında yerləşən, aktiv oyun, gəzinti və istirahət üçün müxtəlif relyef və bitki örtüyü olan "**yaşıl ərazilər**",
- c) Futbol, basketbol oynamaq üçün **çoxfunksiyalı uşaq idman meydançaları** və ya rolisürmə və skeytbordinq üçün **rampalar**,
- d) Uşaq velosipedlərini və samokatları sürmək üçün **yollar (ciğirlər)**.



"Vudridj park", Kottej Qruv Siti (ABŞ)



"Yuniti park", Qrinvil (ABŞ)



"Olimpus park", Ençinitas (ABŞ)

Tədqiqatlar göstərir ki, ümumiyyətlə, oyun meydançaları uşaqlar üçün yaşıl ərazilərdən daha cəlbedicidir. (El Khaly et al., Journal of Engineering and Applied Science <https://doi.org/10.1186/s44147-022-00152-x>, 2022, 69:93) - burada həm qızlar, həm də oğlanlar daha çox aktivlik nümayiş etdirirlər.

Bununla belə, yaşıl ərazilərin və oyun meydançalarının fərqli xüsusiyyətləri uşaqlar üçün müxtəlif aktivlik növləri üçün imkanlar yaradır.

Oyun meydançalarında ən çox bir oyun avadanlığından digərinə qaçış, eləcə də dırmaşma, yellənmə, tullanma və sürüşmə kimi aktivlik müşahidə olursa da, yaşıl sahələr uşaqlara uzun məsafələrə sərbəst qaçmağa, top oynamağa, gəzməyə və səs-küydən dincəlməyə imkan yaradır.

Ciğirlərin oyun meydançalarının ətrafında yaradılması uşaqlara və valideynlərə nəinki gəzməyə, həm də uşaq samokatı və üçtəkərli velosipedlər kimi oyuncaqlardan digər uşaqlar üçün təhlükə

yaratmadan istifadə etməyə imkan verir (yeniyetmələr isə parkın xüsusi velosiped zolaqları şəbəkəsindən istifadə edə bilərlər).

Nəzərə alınmalıdır ki, oyun avadanlığı ilə yanaşı, ərazi landsaftının təbii xüsusiyyətləri (düz ərazilər və təpələr) və bitki örtüyü (müxtəlif ağac və kollar) da uşaqların aktivliyi üçün əlavə imkanlar yarada bilər.



"Yuniti park", Qrinvil (ABŞ)



"Olimpus park", Ençinitas (ABŞ)

3. İnküzivlik

Beynəlxalq təcrübəyə əsasən, (məsələn, "[Uşaqlarımıza qayğı](#)" standartlar toplusunun 6-cı fəsilinə baxın) aşağıdakı yaşlarda olan uşaqlar üçün müxtəlif şəraitin yaradılması tövsiyə olunur:

- a) 6 aydan 23 aya qədər;
- b) 2 yaşdan 5 yaşa qədər;
- c) 5 yaşdan 12 yaşa qədər;

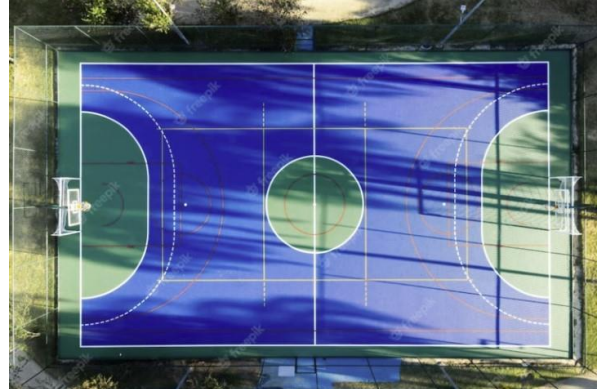
Eyni zamanda, müxtəlif araşdırmalara görə, ən əhəmiyyətli davranış fərqləri (b) və (c) yaş qrupları arasında müşahidə olunur.

Beləliklə, uşaq meydançası ən azı iki yaş qrupu üçün müvafiq imkanlar nəzərdə tutmalıdır - məktəbəqədər uşaqlar (5 yaşa qədər) və 5 - 12 yaşlı uşaqlar üçün.

Öz növbəsində, yeniyetmələr (12 yaşdan yuxarı) üçün yaşıl zonalar və ya müvafiq idman meydançaları (futbol, basketbol və s.) və rolüksürmə və ya skeytbordinq üçün rampalar daha uyğun hesab oluna bilər.



"Olimpus park", Ençinitas (ABS)



Multifunksional (mini-futbol və basketbol) idman meydançası

Oyun məkanının inklüzivliyindən danışarkən qeyd olunmalıdır ki, bu, ilk növbədə, müxtəlif qabiliyyətləri olan uşaqların yalnız zəif tərəflərini deyil, güclü tərəflərini də nəzərə almaqla təmin edilə bilər.

Eyni zamanda, parkın və oyun meydançalarının layihələndirilməsində fiziki imkanları məhdud olan uşaqlar üçün xüsusi imkanların (müvafiq avadanlıq, panduslar, görmə qabiliyyəti zəif və ya görmə qabiliyyətini itirmiş insanlar üçün taktil zolaqlar və s.) yaradılması olduqca vacibdir.



İnklüziv karusel (Landcape Structures)



Pandus, "Les Fleurs de Tohannic" inklüziv uşaq meydançası, Vann (Fransa)

Nəzərə alınmalıdır ki, müxtəlif uşaq qrupları üçün nəzərdə tutulan zonaların bir-birindən çox ayrılması uşaqların bölünməsinə və ya təcrid olunmasına səbəb ola bilər.

Bu mənfi təsirin qarşısını almaq üçün uşaqların qarşılıqlı əlaqəsi və birlikdə oynaması üçün imkan yaradan müxtəlif zonaların "kəsişmələrini" təmin etmək vacibdir. Meydançalar elə layihələndirilməlidir ki, uşaqlar təcrid olunmasınlar və həmyaşıdları ilə birlikdə oynaya bilsinlər.

Həmçinin, oyun meydançası avadanlığının layihələndirilməsi zamanı müxtəlif mürəkkəblik diapazonlarını (məsələn, müxtəlif hündürlükdə və müxtəlif mürəkkəblik səviyyələrində elementləri olan kütüklər, pilləkənlər və ya divarlar) təmin etmək mümkündür ki, bu da eyni vaxtda müxtəlif uşaqlar üçün əlçatan ola bilər - hər bir uşaq özü üçün müvafiq mürəkkəblik (risk) səviyyəsini tapacaq.



"Les Fleurs de Tohannic" inklüziv uşaq meydançası, Vann (Fransa)



"Les Fleurs de Tohannic" inklüziv uşaq meydançası, Vann (Fransa)

4. Düşünülmüş hərəkətlilik

Yuxarıda qeyd edildiyi kimi, qaçış uşaq meydançalarında və yaşıl zonalarda ən çox müşahidə edilən aktivlik növü hesab oluna bilər.

Eyni zamanda nəzərə alınmalıdır ki, uşaqlar "düz xətlər" üzrə hərəkət etmirlər.

Bu kontekstdə uşaq meydançasının müxtəlif komponentlər və avadanlıqlarının düzgün və təhlükəsiz qaydada yerləşdirilməsi və onların bir-biri ilə əlaqələndirilməsi, eləcə də oyun meydançalarında kifayət qədər boş yerlərin saxlanması uşaqların rahat hərəkətliliyinin təmin edilməsi üçün böyük əhəmiyyət kəsb edir.

Hərəkətliliyin düzgün layihələndirilməsi uşaqların "axınının" istiqaməti üçün müxtəlif seçimlər təmin edəcək və oyun meydançasında toqquşmaların və "tixacların" qarşısının alınmasına xidmət edəcək.

Təhlükəsiz meydança

Parkın layihələndirməsi zamanı uşaqların təhlükəsizliyini təmin etmək məqsədi ilə aşağıdakı yerləşmə nəzərə alınacaq:

- a) Uşaq meydançalarını avtomobil, skuter, velosiped yollarından daha uzaqda yerləşməsini;
- b) Uşaqlar valideynlərini park ərazisində tapa bilməkdə nəzarətçi dəstək ola bilməsi üçün, parkda nəzarətçi məntəqələrini uşağ meydançalarının yaxınında yerləşdirilməsini;
- c) Uşaq meydançalarını açıq havada konsert üçün olan yerlərdən uzaq yerləşdirilməsini.

Eyni zamanda, meydançada oynayan digər uşaqlar üçün təhlükə yaratmaması nəzərə alınmaqla uşaq velosipləri və samokatlari sürmək üçün müvafiq zolaqların layihələndirilməsinə də xüsusi diqqət yetirilməlidir.



"White Center Bike Playground", Siattl (ABŞ)



Uşaq velosipedləri və samokatlar üçün xüsusi zolaq

Artıq yuxarıda qeyd olunan "Uşaqlarımıza Qayğı" adlı standartlar toplusuna əsasən, oyun meydançasının sahəsi burada oynayan hər bir uşaq üçün ən azı 75 kvadrat fut (6,96773 kv.m.) müəyyən olunmuşdur.

Eyni zamanda, bir sıra ölkələrdə standartlar daha geniş sahələri nəzərdə tutur. Belə ki, Vankuver (Kanada) şəhərinin administrasiyası hər bir uşaq üçün 10,6 ilə 14 kv.metrlik sahənin təmin edilməsini məqsədəuyğun hesab edir.

Bəzi tədqiqatçılar [hesab edirlər ki](#), hər bir uşaq üzrə minimal sahə 14 kv.m və daha çox təşkil etməlidir.

Ümumiyyətlə, uşaqların aktivliyi və istirahəti üçün mümkün qədər çox yerin ayrılması tövsiyə olunur.

5. Yaradıcılıq və macərələr üçün imkanlar

Məlum olduğu kimi, böyüklər oyun meydançalarını konkret məqsədlər üçün layihələndirirlər - qorkalar sürüşmək üçün, yelləncəklər yellənmək üçün və s.

Lakin uşaqlar daha yaradıcıdırlar və müxtəlif obyektləri əvvəlcə nəzərdə tutulmayan məqsədlər üçün istifadə etməyin yollarını tapırlar. Odur ki, yaxşı oyun meydançası uşaqların yaradıcılığına təkan verməlidir.

Təbii materiallar və "bərkidilməmiş hissələr"

Uşaqların qum, su, incə çınqıl, boş bloklar, fiqurlar və bu kimi digər manipulyasiya (tutmaq, toplamaq, çömçələmək, süzmək, səpmək, atmaq) edilə bilən materiallarla oynamağa üstünlük vermələri nəzərə alınmalıdır. Müxtəlif araşdırmalara görə, bu tipli oyunlar həm də uşaqların aqressivlik səviyyəsinin azaldılmasına xidmət edir.

Oyun meydançasında uşaqların yaradıcılığının təşviq olunması üçün ən yaxşı üsullardan biri buraya "bərkidilməmiş hissələrin" əlavə edilməsidir (bu hissələri tərpətmək, daşımaq, yerlərini dəyişmək və s. mümkündür).

Bu kimi materiallar və obyektlər uşaqlar üçün çox maraqlı və əyləncəlidir. Çünki stasionar avadanlıqdan fərqli olaraq, bu materiallardan istifadə edərək uşaqlar sanki öz təxəyyüllərinə uyğun oyun meydançasını yaratmaq imkanı qazanırlar.

Eyni zamanda, yay aylarında xüsusi maraq doğuran kiçik fəvvarələr, yerüstü çiləyicilər (splash), kiçik su kanalları və bu kimi digər elementlər də oyun meydançalarında nəzərdə tutula bilər.



"Olimpus park", Ençinitas (ABŞ)



Yerüstü çiləyicilər

Təhlükəsiz risk elementləri

Bir az öncə qeyd edildiyi kimi, oyun meydançaları müxtəlif çətinlik səviyyəli avadanlıqlarla təchiz olunmalıdır.

Risk etmək (ciddi təhlükələrlə qarışdırmayın) uşaqların inkişafı üçün vacibdir. Çünki bu onlarda özünə güvən yaratmağa, özlərini idarə etməyə və müvafiq bacarıqları inkişaf etdirməyə xidmət edir. Uşaqlara bu tipli oyunlarda müəyyən müstəqillik verməklə böyüklər həm də onlara "sənə güvənirəm" mesajını göndərirlər.

Beləliklə, meydançaya təhlükəsiz risk elementlərini əlavə etmək üçün layihəçilər maneələr, dırmaşma strukturları, nərdivanlar, kəndirlər, zip xətləri və s. kimi avadanlıqların quraşdırılmasını nəzərdə tuta bilirlər.



"Yuniti park", Qrinvil (ABŞ)



"WISS" məktəbi, Şanxay (Çin)

Hiss olunan (sensory) elementlər

Məlum olduğu kimi, uşaqlar dünyanı toxunmaq, ətrafı dinləmək, ətiləri iyləmək və müxtəlif səslər yayan obyektlərlə oynamaqla öyrənirlər.

Odur ki, oyun meydançasının yaradılmasında uşaqları oyun prosesinə cəlb etmək və meydançada əlavə imkanlar yaratmaq üçün müxtəlif rəng və fakturalı materiallardan (rezin, kiçik qrauel, brusçatka, plitka, təkərlər və s.), səs avadanlıqlarından (məsələn, metallofonlar, kiçik nağaralar və s.) istifadə oluna bilər.



Metalofon (Landscape Structures)



Kanat labirinti, Pert (Avstraliya)

Kiçik sürprizlər

Oyun meydançasının və ya yaşıllıq sahəsinin dizaynında uşaqları maraqlandıran xüsusi elementlər də nəzərdə tutulmalıdır.

Bunu rəsmlər, bitkilər, fiqurlar və ya maraqlı landsaft həlləri (məsələn, bitkilərdən yaradılan labirintlər) hesabına təmin etmək mümkündür. Meydançaya həmçinin oyun zamanı uşaqların kəşf edəcəkləri kiçik sürprizləri də əlavə etmək olar - künclərdə və ya görünməyən yerlərdə kiçik maraqlı şəkillər, gizlənmə yerləri, maraqlı fakturalar, tutacaqlar, rıçaqlar və s. - bütün bunlar oyun meydançasını maraqlı və sürprizlərlə dolu bir məkana çevirir.



"Fort Fişer Akvarium" parkı, Kyur biç (ABŞ)



"Aydlvayld park", Loqonyer (ABŞ)

6. Kölgəli sahələr və "şəxsi məkanlar"

Günəş şüalarının uşaqların dərisi üçün faydalı olması məlumdur. Bu, böyüyən uşaq orqanizminin sümüklərinin inkişafını və sağlam immunitet sistemi üçün tələb olunan D vitamininin istehsalını təmin edir.

Bununla belə, günəş yanması, həddindən artıq istiləşmə və mümkün dəri xəstəlikləri riskləri səbəbindən uşaqlar günəşə həddindən artıq məruz qalmaqdan qorunmalıdır.

Buna görə də, uşaqlar üçün yaradılan oyun məkanında kifayət qədər kölgəli sahələrin yaradılması vacibdir (məsələn, ["Uşaqlarımıza qayğı" standartlar toplusunun 6-cı fəsilinə](#) baxın).

Kölgələr həm ağaclar, həm binalar, həm də xüsusi kölgə strukturları hesabına təmin edilə bilər.

Bu həm də yorulan uşaqlar üçün rahat istirahət imkanını təmin edəcək.

Kölgəli sahədə uşaqlar təbiətdən həzz alaraq dincələ, qəlyanaltı edə, cib telefonlarında oynaya, uzana və ya sadəcə ətrafı seyr edərək dayana bilərlər.

Kölgə konstruksiyaları həmçinin yüksək temperatura və günəşə ən həssas olan kiçik uşaqlar üçün nəzərdə tutulmuş oyun avadanlığının üzərində də quraşdırıla bilər.



"Vilson" parkı, Vindzor (Kanada)



Şəhər parkı, Kamden (Böyük Britaniya)

Nəzərə alınmalıdır ki, kölgəli sahələr uşaqları müşayiət edən böyüklər (xüsusilə yaşlılar) üçün normal şəraitin yaradılması nöqtəyindən də vacibdir. Çünki onlar günəş şüalarına uzun müddət məruz qalmaqdan narahatlıq hiss edə bilirlər.

Uşaq oyun meydançaları layihələndirilərkən uşaqların tək qalması və ya iki - üç nəfərlə sakit ünsiyyət imkanı yaradan sahələrə də xüsusi diqqət yetirilməlidir.

Belə "şəxsi məkanlar" inkişaf üçün vacibdir. Çünki onlar uşaqlara ən azı bir neçə dəqiqəlik sakit şəraitdə düşünmək, gördüyü mühiti seyr və dərk etmək imkanı yaradır (xüsusilə utancaq uşaqlar üçün vacib ola bilər).

Eyni zamanda, kölgəli yerlərdə müvafiq sayda skamyaların quraşdırılması da məqsədəuyğundur.



Sun Shade Company, Georgia (ABŞ)



"Stratford park", Arlington (ABŞ)

7. Yekun

Uşaq oyun sahəsinin layihələndirilməsi zamanı sadə, lakin çox vacib məqamları də unutmamaq vacibdir. Məsələn:

- Kafelər və ya içməli su, sendviçlər və digər malların satış məntəqələri (köşklər),
- Tualetlər,
- Uşaqlar üçün paltardəyişmə və qundalama otaqları,
- Skamyalar və masalar,
- Zibil qutuları,
- Nişan və işarələr.

Nəticədə, yaxşı bir oyun meydançası uşaqda açıq havada oynamaq istəyini yaratmalı, ona özünü sınamaq üçün imkanları təqdim etməli, dostluq etməyi, yaradıcılığı və problemlərin həll edilməsi bacarıqlarını təşviq etməli və ən əsası gözəl istirahət etməsini təmin etməlidir.

8. Ədəbiyyat

- "Urban park design and children's physical activity levels: an investigation of design characteristics of green areas and playgrounds" (El-Kholy et al., Journal of Engineering and Applied Science, 2022),
- "How active are people in metropolitan parks? An observational study of park visitation in Australia" (Veitch et al. BMC Public Health, 2015),
- "The great outdoors: how a green exercise environment can benefit all" (Gladwell et al. Extreme Physiology & Medicine, 2013),
- "Examining the Features of Parks That Children Visit During Three Stages of Childhood" (E. P. Flowers et al., International Journal of Environmental Research and Public Health, 2019),
- "7Cs: an informational guide to young children's outdoor play spaces" (S.Herrington et al., Consortium for Health, Intervention, Learning and Development),
- "Inclusive design manual" (Brian Luce, Illustrations by Alejandra Gómez & Matt Green, Playground Ideas, 2015),
- "Loose parts manual: the DIY guide to creating a playground in a box" (Morgan Leichter-Saxby & Suzanna Law, Playground Ideas, 2015),
- "A higher level of inclusive play: ideas for better playgrounds for all" (Landscape Structures, 2021),

- «Caring for Our Children» standards (National Resource Center for Health and Safety in Child Care and Early Education, 2023).

Yükləmək üçün aşağıdakı QR-kodu skan edin və ya [bu keçidə](#) klikləyin.

