

Bu sayımızda sporun vücudumuza olan etkisiyle ilgili gözlem notlarınıza yer veriyoruz.

Kokularla ilgili gözlem notlarınızı 10 Nisan 2021'e kadar elimizde olacak biçimde göndermenizi bekliyoruz. Gözlem notlarınız arasından seçtiklerimizi Mayıs 2021 sayımızda yayımlayacağız.

Gözlem Yaparken Nelere Dikkat Etmemiz Gerekir?

- Gözlem bir olayı, bir nesneyi ya da bir canlıyı dikkatle inceleyerek onun hakkında bilgi toplamaya çalışmaktır.
- Gözlem yaparken duyularımızı kullanırız. Örneğin bir kuşu gözlemliyorsak kuşun çıkardığı sesi duymaya çalışır, nasıl göründüğünü inceler, nasıl hareket ettiğini izleriz.
- Gözlemleyeceğimiz şeye bağlı olarak dürbün, saat, büyüteç, cetvel gibi değişik araçlardan yararlanabiliriz. Gözlem sonucunda elde ettiğimiz bilgileri, gözlemin yapıldığı yeri ve zamanı unutmamak için not edebiliriz. Ayrıca gözlemimizi yazdığımız kâğıda, çektiğimiz fotoğrafları, çizdiğimiz resimleri ya da varsa gözlem sırasında topladığımız şeyleri yapıştırabiliriz.

Sporun Vücuduma Olan Etkisiyle İlgili Gözlemim

Ben kendi vücudumla ilgili gözlemimi anlatmak istiyorum. Koronavirüs yüzünden, okuldan ve sosyal yaşamdan uzaklaşmak zorunda kaldım. Benim düzenli bir spor hayatım vardı. Jimnastikle ilgileniyor ve okullar arası yarışmalara hazırlanıyordum. Virüsten sonra bunu yapamadım ve vücudumun, kaslarımın zayıfladığını, esnekliğimin yavaş yavaş gittiğini ve çabuk yorulmaya başladığımı gördüm. Jimnastik, kapalı alanda yapıldığı için devam edemedim. Hızlı koşmayı sevdiğim için ben de açık alanda yapılan atletizme başladım. Böylece eski vücuduma, kaslarıma ve esnekliğime kavuştum. Sağlığım için doğru hareket etmenin vücuduma sağladığı yararı, virüsten sonra çok daha iyi anladım. Her ne olursa olsun pes etmedim ve hareket etmeye, sporuma devam ettim. Bilim Çocuk'a sevgilerimi iletiyorum.

Mete Oldaç
9 yaş, Adana



COVID-19 salgınının ülkemizde yayılımının en aza indirilmesi amacıyla gözlemlerinizi yalnızca e-posta ya da internet sitemiz aracılığıyla göndermenizi rica ediyoruz.
e-posta: cocuk@tubitak.gov.tr
İnternet: www.bilimcocuk.tubitak.gov.tr/form/siz-de-gonderin

Evde Spor

Evde daha çok vakit geçirdiğimiz bugünlerde annem spora başladı. Annem genellikle sabahları spor yapıyor. Aynı hareketleri tekrarlayarak yarım saat spor yapıyor. Annem spor yaparken daha hızlı nefes alıp veriyor ve susadığını söylüyor. Bunun nedenini araştırdım. Spor yaparken vücut terleyerek su kaybettiği için, spor yapan kişi su içme ihtiyacı hissediyormuş. Annem spora hep devam etsin istiyorum. Çünkü Bilim Çocuk'tan öğrendiğime göre spor hem beden hem beyin sağlığımıza çok iyi geliyormuş ve spor yapan kişi daha mutlu oluyormuş. Bu güzel bilgiler için teşekkürler Bilim Çocuk, iyi ki varsın.

Ahmet Miraç Can
9 yaş, Antalya

Voleybolun Yararları

Ben koronavirüsten önce bir spor kulübünde voleybol oynuyordum. Voleybola başladıktan bir ay sonra boyumun öncekinden daha hızlı uzadığını gördüm. Araştırdıncaya; voleybol ve basketbol gibi sporların atlamalı, zıplamalı olması nedeniyle boyumuzu daha hızlı uzattığını öğrendim. Yeniden voleybola başlayabilmek için salgının bitmesini sabırsızlıkla bekliyorum.

Duygu Zobu
9 yaş, İzmir