

GÖLYAKA ANAOKULU



SÖMESTR TATİLİNİ ÇOCUKLARIMIZLA NASIL VERİMLİ GEÇİREBİLİRİZ ?

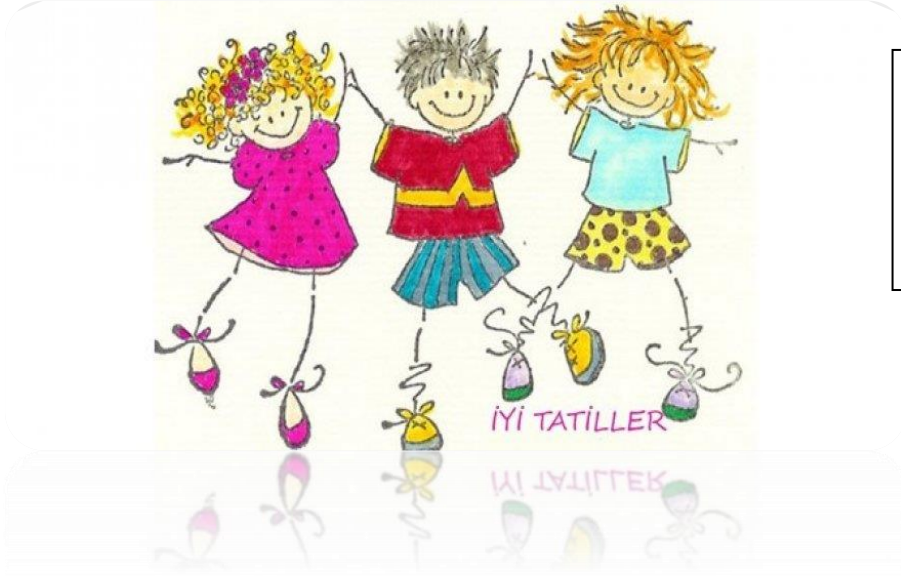
PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK

VE

REHBERLİK BİRİMİ

VELİ BÜLTENİ

OCAK 2022



AYLIK BÜLTENLER
SERİSİ, OCAK, 2022
SAYI: 5

YARIYIL TATİLİNİ ÇOCUKLARIMIZLA NASIL DAHA FAYDALI VE KEYİFLİ GEÇİREBİLİRİZ?

Sevgili velilerimiz,

İyi bir tatil öncelikle "planlı bir tatil" olmalı ve çocukların zihinsel, duygusal, sosyal ve fiziksel gelişimlerine yönelik gerçekleştirilmelidir. Ancak bu durum tüm tatil sürecinin tamamını aktivitelerle doldurmak anlamına da gelmemeli, çocuklara kendi istekleri doğrultusunda geçirebilecekleri boş zaman saatleri de yaratılmalıdır.

Eğlendirirken geliştiren tatiller...

Gelişime odaklı ve eğlendirici tatilleri planlarken öncelikle yarıyıl tatili boyunca yakın çevremizde gerçekleştirilebilecek olan etkinlikler araştırılabilir ve yapılması planlanan etkinliklere çocuklarla birlikte karar verilmelidir.

Tatilde zaman yönetimi önemlidir. Uykuya yatış ve kalkış saatleri, yemek saatleri, televizyon izleme ve bilgisayar kullanım saatleri gibi standart bir zaman yönetimi de hem tatilin dolu dolu ve anlamlı bir şekilde geçirilmesini sağlayacak hem de okullar açıldığı zaman yeniden okula uyumu kolaylaştırıcı bir etkiye sahip olacaktır.

Peki, eğlendirirken geliştiren tatil hangi alanları kapsamaktadır?

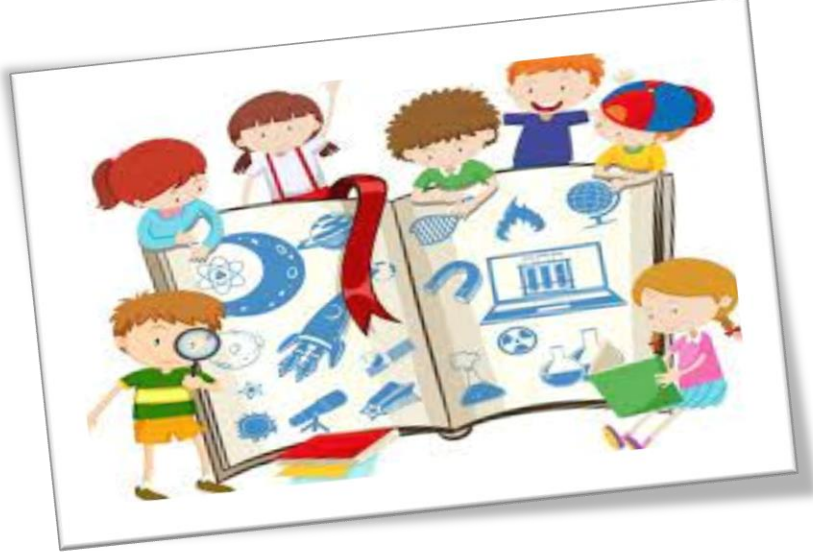
Tiyatro, sinema, gösteri, vb.: Okul programı nedeniyle dönem içerisinde fazlaca vakit ayıramayan çeşitli sanatsal etkinliklere katılımı gerçekleştirmek,

Spor; Yaş gelişim özelliklerine uygun sportif faaliyetler yaparak fiziksel gelişimi desteklemek,
Müzik ve resim; Yetenek ve ilgi alanları doğrultusunda resim ve müziğe zaman ayırmak, sergilere katılmak,

Kitap; Her gece ya da gün içinde planlanan bir saatte çocuklarımıza hikaye okumak hem onların gelişimine katkı sunacak, hayal dünyalarını zenginleştirecek hem de kitaplara karşı olumlu bir tutum geliştirmelerini sağlayacaktır.

Yakın çevremizi tanıyalım etkinlikleri; Yaşadığımız bölgedeki müzelere, tarihi ve turistik yerlere yapılacak geziler yaşayarak öğrenme fırsatı olarak değerlendirilmelidir,

Akraba ziyaretleri; Okul programları nedeniyle ertelenmek zorunda kalınan akraba ziyaretleri



aile içi bağları güçlendirmek için

çok önemlidir,

Ev oyunları; Evde gerek bireysel gerekse aile bireylerinin katılımıyla oynanabilecek oyunlar almak, eğlenceli geçen bir yarıyılın hatırası olabilir, oyun çağında olan çocuklarımızın duygusal, fiziksel, zihinsel gelişimine katkı sağlar, aile bağlarını kuvvetlendirir, çocuğun özgüven ve aidiyet duygusunu artırır. Unutmayalım ki çocuklar gerçek dünyayı ancak oyun yoluyla deneyimler.

TATİLDE ÇOCUGUNUZLA YAPABİLECEĞİNİZ OYUN ÖNERİLERİ

1. Terazi yapımı Çocuğunuzun nesnelerin ağırlıklarını karşılaştırabileceği bir terazisi var mı? Cevabınız 'hayır'sa, birlikte bir terazi yapabilirsiniz! Kartondan ya da mukavvadan eşit boyda iki kare kesin. Oluşturduğunuz karelerin dört kenarına delik açarak ipleri içinden geçirin ve ipleri bir elbise askısına ya da oklavaya bağlayın. Böylece ona ağır ve hafif kavramlarını da öğretmiş olacaksınız.
2. Makarnadan kolye; Evde iki kişilik bir takı tasarım atölyesi kurabilirsiniz. Delikli makarnaları boyayın ve renkli iplere geçirin. İsterseniz boyayın.
3. Ne çizdim? Çocuğunuz arkasını dönsün ve siz sırtına işaret parmağınızla bir şekil çizin. Çocuğunuz ne çizdiğinizi tahmin etmeye çalışsın.
4. Aşçılık oyunu Her çocuk mutfakta vakit geçirmeye bayılır. Bezelye ayıklamak, salataları yıkamak gibi basit görünen işlerle çocuğunuzun hem sorumluluk alabilmesini sağlayacak hem de

eğlenceli vakit geçireceksiniz.



5. Harf bulmaca Boş bir kağıda alfabedeki tüm harfleri karışık, dağınık ve irili-ufaklı yazın. Daha sonra başka bir kağıda harfler çizerek çocuğunuzdan o harfi bulmasını isteyin.
6. Tak takıştır partisi Şapka, kolye, kravat, papyon, kemer, güneş gözlüğü, atkı, bere... Çocuğunuzla bir tak takıştır partisi vererek kendinize eğlenceli kostümler yaratabilirsiniz.
7. Sayı eşleştirme İki farklı renkte 10'ar kart hazırlayın. Bir renk kartların üzerine birden 10'a kadar sayıları yazın. Diğer kartlara da bu rakamlara karşılık gelen resimler çizin. Örneğin; 1-Çiçek, 2-Top, 3-Güneş gibi... Sonra çocuğunuzdan kartları eşleştirmesini isteyin.
8. Meyve surat Gazete ve dergilerden havuç, muz, zeytin gibi yiyeceklerin fotoğraflarını kesin ve bunları kullanarak suratlar yapın.

9. Neye benziyor? Birlikte camın önüne oturun, perdeyi açın ve gökyüzünü izleyin. Gördüğünüz bulutların şekilleri hakkında yorum yapmaya başlayın. Emin olun, çocuğunuzdan çok ilginç benzetmeler duyacaksınız!

10. Uç uç kelebek Tuvalet kağıdı rulosundan kelebek yapmaya ne dersiniz? Renkli kalemler, tuvalet kağıdı rulosu, yapıştırıcı ve biraz da yaratıcılıkla çocuğunuz hem keyifli vakit geçirecek hem de kendi yaptığı bir oyuncuğa sahip olacak.



11- Ailece akşam yemeği pişirin. Beraber karar verin yemeğin ne olacağını belirleyin. Kim neyi yapacak paylaşın. Yan yana gurur duyacağınız lezzetli bir yemek için beraber çalışın.

12- Oyun gecesi, aile bireylerinin her biri, birlikte oynayacağınız oyun önerileri oluştursun ve oyunu hazırlayıp oynayın.

13- Yeni bir şey öğrenin, yeni bir kart oyunu, yeni bir tarif. Hepinizin ilgilendiği bir konuyla ilgili bir şeyler okuyun ya da belgesel izleyin.

14- Film gecesi. Rahat bir ortam hazırlayın ışıkları söndürün telefonları kapatın. Patlamış mısırı unutmayın.

15- Okuma maratonu düzenleyin. Sırayla sevdiğiniz kitapları sesli olarak okuyun. Küçük çocuklar resimli kitapların resimlerine bakarak hikaye uydurabilirler.

16- Aile sanat gecesi. Bir tablo üzerinde birlikte çalışın ya da her birey kendi resmini yapsın. Evinizde sergi oluşturabilirsiniz.

17- Video oyun gecesi. Çocuklarınızın sevdiği bilgisayar oyunlarını hep beraber oynayın.



- 18- Fotoğraf gecesi; Arka fonu kendiniz oluşturun çarşaf üzerine günün tarihini yazın ya da başka bir şey. Eğlenceli resimler çekin.
- 19- Bir hikaye yazın. Beraber karakterleri seçin ve kısa hikayeler oluşturun bölümleri sırayla yazın. Daha sonra hikayeyi resimleyin ya da resimleme işlemini bir başka gece etkinliği olarak yapabilirsiniz.
- 20- Pijama partisi yapın; Herkes pijamalarını giyip bolca abur cubur yer ve gece normalden biraz daha fazla oturabilir ertesi gün uyuya bilirsiniz.
- 21- Müzik gecesi. Dans edin veya sevdiğiniz bir parçaya eşlik edin. Ya da müzik aletleriniz ile kendi müziğinizi yapın.
- 22- Süslemeli dondurma gecesi; dondurmalarınızı farklı farklı malzemelerle süsleyin ve birbirinize yaptığınız dondurmaları ikram edin.
- 23- Bitki ekin. Çiçek ya da sebze fark etmez bahçede çalışmak ya da saksı ile uğraşmak keyifli olacaktır.
- 24- Mum ışığı gecesi. Akşam yemeği de dahil her şeyi mum ışığında yapın. Tehlikeli olur diyorsanız yemeğinizi haftada bir gün mum ışığında yiyin.
- 25- Küçük şeyleri kutlayın parti yapmak için bahaneler bulun. Ne kadar küçük olduğuna bakmadan aile bireylerinin hayatında gerçekleşen olayları ve sevinçleri kutlayın.
- 26- Dışarıda oyun oynayın. Frizbi oynayın, uçurtma uçurun ya da klasik çocuk oyunlarından oynayın. Oyuncak kullanmayın.
- 27- Saklambaç oynayın. Saklambaç çocuklar için büyük bir olaydır. Büyüklerle birlikte oynarken oldukça eğlenirler.
- 28- Fotoğraf anı gecesi; Eski fotoğraflarınızı CD'lerinizi ortaya çıkarma zamanı birlikte geçmişe yolculuk yapmak sizleri ve çocuklarınızı mutlu edecektir.
- Yardımcı olacak etkinlik sitesi önerisi : <https://mimuu.com/okul-oncesi-ara-tatil-etkinlikleri/>

Boş zaman planlamasında tabii ki eğlendirici ve eğitici olan televizyon ve bilgisayar programları yanında oynamaktan hoşlanılan, şiddet unsurları içermeyen elektronik tabanlı oyunlara da sınırlı olarak yer verilebilir. Ancak çocuğun tv, bilgisayar ve tablet kullanımını mutlaka denetim altında tutmak gerekir. Sınırsız özgürlük olanağı sunan internette aynı zamanda çocukların gelişimini olumsuz yönde etkileyebilecek, zararlı içeriğe sahip siteler bulunmaktadır. Ayrıca uzun süreli bilgisayar kullanmak ya da televizyon izlemek, fiziksel gelişimi olumsuz yönde etkileyebilmekte, göz bozukluklarına ya da obezite gibi sağlık sorunlarına ortam hazırlayabilmektedir.

Yarıyıl tatili, anne ve babanın çocuklarıyla birlikte vakit geçirmeleri için çok iyi bir fırsattır. Tam gün okul programı, anne ve babanın iş ve ev sorumlulukları gibi nedenlerle okul döneminde sıklıkla uygulanamayan aile etkinlikleri, tatil döneminde mümkün olduğu kadar çok birlikte zaman geçirme olanağı sağlar.





Çocuk Eğitimi ve Anne Baba Eğitimine Yönelik Tavsiye Kitaplar

(Okul Öncesi Dönemi Çocukları İçin)

Sevgili ebeveynler, günümüzde çocuk geliştirmenin bir uzmanlık işi olduğu su götürmez bir gerçek. Her gün değişen gelişen bu teknoloji çağı anne babaları da sürekli öğrenen ebeveynler konumuna getirmiştir. Çocuklarımızın gösterdiği davranış problemlerini tanımlayabilmek, onların gelişim dönemi özelliklerini bilerek sorularına doğru cevaplar verebilmek, anne-baba olarak doğru bildiğimiz yanlışlarımızı fark edip değiştirebilmek ve en önemlisi yarının yetişkinleri olan çocuklarımızın sağlıklı bir ruh haline sahip bireyler olmasına katkı sunabilmek için okumak-öğrenmek zorunluluğu içinde olduğumuzu söyleyebiliriz.

İşte yarıyıl tatilinde çocuklarımızın gelişimine katkı sunabilmek için alanda uzman psikiyatr, akademisyen, psikolojik danışman ve pedagogların kitaplarını rehberlik servisi olarak sizler için derlemiş bulunuyorum. Faydalı olması dileğiyle, keyifli okumalar.

Çocuklarınızla Keyifle Okuyup Onların Öğrenmesini Ve Sizlerin De Üstüne Düşünmesini Sağlayacak Kitaplar

Prof. Dr. Bengi Semerci Kitapları

Ben Yaramaz Değilim

İştahsız Çocuk

Ben Kaybolmam

Bu Bebeği Hemen Geri Götürün (Kardeş Kıskançlığı)

Zorba Arkadaş İstemem

Endişelerimden Nasıl Kurtulurum? (Kaygılı Çocuklar İçin)

Annem Ve Babam Ayrılıyor

Korkacak Ne Var? (Korkular Üstüne)

Odamdaki Yabancı: Bilgisayar (Teknoloji Kullanımı Üstüne)

O kadar Kızgınım ki (Öfke Duygusu Üstüne)

Öğrenme Güçlüğüne Nasıl Yendim?

Artık Mutluyum

Dr. Klinik Psikolog Olcay Güner

Kork Benden Kaygı

Ben mi Güçlüyüm Korku mu?

Çocuklardan Boşanılmaz

Yağmur Artukmaç ve Psikolog/Psikiyatrlarla Kitap Dizisi

Teo'nun Tablet Kitabı

Teo'nun Dalga Geçme Kitabı

Teo'nun Tırnak Yeme Kitabı

Teo'nun Gece Korkusu Kitabı

Teo'nun Can Sıkıntısı Kitabı

Teo'nun Kaka Kitabı

Güle Güle Kakalar (Tuvalet Problemi Üstüne)

Ebeveynler İçin Eğitim Kitapları

İlkin Öz- Psikolog

Çocuk Olmak- Çocuk Ve Eğitim

Çocuk Olmak- Çocukta Uyum Ve Davranış Bozuklukları

Çocuk Olmak-Çocuk Ve İletişim

Pedagog Dr. Adem Güneş

Mahremiyet Eğitimi-Adem Güneş

Adım Adım Çocuklarda Cinsel Eğitim-Adem Güneş

Prof. Dr. Bengi Semerci

Birlikte büyütelim-Çocuk Ruh Sağlığı

Prof. Dr. Binnur Yeşilyaprak

Çalışan Anne ve Çocuk

Fatih Pulat- Psikolojik Danışman

Kitaplarla Ve Filmlerle Aile Eğitimi

Prof. Dr. Mehmet Emin Ay

Çocuklarımıza Allah'ı Nasıl Anlatalım? (Okul Öncesi Dönemde Allah İle İlgili Sorular Üstüne)



Çocuklarınızla birlikte dolu dolu geçireceğiniz keyifli tatiller dilerim. ☺

Hicran GÖRGÜN

Psikolojik Danışman ve Rehberlik Öğretmeni