



ÖZEL EFDAL İLKÖĞRETİM OKULU REHBERLİK BÜLTENİ- MART 2010

ÇOCUĞUNUZLA KALİTELİ ZAMAN GEÇİRMEK

Çocuklar hangi yaşta olurlarsa olsunlar, okul ve sosyal etkinlikler ne kadar zamanlarını alırsa alsın, gelişimleri için en zengin deneyimlerini anne-babalarıyla birlikte geçirdikleri zamanlarda edinirler. Bu nedenle anne-baba ve çocuğun düzenli olarak beraber kaliteli zaman geçirmesi çok önemlidir. Aile içinde yaşanan deneyimler, çocuğun okuldaki sosyal yaşantısına, akademik başarısına ve düşünme becerilerine olumlu katkı sağlayacaktır.

Kaliteli zaman ne demek?

Kaliteli zaman kavramı ebeveyn ve çocuğun arasındaki ilişkiyi besleyen, birlikte olmaktan keyif aldıkları zaman dilimidir. Bu zaman dilimi içerisinde mutlaka bir etkinlik yapılması şart değildir. Anne-babalar çocuklarıyla sohbet ederek, gazete ve dergi okuyarak, kendi günlük hayatlarından konuşarak da kaliteli zaman geçirebilirler.

Kaliteli zaman için;

- Ebeveynin çocuklarıyla birlikte vakit geçirmeyi gerçekten istemesi ve bundan keyif alması çok önemlidir. Aksi takdirde bu uygulama iki taraf için de hayal kırıklığıyla sonuçlanabilir.
- Günün hangi saatinde gerçekleşeceğine de özenle karar verilmelidir. Uygulamanın verimli olabilmesi için herkesin keyif alabileceği, ortak bir zaman dilimi bulunmalıdır.
- Kaliteli zamanın süresinden çok içeriği önemlidir. En az 20 dakika olacak şekilde, geçireceğiniz süreye birlikte karar verebilirsiniz.
- Bu zaman dilimini ek bir uygulama gibi yürütmek yerine günlük hayatınızın akışı içine yerleştirirseniz, hem keyif almaya başlayacak hem de çocuğunuzun sosyal ve duygusal gelişimine katkıda bulunabilirsiniz.
- Kaliteli zaman uygulamasına iki ebeveynin de katılımı önemlidir. Eğer aynı anda olamıyorsa, farklı zamanlarda da bu uygulama yürütülebilir.
- Bu uygulama sırasında **bilgisayar, televizyon, video oyunları** gibi seçenekleri ikinci planda tutabilirsiniz. Çünkü önemli olan karşılıklı iletişim ve paylaşım yaratabilmektir.

Kaliteli zaman geçirebilmek için;

- çocuğun yaşı, gelişimi,
 - dönemsel ihtiyaçları,
 - ilgi alanları,
 - sevdiği, sevmediği oyunlar, etkinlikler,
 - günlük düzenin aksamaması
- göz önünde bulundurulmalıdır.

Evde kaliteli zaman nasıl geçirebiliriz?



ÖZEL EFDAL İLKÖĞRETİM OKULU REHBERLİK BÜLTENİ- MART 2010

Kaliteli zaman diliminde önemli olan, çocuğunuzla paylaşım sağlayabilmenizdir. Bu nedenle siz de eğlenmeye çaba göstermelisiniz. Duygularınızdan konuşmanız, nelerden keyif alıp almadığınıza dair birbirinize geri bildirim vermeniz gerekir. Bu amaçla yapabileceğiniz bazı etkinlikler:

- **Gazete-dergi-kitap:** Gazeteler, dergilerdeki resimler hakkında konuşmak, resimlerdeki insanlara konuşma balonları yazmak, kendi evinizin gazetesini yaratmak gibi etkinlikler keyifli olabilir.
- **Yemek saati:** Sandviç malzemeleri hazırlayıp bunlardan sandviç yapmak, meyve salatası hazırlamak, puding yapmak gibi mutfak faaliyetlerinden de çocuklar zevk almaktadır. Bunu yaparken malzemeleri hazırlamasına, yiyecekleri süslemesine, değişik şekiller üretmesine izin verebilirsiniz.
- **Alışveriş:** Beraber bir alışveriş listesi hazırlayabilir, nelerin eksik olduğunu bulabilirsiniz. Belli bir miktar para ile markete gidip, ondan da listedekilerden bir kısmını bulup almasını isteyebilirsiniz.
- **Uydurmaca-yaratmaca:** Evde bulunan boncuklar, düğmeler, kumaş parçaları gibi malzemelerden yeni şeyler üreterek çocuğunuzun yaratıcılığını geliştirebilirsiniz.

Ailece Oynanabilecek Oyunlar

Çizelim Anlatalım: Oyuncakçılarda bulabileceğiniz bu oyunu evde kendiniz de yapabilirsiniz. Bu oyun için kalem ve bol miktarda kağıda ihtiyacınız var. Oyuna başlamadan önce küçük kartlara farklı kelimeler yazın (eşya, hayvan, vb.) ve bu kelimeleri konuşmadan çizerek birbirinize anlatmaya çalışın. İki ayrı grup halinde oynanabilen bu oyunda, en çok kelime bilen grup oyunun galibi olur.

Kazanılan beceriler: Problem çözme, ince motor becerileri, tahmin etme, akıl yürütme, zaman kavramı (sınırlı bir zamanda işi bitirmek).

Hikaye Tamamlama: "Ormanda akşam olmak üzereydi" gibi bir cümle ile biri hikayeyi başlatır, sonra herkes sırayla bir cümle ekleyerek hikaye oluşturulur. Bu oyunda doğru ya da yanlış yoktur. Herkes daha önce söylenen cümlelere dikkat ederek hikayeyi devam ettirir. Aileden biri hikayeyi yazabilir ve anlatım bitince hikaye baştan okunarak keyifli zaman geçirilebilir.

Kazanılan beceriler: Dinleme (işitsel dikkat), sözel ifade, hayal gücü, parça bütün ilişkisi (bağımsız cümleleri bir hikaye haline getirmek), yaratıcılık.

Evde Define Avı: Tüm ailenin evde olduğu günlerde, evin bir yerine (örneğin içinde çikolatalar ya da ailecek izleyebileceğiniz bir film olan) bir define sandığı saklayın. Çeşitli ipuçları hazırlayıp evin farklı köşelerine yerleştirin. Bu ipuçlarını doğru çözen kişi defineye ulaşır.

Kazanılan beceriler: Problem çözme (ipucundaki bilgileri doğru değerlendirme), strateji geliştirme (olayların sırasını takip etmek), işbirliği yapmak.



ÖZEL EFDAL İLKÖĞRETİM OKULU REHBERLİK BÜLTENİ- MART 2010

Görsel Hafıza Oyunu: Bir tepsiye evde bulunan küçük eşyalardan koyun (bozuk para, toka, saç fırçası, vb.). Herkes bu nesnelere dikkatle baktıktan sonra tepsinin üstünü bir örtü ile kapatın ve herkesin aklında kalanları kağıda yazmasını isteyin. Listesinde en çok doğru olan oyunu kazanır. Bu oyunu dokun-hisset-tahmin et olarak da oynayabilirsiniz. Bu kez nesnelere bir torba ya da kutuya koyun, oyuncular kutudaki nesnelere dokunarak ne olduğunu tahmin etmeye çalışsınlar.

Kazanılan beceriler: Görsel hafıza ve dikkat, dokunma duyusunu kullanarak akıl yürütme.

Ava Çıkalım: Bu oyunda aile üyelerinden biri, evde bulunan bir nesne düşünür ve onun hakkında oyunculara küçük ipuçları verir. Diğer oyuncular ev içinde ava çıkarak istenilenleri bulmaya çalışır, nesneyi en çabuk bulan oyunu kazanır.

Kazanılan beceriler: Yönerge takip ve uygulama (işitsel dikkat), zamanı iyi kullanmak.

Aile Albümü: Eğer aile fotoğraflarınız bir albümde düzenli olarak durmuyorsa ya da düzenlenmesi gerekiyorsa bunu ailece yapmak eğlenceli olabilir. Fotoğraflardaki kişilerin kim oldukları hakkında konuşmak, fotoğrafları kronolojik sıraya dizmek, ailece eski günleri hatırlamak anlamlı olacaktır.

Kazanılan beceriler: Olayları sıraya dizmek, planlama ve organizasyon, akrabaları tanımak.

Tatil Anı Defteri: Ailece gittiğiniz tatillerle ilgili anılarınızı topladığınız bir anı defteri oluşturabilirsiniz. Çocuğunuzla birlikte tatilde çekilen fotoğrafları, gittiğiniz yerden aldığınız kartpostalları yapıştırıp, başınıza gelen ilginç olayları deftere geçirebilirsiniz.

Kazanılan beceriler: Hafıza (anıları hatırlamak), el becerileri (kesmek, yapıştırmak, yazmak, resim yapmak).

İyi eğlenceler dileriz...

Kaynakça:

GÜNCEL, aylık bilgi bülteni, yıl 2, sayı 16, İstanbul, 2010.