

Zaman Yönetimi

VELİ SUNUMU
OKUL ÖNCESİ



Okul dönemi çocukların anne ve babalarından sık sık “Çocuğum çok dağınık, ne yapsak odasını, kişisel eşyalarını toplamayı bilmiyor. Kişisel eşyalarını okulda unutuyor, kendi sorumluluklarını yerine getirmiyor, ev ödevlerini yapmıyor, defalarca söylememe rağmen beni sanki duymuyor!” sözlerini duymaktayız.



Küçük yaşlardan itibaren çocuğa zaman kavramının ne kadar önemli olduğunu öğretmek gerekmektedir; çünkü her çocuk 3 yaşından itibaren zamanı doğru kullanmayı öğrenebilir. Bunun için ailelere büyük görevler düşmektedir. Evde uygulayacakları aktiviteler ile çocuğu bu konuda bilinçlendirmek mümkündür. Örneğin; önce ödevlerini bitirip, sonra televizyon izlemesi ya da yemekten önce tatlı yememesi üzerine yapılan konuşmalar, çalışma yaparken tutulan süre çocuğun hayatında düzenlilik yaratır.



ÇOCUĞUNUZ ZAMAN YÖNETİMİ BECERİSİNİ KAZANDIĞI ZAMAN NELER OLUR?



Erteleme Davranışı Göstermezler

Erteleme davranışı verilen görev ya da ödevleri tamamlamak için son ana kadar bekleme olarak tanımlanabilir. Zaman yönetimi becerilerini erken yaşta geliştirilen çocuklar içsel motivasyonu yüksek çocuklar olurlar.

Verilen işe başlama ya da bitirmek için gereken davranışların neler olduğunun farkındadır ve bu rutinlere alışıktır; bu nedenlerle de erteleme davranışını daha az gösterirler.



Aileleriyle Daha Az Çatışma Yaşar

Zamanını yönetebilen çocuklar
yapmaları gereken görevleri
planlayabildikleri için ailelerinin
onlara bu görevleri
hatırlatmalarına gerek kalmaz.
Böylece aile içinde yaşanan anne
babanın hatırlatma yapması ve
çocuğun buna direnmesi döngüsü
kırılmış olur.



Plan Yapmakta Zorlanmazlar

Zamanı yönetme becerisi için çocukların yapacakları etkinlikleri planlamaları gerekir. Öncelikle günlük rutinler ve oyun gibi davranışları planlamayı öğrenerek başlayan çocuklar; zamanla ödev, sosyal etkinlikler, arkadaşlarla geçirilecek zaman gibi daha karmaşık durumları da planlayabilir hale gelirler. Bu durum yetişkinlikte de devam eder.



Yüksek Özgüvene Sahip Olurlar

Yapacakları işleri planlayabilen bireylerin başarıları yükselir. Önlerindeki işi yapmak için gerekli zaman ve kaynakları planlayabilen çocukların başarılarının yükselmesinin yanında yine bu çocuklar yeni bir görev ile karşılaştıklarında daha az stres yaşarlar. Bu durumda da bir görevle karşılaşmak sadece yeni bir başarının ilk adımı olarak algılanır. Kişi kendisini başarılı biri olarak algılamaya başlar ve kendine olan güveni gelişir.



İsteklerini Ertelemede Daha Başarılı Olurlar

Yapılan çalışmalarda anaokulu yaşlarında isteklerini erteleme ve karar verme becerisi olan çocukların ilerleyen yıllarda okul başarılarının daha yüksek olduğu, sosyal ilişkilerde daha başarılı oldukları, daha az riskli davranış gösterdikleri görülmektedir. Ayrıca hayattan daha fazla keyif alabildikleri ve kendilerine güvenlerinin de arttığı belirtilmiştir.



ZAMAN YÖNETİMİ
BECERİLERİNİ
ÇOCUKLARA KAZANDIRMAK İÇİN
NELER YAPILABİLİR?



Günlük Rutin Oluşturun

Gün içerisinde yapılacak şeyler için sıralama temelli bir rutin oluşturun. Örneğin önce uyanma, el yüz yıkama, üstünü değiştirme, kahvaltı, okul için hazırlanma... gece oyun oynama, dişleri fırçalama, pijamaları giyme ve uyku gibi. Bunları belli bir sıralama ile yaparak çocuğa zamanın akışı ile ipucu verirken aynı zamanda bir sonraki etkinliğe de kendisini hazırlamasına fırsat vermiş olursunuz. Çocuğa verdiğiniz en önemli mesaj ise “her şeyin bir sırası var” olur. Böylece çocuk işlerin ya da etkinliklerin rastgele değil belli bir düzen içinde ilerlediğini kavrar. Planlama yapmayı öğrenmenin ilk aşaması da budur.



Önce_Sonra Kavramlarını Kullanın

Okul öncesi dönem çocuğunda zaman kavramı henüz gelişmemiş olsa da önce ve sonra kavramlarını rahatlıkla algılayabilirler. Çocuğunuza zamanını kullanmayı öğretmeye önce ve sonra kavramlarını kullanarak başlayabilirsiniz. Örneğin önce ellerini yıka sonra sofraya otur ya da önce oyuncaklarını topla sonra resim yapalım gibi.



“.....Zamanı” Kavramını Kullanın

Bir etkinliği başlatırken ve sonlandırırken yemek zamanı, el yıkama zamanı, oyun hamuru zamanı gibi kavramlar kullanarak çocuğunuzun etkinlikle ile zaman arasında doğal olarak bir ilişki kurmasını sağlayabilirsiniz. Etkinliklerin hemen başında etkinliğin ne kadar süreceğine ve bitmeden biraz önce sonlanacağına dair ipuçları verin. Bu ifade şekli çocuklarla bir etkinlikten diğerine geçerken yaşanabilen çatışmaları da azaltır.



Her Şeyin Yeri Belli Olsun

Okul öncesi döneminde çocuklar somut olan şeyleri daha rahat anlarlar. Eşyalarının yerli yerinde olması onu zihnen de düzenli olmaya teşvik eden bir durumdur. Planlama ve düzen insan zihninde beraberlik gösterir. Düzenli olmayan ortamlarda çocukların dikkatleri çok kolay dağılır bu nedenle de yapılan etkinlikler verimli olmaz. Ayrıca uzun vadede çocuğun doğru çalışma becerileri kazanması için de temel oluşturur.



Duvar Saati Kullanın

Evdeki bir duvar saatini ve renkli tahta kalemlerini kullanarak çocuğunuzun planlama becerilerini geliştirebilirsiniz. Bir etkinliğe başlamadan önce kalemle saat üzerine başlama ve bitiş zamanına işaret koyabilirsiniz. Böylece siz hatırlatmadan çocuk zamanı kendisi de takip edebilir. Takvim Oluşturun: Evde haftalık bir takvim oluşturabilirsiniz. Haftanın günlerini yazarak bir sonraki haftanın planını çocuğunuz ile yapabilir ve bunu takvime not edebilirsiniz. Tabii okul öncesindeki çocuğunuz henüz okuma yazma bilmediğinden planladığınız etkinlikleri anlatan küçük resimler/simgeler kullanmanız yararlı olur. Hafta içi günlere iş ve okul resimleri, hafta sonu için de o haftaki planınızı anlatan bir park ya da büyükanne ziyaretini resmedebilirsiniz.



Okuldaki Programı Takip Edin

Okul öncesi eğitiminde zaman kavramını oluşturmak için hafta içi her gün bir etkinlik ile isimlendirilir ve bununla ilgili bilgi size her eğitim dönemi başında verilir. Bunlar kitap günü, puzzle günü, parti günü gibi tematik günlerdir. Çocuğunuz ile her akşam bir sonraki gün için konuşmak ve ertesi güne hazırlık yapmak ona zaman yönetimi becerileri kazandırmak için iyi bir yoldur.



Çocuğunuz zaman yönetimini iyi yapmadığında;

sonuçlarını çocuğunuzun yaşamasına fırsat
verin.Çocuğunuza ödev zamanını etkin
kullanmadığında yapmak istediğı etkinliklere
daha az zamanı kaldığını anlatın.



DİNLEDİĞİNİZ İÇİN TEŞEKKÜRLER

