

# BAHÇELİEVLER ANAOKULU

## TATİL SONRASI OKULA UYUM VE OKULA HAZIRLIK

### Sayın Velilerimiz;

Yorucu bir dönemi geride bıraktık. Tatil sonrası okula dönmek ve okula uyum, 15 gün gibi kısa bir sürede değişen günlük alışkanlıklar nedeniyle kimi öğrenciler için oldukça zor bir geçiş dönemi olabiliyor. Tatille birlikte okul zamanı boyunca belirlenmiş birçok rutin ve kural değişmiş olup çocuklar, okul döneminin gerektirdiği düzen ve davranışlardan uzaklaşmış olabileceklerdir.



### REHBERLİK SERVİSİ

*Hazırlayan/Düzenleyen*

**Mehmet DENİZ**

Okul Rehberlik Öğretmeni

Okulumuzda yapılan çalışmalara, etkinliklere, gezilere, projelere, resimlere ve broşürlere

<http://bahcelievleranaokulu63.meb.k12.tr> ve [Şanlıurfa](#)

Bahçelievler Anaokulu facebook adresinden ulaşabilirsiniz.

Okula geri dönüş konusunda her çocuğun tepkisi farklıdır. Kimi özlemle beklediği okuluna ve okul düzenine çok rahat uyum sağlayabilirken, kimi ise kendini son derece gergin hissedebilir. Özellikle gerilim yaşayan çocuklara yardımcı olabilmek için kaygılarının nedenini araştırmak önemlidir. Geçmişte yaşanmış sıkıntılar varsa onların tekrarlanma olasılığı, uyulması gereken kurallar gibi konular kaygıların belli başlı nedenlerini oluşturabilir.

Okulun sağlaması gereken bu koşullara paralel olarak ebeveynlerin de okul ile aynı çizgide sergileyeceği ortak yaklaşımlar özellikle okul öncesi, hazırlık, ilkököl dönemlerinde daha sık karşılaşılan, tatil dönüşü okula uyum temelli sorunların azalmasını sağlayacaktır. Çocuklarımızın dünyalarında büyük yer kaplayan yeniden okula başlama kaygısını azaltmak, tatil sonrası okula uyum sürecinde onların yanında olabilmek için nasıl bir yaklaşım izleyebiliriz?

### *Çocukların okula uyumunu kolaylaştıracak öneriler aşağıdaki gibidir:*

- ❖ Okula uyum, evde başlar. Uzun bir tatil sonrası evde tekrar düzenli bir yaşamın başlaması kilit noktadır. Bu açıdan aileler teknolojik aletlerin kullanım süresini, etkinlik yapma, oyun oynama, uyku saati gibi zamanlamaları öncelikle düzenlemelidir.
- ❖ Problemleri önceden çözün. Çocuğunuzun fiziksel ve ruhsal bir problemi varsa okula başlamadan çözülmüş olmalı. Çocuğunuzun fiziksel ve ruhsal sağlığının yerinde olduğundan emin olun. Çocuk ve diş doktoruyla v.b. görüşmelerinizi erken dönemde ayarlayın. Çocuğunuzun duygusal veya psikolojik gelişimiyle ilgili endişelerinizi uzmanlarla paylaşın. Okul başlamadan önce var olan sorunu saptayarak çözüm aramak çocuğunuza da yarar sağlar.



- ❖ Uyku ve yemek düzeninde yeni uygulamaya geçin. Rutinlerinizi yeni baştan oluşturun. Okullar açılmadan en

az birkaç gün önce uyku ve yemek düzeninizi özellikle kahvaltı saatlerini yeniden planlayın.

- ❖ İşlerinizi çocuğunuzun okul programına göre düzenleyin. Okulların açıldığı hafta programınızı sadeleştirin. Sakin tavrınızı koruyun, çocuğunuz bundan etkileneyecektir..Özellikle anaokuluna başlayan ve devam eden çocuklar ayrılık endişesi veya çekingenlik yaşayabilirler. Eğitimciler bu durumun üstesinden gelebilecek deneyime sahiptirler. Onu bıraktıktan sonra fazla oyalanmadan, onu sevdiğinizi ve gün boyunca düşüneceğinizi, okul bitiminde onu gelip alacağınızı söyleyin. Sakin ve olumlu davranın.
- ❖ Özellikle küçük yaşta çocuklarla okula döndükleri ilk gün, vedalaşmayı uzun tutmamak gerekir. Ebeveyn için de çocuğundan ayrılmak zor olabilir; ancak bu tavır, çocuğın okula dönüşünü ve uyumunu zorlaştırabilmektedir.
- ❖ Yeni okul döneminde çocuğunuzun hissedebileceği endişeyi yenmesi ve okul düzenine alışmasına yardım olabilmek için serbest zamana ihtiyaç duyabilirsiniz.
- ❖ Okula gitmeden önce yapılabilecekleri yeni baştan organize edin. Televizyonu kapatıp başka aktivitelerle yönlendirmesini sağlayın. Çocuğunuzun sabah saatlerinde televizyon izlemek yerine; yap- bozla uğraşma, boyama, kitap okuma gibi etkinliklere yönlendirin. Bu faaliyetler çocuğunuzun öğrenme sürecine ve okul düzenine alışmasını kolaylaştıracaktır. Okula geçiş sürecini kolaylaştırıcı aktiviteleri artırın.
- ❖ Arkadaşlarıyla program yapsın. Okul açılmadan önce çocuğunuzun sınıf arkadaşlarıyla buluşarak olumlu sosyal ilişkiler kurması için destekleyin.



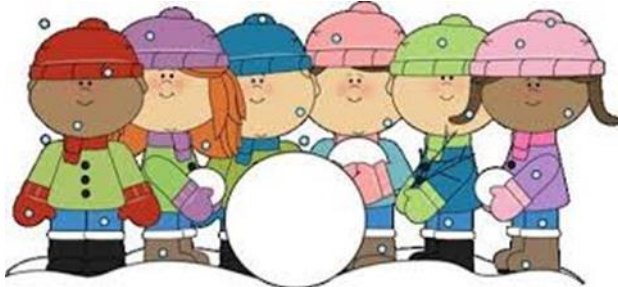
- ❖ Sırt çantası, yedek kıyafet, panduf gibi okul için gerekli malzemeleri birkaç gün önceden hazırlayın.
- ❖ Okula yeniden uyum sürecinde çocuğunuzla, okul ve öğretmenleriyle ilgili olumlu yorumlarınızı, okulun güvenli ve eğlenceli bir yer olduğuna dair inancınızı paylaşmanız uyum sürecini kolaylaştıracaktır.



- ❖ Saatinizi kurun. Sabah okul için hazırlanmak, kahvaltı etmek için çocuğunuza yeterli zaman tanıyın. Düzene uyum sağladıkları, servise yetiştikleri zaman onları övün.

- ❖ Çocuğunuzun aklından geçenlere ve varsa sorunlarına ilgi gösterin. Yeni dönem için okul konusunda endişeleri varsa uzun uzun hatta olumlu geçen kendi okul tecrübelerinizi de kullanarak ona yardımcı olmaya çalışın. Çocuğunuzun onu anlayıp desteklediğiniz yönünde yüreklendirin. "Gene başlama, bebek misin sen?" gibi sözcükler kullanmayın.

- ❖ Olumsuz deneyimlerin çocuğunuzun hevesini kırmasına izin vermeyin: Akademik veya sosyal konularda güçlük yaşayan veya arkadaşları tarafından alay edilen, zorbalıkla karşılaşan öğrenciler okula yeniden dönmeyi istemezler. Sorunlarınızı okul yönetimine aktarın, onlarla işbirliğine girin. Yeni okul döneminde benzer sorunlarla karşılaşmayacağını çocuğunuza aktarın. Zorluklarla kendine başa çıkma becerilerini destekleyin. Gerekirse öğretmeninden yardım alması konusunda onu yönlendirin.



daha çekici hale getirerek, çocukların arkadaşlarıyla ve öğretmenleriyle yeniden bir araya gelme isteğini arttıracaktır.

- ❖ Okula uyum sürecinde yaşanabilen baş ağrısı, mide bulantısı gibi psikosomatik sorunlarla karşılaşıldığında okul rehberlik biriminden destek almak ve yönlendirmelerine göre hareket etmek tutum birliği açısından önem taşıyor. Bu noktada çocuğa okuldaki her sorunu ailesiyle ve rehberlik birimiyle paylaşabileceği anlatılmalıdır.

### PEKİ EVDE ANNE-BABA ve ÇOCUK OLARAK NELER YAPABİLİRİZ?

#### Kitapevi ziyaretleri yapın, kitaplar alın

Yarıyıl tatilinde çocuğunuzla birlikte kitap evlerine gitmek keyifli ve eğitici olacaktır. Yeni deneyimler yaşatacak eğitici kitaplar okumaya çalışın. Kitap evindeyken öncelikle, ona örnek olması açısından birlikte kendiniz için bir kitap seçin. Ardından çocuğunuz için onun yaş grubuna uygun olacak şekilde, merak ve keşif duygularını harekete geçirecek, ilgi çekici, resimli ve anlatımlı kitaplar seçmeye özen gösterin.



#### Sosyal ve kültürel etkinliklere katılın



Yarıyıl tatili döneminde çocuğunuzla birlikte sinema ya da tiyatroya gidebilirsiniz. Etkinlikleri seçerken çocuğunuzun fikrini almanızın da önemli olduğunu unutmayın. Ortak karar almanız, yaşı kaç olursa olsun çocuğunuz ile aranızdaki iletişim ve etkileşimi arttıracaktır.

#### Evde küçük işler yapmasına izin verin

Akademik başarı ve kişilik özellikleri üzerine yapılan araştırmalar, başarılı çocukların en önemli ayırt edici özelliğinin sorumluluk olduğunu ortaya koymaktadır. Bu nedenle tatil süresinde çocukların yaş gelişim özelliklerine uygun sorumluluklar verilmesi de önemlidir. Çocuğunuza evdeyken vereceğiniz küçük işler, onun sorumluluk sahibi olmayı öğrenmesini sağlayacaktır. Kendi odasının, oyun alanının ya da yemek masasının toplanmasına yardımcı olmasına izin verebilirsiniz. Bunu yapması, çocuğunuzun bireysel farkındalığını da arttıracaktır.

#### Akraba ziyaretleri;

Okul çalışma programları nedeniyle ertelenmek zorunda kalınan akraba ziyaretleri aile içi bağları güçlendirmek için çok önemlidir.



#### Yakın çevremizi tanıyalım etkinlikleri;

Yaşadığımız bölgedeki müzelere, tarihi ve turistik yerlere yapılacak geziler yaşayarak öğrenme fırsatı olarak değerlendirilmelidir.

#### Ev oyunları;

Evde gerek bireysel gerekse aile bireylerinin katılımıyla oynanabilecek oyunlar almak, eğlenceli geçen bir yarıyılın hatırası olabilir.

#### Evdeyken yapılabilecek etkinlikler:

- Terapötik oyun hamuru etkinlikleri
- Sanat hamuru etkinlikleri
- Kesme ve yapıştırma yapmak
- Serbest boyama etkinlikleri
- Eğitici Türkçe ve İngilizce çizgi film izlemek ya da müzik dinleme
- Mutfak saati etkinlikleri
- Şekil bulma oyunları oynamak

