

BAHÇELİEVLER ANAOKULU

ZAMAN YÖNETİMİ



REHBERLİK SERVİSİ

“Mücevherler zamanla alınabilir; ama zamanlar mücevherle alınamaz.”

Mevlana

Hazırlayan/Düzenleyen

Mehmet DENİZ

Okul Rehberlik Öğretmeni

Okulumuzda yapılan çalışmalara, etkinliklere, gezilere, projelere, resimlere ve broşürlere <http://bahcelievleranaokulu63.meb.k12.tr> adresinden ulaşabilirsiniz.

Çocuklarda Planlama ve Organizasyon Becerisi: Çocuğa Zaman Yönetimini Öğretmek

Zaman yönetimi daha çok iş hayatında yetişkinler için üzerinde durulan bir konu olmasına rağmen, çocuklara erken yaşlardan kazandırılan planlama ve organizasyon becerilerinin katkısı büyük olmaktadır.



Çocuğunuza öğreteceğiniz zaman planlaması ile ona hayat için önemli bir araç sunmuş olacaksınız. İlerleyen zamanlarda okul çalışmaları ile kişisel çalışmaların, aile zamanı ile sosyal zamanı çakıştığında çocuğunuz gerginlik yaşamadan bu aktiviteleri düzenleyebilecek beceriye sahip olur.

Zaman yönetimiyle ilgili temel becerileri ilk çocukluk yıllarından itibaren kazandırmak mümkündür. Hatta bebeklikte uyku, beslenme gibi ihtiyaçlarının aynı saatte ve düzenli biçimde karşılanması, doğum öncesi gelişim dönemi –gebelikte- onunla aynı saatlerde konuşmak, günün aynı saatinde okşanması, aynı saatte duygusal bağ kurulması, onun biyonik saatinin kurulmasında ve doğal bir zaman algısının oluşmasında etkili olabilecek faktörlerdir.



onlara hayat boyu fayda sağlayacak bir beceri kazandırmış oluruz. Bu beceriyi kazandırırken sabırlı ve tutarlı olduğunda her çocuk bu beceriyi içselleştirebilir.

Yoğun bir hayatta çocuklar okul, ev ve sosyal alanlarındaki sorumluluklarını ve aktiviteleri dengelemekle güçlük yaşarlar. Çocuklara sadece zamanı planlamayı değil, zamanı da daha etkili kullanmayı öğretebildiğimizde

Okul Öncesi Dönemde Zaman Yönetimi



Evinizde ulaşılabilir göz önünde olan mutlaka büyük renkli bir takvim ve sayıları rahat okunabilen bir saat bulundurun. Dilerseniz çocuğunuz ile her ay için kendi takviminizi yapabilir, süsleyebilirsiniz.

Çocuğunuz ile o hafta içinde olacak olan önemli günleri (doğum günü/gezi günü/anneannenin gelişi/filmin geliş tarihi vb.) işaretleyin, resim çizin. Çocuğunuz her sabah /akşam geçen günün üzerine bir çarpı çizebilir, kalan gün sayısına bakabilir.



Tüm bu etkinliklerde mutlaka çocuğunuza eşlik edin.



Çocuğunuza sabah kahvaltısında o gün neler yapmayı planladığınızı anlatın. Çocuklar önlerini gördüklerinde daha kontrolde hissederler ve sakin olurlar, aynı zamanda bu açıklamalar ile günü

planlamayı, etkinlikleri sıralamayı öğrenirler. Örneğin: Kahvaltıdan sonra giyinip dışarı çıkacağız. Oyun parkına yürüyeceğiz orada biraz zaman geçirdikten sonra öğle yemeği için eve döneceğiz. Öğle uykudan sonra deden bize gelecek.

Çocuğunuzun zaman algısını oluşturmak için mutlaka sabah, öğlen, akşam, sonra, önce gibi kavramları kullanın. Sonra- önce kavramını kullanırken çocuğunuzun bildiği bir etkinlik ile birleştirmeniz faydalı olacaktır (öğle yemeğinden sonra, uyumadan önce vb).



Okul Çağı Çocuklarda Zaman Yönetimi

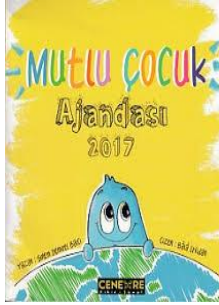


Bu yaş dönemindeki çocukların zaman algısı bir önceki gelişimsel döneme göre daha gelişmiştir. Çocuğunuz ile gün içi zamanları, o gün içinde ne

kadar fazla etkinlik yapabileceğinizi, çalışmasını tamamlamak için ne kadar süreye ihtiyacı olduğunu konuşabilirsiniz.

Çocuğunuza bir ajanda alabilir veya bir ufak deftere tarih-gün yazarak ajandaya dönüştürebilirsiniz. Çocuğunuza ödevlerini, projelerini teslim tarihlerini, önemli günleri, gezileri, doğum günlerini buraya kaydetmesine yardımcı olun. Bazı çocuklar için yine büyük aylık takvimi odasının duvarına asmak ve oraya not almasını sağlamak daha etkili olabilir.

Çocuğunuza ajandasına/takvimine o gün için planladığı etkinlikleri, yapması gerekenleri süreleri ile yazmasına yardımcı olun. Etkinliği tamamladığında ise ne kadar süre geçtiğine bakın ve tahmini ile karşılaştırın. Bu sayede çocuğunuz belirli etkinlikleri yapmanın ne kadar zaman aldığını öğrenir, içselleştirir.



Çocuğunuza öncelik belirlemeyi öğretin. Yapması gereken ve yapmak istediklerini ayırt etmeyi onunla çalışın. Her şeyi bir anda düzgün bir şekilde yapamayacağını, öncelik sıralaması yapmasının

önemini belirtin. O gün veya o hafta yapılması gerekenler, yapmak istediklerim diye bir liste hazırladıktan sonra yapılması şart olanlara bir yıldız, yapmak istediklerine bir gülüm yüz koyarak öncelik belirlemeyi öğrenebilir.



Tüm yaş grubundaki çocuklar için;

1) Zaman tanıyın. Çocuğunuza yapılması gerekeni o anda söylemeyin. Bir 5-10 dakika önce bir hatırlatmada bulunun. Örneğin akşam yemeğine 10 dk sonra oturuyoruz. Bu sayede çocuğunuz o anda yaptığını tamamlayabilir, zamanını yönetebilmeyi öğrenir.

2) İyi bir örnek olun. Zamanlama konusunda ve zamanınızı etkili kullanma konusunda çocuğunuza iyi bir rol model olun. Çocuğunuz zamanında okuluna götürün, okuldan alın. Söz verdiğiniz saatlere sadık kalmaya çalışın.



İşe giderken geç kaldım telaşını, yetiştiremediğiniz bir projeye ilgili olan kaygınızı çocuğunuzun önünde yaşamamaya özen gösterin.



3) Çocuğunuz zaman yönetimini iyi yapmadığında sonuçlarını çocuğunuzun yaşamasına fırsat verin. Çocuğunuza ödev zamanını etkin kullanmadığında yapmak istediği etkinliklere daha az zamanı kaldığını anlatın.

Çocuğunuzla sınırlı bir zamanda bir etkinlik başlayacak, bitecek ise mutlaka zamanı saat üzerinde gösterin. Örnek üzerinden gidersek; saat 10'da evden çıkmamız gerekiyor. Bak 10'un üzerine araba yapıştırması koydum bu evden çıkacağımız zaman. Bu kısa kol arabaya geldiğinde ayakkabılarını giymiş bir şekilde evden çıkmaya hazır olmanız lazım diyebilirsiniz. Böylece çocuğunuz saati kontrol ederek zamanını yavaş yavaş ayarlamayı öğrenir. Bu yöntemi birçok farklı alanda kullanabilirsiniz; babanın işini bitirmesini beklerken, kitap okuma saati, evden çıkma saati, annenin gelme zamanı vb.

Okulumuzu Şanlıurfa Bahçelievler Anaokulu adlı facebook sayfasından takip edebilirsiniz.

BAZI NOTLAR

1) Çocuklarımıza zamanın tükenilen bir kaynak olduğunu kavratmak ve bu çok kısıtlı ve kıymetli kaynağı bilinçli biçimde tüketme alışkanlığı kazandırmak önemsenmelidir.



2) Çocuklarımıza yeri geldiğinde "hayır" demeyi öğretmeyi amaçlamak, çocuklarının hayatına girmeye çalışacak zaman hırsızlarına karşı önemli bir tedbirdir.

3) Anne-baba zaman yönetimi konusunda çocuğa model olmalıdır.

4) Eğer çocuğumuzun zaman yönetimi konusunda problemi varsa zaman yönetimini geliştirici etkinlikler ile bu problemi yenebilirsiniz.

5) Çocuk ile beraber evde olduğu zamanlarda etkinlik vakitleri belirlenmelidir. Çocuklarda zaman kavramı bir yetişkin kadar gelişmediği için bu vakitler sıralama şeklinde olmalıdır. (örn. yemekten sonra oyun oynayacağız; oyundan sonra amcalara gideceğiz şeklinde) Yaş ilerledikçe çocukta zaman kavramı da gelişeceği için etkinlikler saat şeklinde belirlenecektir. (Örn. saat 10:00'da kahvaltı yapacağız; saat 12:00'da parka gideceğiz)

6) Birçok kişinin zamanının büyük bir bölümünü işgal eden etkinlik teknolojik aletler ile geçirilen zamandır. (TV, telefon, tablet, oyun vs.) Ev ortamında bazen ebeveynler



kendi işlerini daha rahat yapabilmek için çocukları TV önüne veya tablete hapsedmektedirler. Çocuk burada zamanını çoğunu harcamaktadır. Bu da çocukların zaman yönetimi kavramını anlamalarını zorlaştırmaktadır. Okul öncesi dönemde bir çocuğun teknolojik alet ile geçirebileceği maksimum süre 30 dakikayı geçmemelidir.



7) Anne-baba çocuğun kahvaltı saatini, uyku saatini, öğle ve akşam yemeği saatini, oyun saatini, okul saatini ve TV izleme saatini net bir şekilde çocuğa söylemelidir.