

Çocuğum Okula Başlıyor...



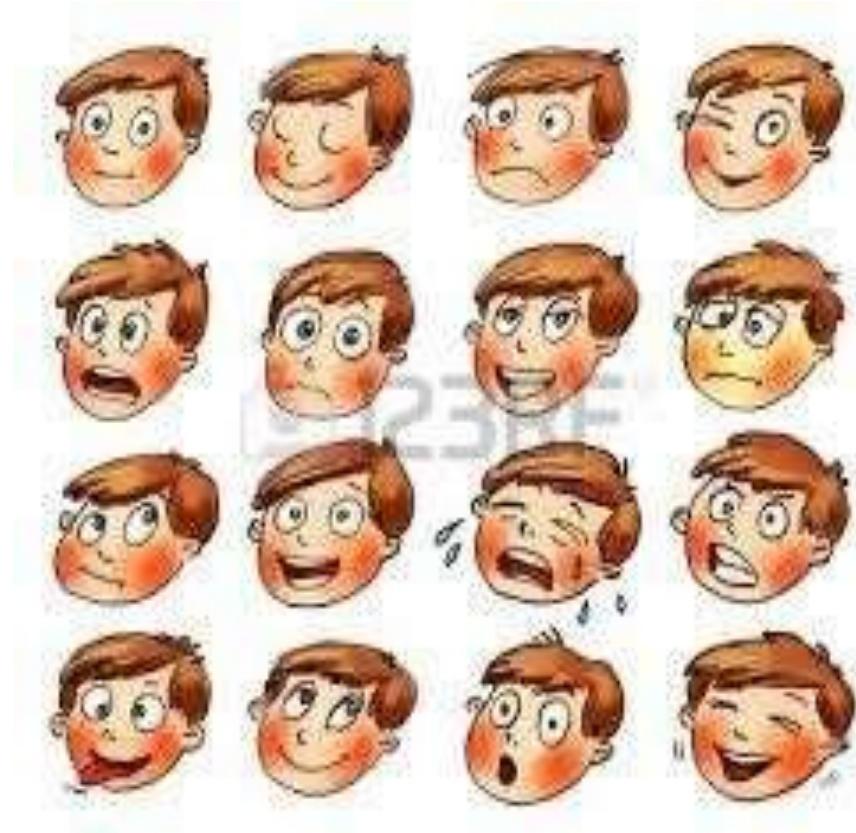
Ahmet Haluk Dursun İlkokulu
Rehberlik Servisi

İlkokula Başlarken...

- İlkokul, anasınıfından farklı bir yerdir ve birinci sınıfa başlayan çocuklar yeni bir ortamın yeni beklentileri ile karşı karşıya kalırlar.



Okula başlama hem aile, hem de çocuk için heyecan verici bir deneyimdir.
Sevinç, kaygı, korku gibi pek çok duygu birlikte yaşanır.
Bu duyguları yaşamak son derece **NORMALDİR**.



**Bir çok çocuk için okul daha önce hemen hiçbirini
tanımadiğı çok sayıda çocukla karşılaşma
zorunluluğuyla, uyulması gereken kurallarıyla ve
başarılması gereken öğrenim görevleriyle dolu yepyeni
bir sosyal çevredir.**



Çocuk okulda nelerle karşılaşır?



Çocuğun aklından neler geçer?

Ben evde rahattım bu okul da nereden çıktı?

Okulda ne yapacağım? Eve nasıl döneceğim?

Ben okuldayken annem ve babam nerede ve ne yapıyor olacak?



Annem-babam giderse ve gelmezse ne olacak?

Öğretmenim ve arkadaşlarım beni sevecek mi?

Sınıfımı bulabilecek miyim?



Karnım acıkırsa yemek verirler mi?
Zorla yemek yedirirler mi?

Tuvaletim gelirse ne olacak?



Anne babanın aklından neler geçer?

- Bu okul çocuğum için doğru bir yer mi?
- Öğretmeni çocuğumla yeteri kadar ilgilenip, onu sevecek mi?



- Okulda gün boyunca ne yapacağını merak ediyorum.
- Arkadaşlık kurabilecek mi?
- Sabah sınıfa bıraktığımda ağlıyordu.  ğretmeni hemen gitmemi söyledi, acaba hala ağlamaya devam ediyor mu?



Çocuğunuzun eğitimi okul ve sizler arasında paylaşılan önemli bir sorumluluktur.



Evde ve okulda çocuklarına sosyal, duygusal ve akademik destek sunan velilerin çocuklarının okula başarılı bir geçiş sağladığı görülmektedir. Çocuğun okula uyumuyla ilgili bazı sorunlar ortaya çıkabilmekte; ancak, çocuğuna destek olan ve okul ile iş birliği içerisinde bulunan veliler bu sorunlarla daha kolay baş edebilmektedir..



Okula Uyum



- Okula uyum genellikle 3-4 hafta gibi bir sürede tamamlanır. Çocuğun evden ve anneden ayrılabilmesi ile okula uyum arasında bir ilişki vardır.

! Ülkemizde çoğunlukla çocukların değil annelerin okula uyum sağlamada zorlandığını unutmayın.

ÇOCUĞUN OKULA ALIŞMA SÜRECİNİ GÜÇLEŞTİREN DURUMLAR...



1. Velinin çocuk ile birlikte sınıfa girmesi,
2. Çocuğun ayrılmakta zorlandığı bir yetişkin tarafından okula getirilmesi,
3. Okulda vedalaşma sürecinin çok uzun veya çok kısa tutulması,
4. Çocuğu okula bırakan aile üyesinin çocuktan bir türlü ayrılmak istememesi,
5. Çocuğun öğretmen ve okul ile korkutulması,
6. İlkokulun, okul öncesi eğitim kurumu ile kıyaslanması ve farkların çocuğa olumsuz bir şekilde aktarılması,

7. Velinin çocuğa okulda "Sıkıldın mı? Korktun mu?" gibi olumsuz ifadeler kullanarak sorular sorması,
8. Velinin okul ve öğretmenle ilgili olumsuz duygu ve düşüncelerini çocuğun yanında dile getirmesi,
9. Aile bireylerinin çocuk okuldayken geçirecekleri zamanla ilgili planları çocuğun yanında yapması,
10. Aile bireylerinin çocuğun okula gitmesi ile ilgili tutarsız davranması (örneğin; çocuk okula gitmek istemediğinde bazen gitmesi için zorlaması bazen evde kalmasına izin vermesi).

Ailenin Aşırı Koruyucu Tavrı Okul Fobisine Sebep Oluyor!!!

1. Çocuk aşırı korumacı bir anlayışla yetiştirilmişse,
2. Arkadaşlarıyla iletişimi çok az olmuşsa,
3. Dışarıya pek çıkmamışsa,

ailesinden uzak kalmak onu korkutabilir.



Bu durum zamanla düzelir. Ancak düzelmeme olasılığı da vardır.

Okul Fobisinin Belirtileri Nelerdir?

- ❖ Okul fobisi yaşayan çocuklar genellikle okul saati yaklaştığında isteksizliklerini bedensel yakınmalar ile dile getirmeye çalışır.

Çocukta;

1. Mide bulantısı,
2. Karın ya da baş ağrısı şeklindeki bedensel şikâyetler genellikle sabahları uyanır uyanmaz başlar.
3. İştahsızlık ve uykuda huzursuzluk,
4. Sık sık hasta olmadığı halde hastaymış gibi davranmak,
5. Alınganlık ve sinirlilik, enerji kaybı,
6. Okul etkinliklerine karşı ilgisizlik, utangaçlık ve içekapanıklık gibi belirtiler görülür.

Böyle Bir Sorunla Karşı Karşıya Kalan Ailelerin Dikkat Etmesi Gereken Konuları Şöyle Sıralayabiliriz...

- Her çocuk aynı istek ve heyecanla okula başlamaz. Bunun altında yatan nedenler çocukta farklılık gösterir.
- Çocuğunuzun bireysel özelliklerinin farkına vararak, sorunun nedenlerini anlamaya çalışmanız, problemin ortadan kaldırılması için size yol gösterecektir.



- ❖ Bu süreçte çocuğa karşı anlayışlı ve destekleyici olunması gereklidir. Sabırlı olun ve asla sinirlenmeyin.
- ❖ Çocuğa, okulun amacını açıklamak, okula gitmesi konusunda ailenin tüm fertlerinin kararlı ve tutarlı olması gerekir. Okula gitmemesi halinde yapılan çalışmalardan geri kalacağı ve bunun kendisi için bazı aksaklıklara yol açacağı anlatmaya çalışılmalıdır.
- ❖ Çocuğun kendini terk edilmiş ve yalnız hissetmesine yol açacak davranışlardan kaçınmalıdır.



- ❖ Çocuğun fiziksel yakınmaları varsa kontrol etmek için doktora götürebilirsiniz.
- ❖ Okula gitmediğinden dolayı çocuğu suçlamamalı, korkusu ve gözyaşlarıyla alay edilmemelidir.
- ❖ Vedalaşmalarınızı çabuk ve kısa süreli tutularak ayrılığın doğal olduğu hissettirilmelidir.
- ❖ Ona gününüzün nasıl geçeceğini anlatıp, onunla gününün nasıl geçtiği hakkında konuşmak her ikinizi de rahatlatabilir.
- ❖ Onu almaya geleceğiniz konusunda size güven duymasını sağlayın.
- ❖ Sakinleşmesi ve dinlenmesi için çocuğu evde tutmak gerilimini azaltmaz, aksine artırır. Evde kalış uzadıkça okula dönüş o ölçüde güçleşir.

- ❖ Çocuğun endişeleri, duyguları üzerinde konuşmak, hem sıkıntısını paylaşmasını hem de anlaşıldığını hissedip rahatlamasını sağlar.
- ❖ Bu sıkıntılı durumun geçici olabileceği, kendisiyle aynı durumda olan başka çocuklarında olduğu anlatılabilir.
- ❖ Boş zaman ve oyun becerileri kazandırarak anne babaya bağımlılık azaltılabilir.
- ❖ Arkadaş toplantıları düzenleyerek, sosyal beceriler kazanmasına fırsat tanınabilir.
- ❖ Anne babanın beklenti düzeyini gerçekçi kılıp çocuğa zaman tanıması korkuyu yenmesini kolaylaştırabilir.

► Öğretmenleri de her şeye kızan, sürekli ceza veren, hep yargılayan bir kişi olarak değil; öğrencileri çok seven, onları yarınlara hazırlayan bir kişi veya kişiler olarak göstermeliyiz.

► Çocuklarımız öğretmenlerini çok sevmeli, onlara derin saygı duymalıdır.



Çocuğunuzu Okuldan Almaya Geç Kalmayın...

- Özellikle de okula uyum döneminde buna çok daha büyük dikkat gösterilmelidir. Aksi takdirde korkusu daha da artacak, uyumu daha da zorlaşacaktır.
- Okulun ilk günlerinde kapıdan bakmak da sizin endişeli olduğunuz ve güven duymadığınız için sürekli izlediğiniz hissi yaratabilir. Bundan da kaçınmanız gerekir.



Okula Uyum Sürecinde Aşağıdaki İfadeleri Kullanmaktan Kaçınınız !

- ❖ Eğer ağlarsan giderim.
- ❖ Okula gitmek zorundasın, gitmezsen okumayı öğrenemezsin.
- ❖ Ağlayacak ne var, bak kimse senin gibi ağlamıyor.
- ❖ Sen artık büyüdün, bebekler ağlar.
- ❖ Hiç arkadaşların ağlıyor mu? Çok ayıp arkadaşların seni görmesin.
- ❖ Sen çok akıllı bir çocuksun neden ağlıyorsun?
- ❖ Böyle davranırsan bu okulda kimse seni sevmez.
- ❖ Ağlamadan sınıfına girersen istediğini sana alacağım.
- ❖ Bugün sınıfında kal; söz yarın seni okula getirmeyeceğim.
- ❖ Acaba bugün başlamasa mı?



EYVAH! ÇOCUĞUM OKUYAMIYOR!

- ❖ Veliler çocuğun hazır bulunuşluk düzeyi, bireysel özellikleri, becerileri ve gelişimsel durumunu göz önünde bulundurmaksızın bir an önce okuma yazmaya geçmesini beklemektedir.
- ❖ Aceleci davranan veliler, çocuklarının eğitim sürecinde hem çocuklar açısından hem de öğretmen açısından sorunlara neden olabilmektedir.



- Bu noktada, veli olarak sizler çocuğunuzun okumaya yazmaya bir an önce geğmesi için endişelenmemeli ve çocuğunuzun farklı bir birey olduğunu unutmamalısınız.
- Bu süre zarfında, çocuğunuzu başka çocuklarla kıyaslamayın.
- Ona kendisinde bir problem olduğunu hissettirecek yaklaşımlardan kaçının ve baskı yaparak endişesini artırmayın. Bu süreçte, farklı etkinliklerle çocuğunuzun bu beceriyi edinmesine destek olun.

BENİM ÇOCUĞUM NEDEN DİĞERLERİ GİBİ DEĞİL?

- ❖ **Kıyaslama yapmak;** ailelerin beklentilerini gösteren ve aileler tarafından çocuğun başarısını arttırabilecek bir yöntem olarak kullanılmaktadır.



- Veliler genellikle "Komşunun çocuğu okumaya geçti, benim çocuğum neden geçemedi?", "Arkadaşların senden güzel yazıyor?" vb. ifadelerle kendi çocuklarının yetersizliklerini bir şekilde dile getirirler.
- Veliler çocuklarını bu şekilde motive edebileceklerini düşünmektedirler. Ancak, çocuk üzerinde baskı oluşturan bu tür ifadelerin aslında kaygıyı arttıran ve başarıya engel olan ifadeler olduğu unutulmamalıdır.

ÇOCUĞUMDAN NELER BEKLIYORUM?

- ❖ Çocuğu hakkında yeterince bilgiye sahip olmayan ve çocuğunu tanımayan velilerin çocuklarından ve okuldan beklentileri gerçek dışı olabilmektedir. Bu noktada veliye çok önemli sorumluluklar düşmektedir. Öncelikle aile çocuğu bütün yönleriyle tanımalı, farklı ortamlarda gözlemlemeli ve bireysel özelliklerinin farkında olmalıdır.
- ❖ Bunun yanında ailenin çocuğun ilgisi ve kapasitesinin farkında olması, neler yapabileceğini kestirerek çocuğa bu noktada iyi bir rehber olması ve çocuğun okul ortamından verimli bir şekilde nasıl yararlanabileceğini çok iyi bilmesi gerekir. Velinin yüksek beklentisi çocuğun cesaretini kırar.



Peki, Ben ocuğuma Nasıl Destek Olabilirim?



ÇOCUĞUMUZU TANIYALIM...

- ❖ Her çocuğun gelişiminin birbirinden farklı olduğunu unutmayınız. Ancak, okula başlarken çocuğunuzun her bir gelişim alanına özgü temel göstergelerin ne kadarını sergilediğini değerlendirmeniz, onun gelişiminde eksik kalan yanları öğrenmeniz açısından da önemlidir.



Genel Gelişimsel Özellikler

Öz Bakım Becerileri ve Motor Gelişim



- ❖ Yürürken ve hareket ederken dengelidir, beden koordinasyonunu sağlar.
- ❖ Kalemı doğru tutarak kontrolünü sağlar.
- ❖ İnsan resmini eksiksiz çizer.
- ❖ Bazı şekilleri ve harfleri kopyalar.
- ❖ Makasla bir şekli kesip çıkarır.
- ❖ Düğme ilikler, fermuarı kapatır.
- ❖ Bağımsız giyinir.
- ❖ **Bağımsız olarak tuvalete gider ve temizliğini yapar.**
- ❖ Yemeklerini kendi başına dökmeden yer.

❖ Öz bakım becerileri ve motor gelişimini desteklemek için;

1. Çocuğunuz için jimnastik, dans, topla oynama, hamur yoğurma, hamura şekil verme vb. etkinlikler planlayabilirsiniz.
2. Temizlik, giyinme ve tuvalet ihtiyacını tek başına giderebilmesi için fermuar açma, düğme kapama, el yıkama gibi egzersizler yaparak rehberlik edebilirsiniz.
3. Örneğin, kıyafet ve ayakkabılarını yardımsız giyemiyorsa, giymeyi öğrenmesi için sabırla bekleyiniz. Eğer okul başladığında hâlâ öğrenememişse, öğreninceye kadar okulda sorun yaşamaması için okula bağıcsız ayakkabılar ile gönderiniz.
4. Okula başlamadan önce, uyku saatlerini aşamalı olarak düzenleyebilirsiniz.

Bilişsel Gelişim

- ❖ İstenen sayıdaki nesneyi verir.
- ❖ Basit toplama ve çıkarma işlemleri yapabilir.
- ❖ Bir resimde gördüğü en az dört nesneyi hatırlar.
- ❖ Basit geometrik şekilleri kopyalar.
- ❖ Zıt ve benzer kavramları doğru ve yerinde kullanır.
- ❖ Dün/bugün/yarın kavramlarını doğru ve yerinde kullanır.
- ❖ Bir hikâyeyi başından sonuna kadar dinler ve ilgili soruları cevaplar.
- ❖ Sırası karışık resimleri bir hikâye oluşturacak şekilde sıraya koyar.
- ❖ Olaylar arasında neden-sonuç ilişkisi kurar.
- ❖ Çevresinde gördükleri ile ilgili sorular sorar ve fikir yürütür.



❖ Bilişsel gelişimi desteklemek için,

1. Resimli kartlarla hafıza oyunları oynayabilir;
2. Okuduğunuz bir öyküyü yarıda bırakarak çocuğunuzdan tamamlamasını isteyebilir
3. Basit bir görseli kâğıda aktarmasına yardımcı olabilir;
4. Nesnelerle basit toplama, çıkarma, eşleştirme, karşılaştırma ve gruplama işlemleri yapabilirsiniz.

- ❖ Duygu ve düşüncelerini anlaşılır ve akıcı bir biçimde aktarır.
- ❖ Bir olayı ya da durumu baştan sona anlatır.
- ❖ Sohbeti başlatır, sürdürür ve sonlandırır.
- ❖ Yönergeleri takip eder ve yerine getirir.
- ❖ Dinledikleri ve izledikleri ile ilgili soru sorar, soruları yanıtlar.
- ❖ Çevresinde gördüğü görsel ve yazılı materyali inceler, açıklar.



❖ Dil gelişimini desteklemek için;

1. Çocuğunuzla günlük yaşam deneyimleri hakkında sohbet edebilir,
2. Her gün en az bir iki sayfa öykü okuyabilir, bununla ilgili sorular sorabilir ve sorduğuşoruları yanıtlayabilirsiniz.
3. Çevrede gördüğüşembol ve yazılarla ilgili sohbet ederek yazı farkındalığı geliştirmesine yardımcı olabilirsiniz.

Sosyal ve Duygusal Gelişim

- ❖ Anne ve babadan ayrı kalmakta sorun yaşamaz.
- ❖ Okula gelirken istekli ve mutludur.
- ❖ Arkadaşları ile yaşadığı sorunla baş eder.
- ❖ Başkalarının duygularına duyarlıdır.
- ❖ Arkadaşları ile olumlu ilişkiler kurar ve sürdürür.
- ❖ Aldığı sorumluluğu yetişkin yönlendirmesi olmadan yerine getirir.
- ❖ Tehlikeleri fark eder ve kendini korur.
- ❖ Olumsuz duygularını başkalarına zarar vermeden ifade eder.
- ❖ Konuşmak için sırasını bekler.
- ❖ Kuralların önemini bilir ve uyum sağlar.

► **Çocuğunuzun sosyal-duygusal gelişimini desteklemek için;**

1. Onunla duyguları hakkında konuşabilir, kendi duygularını anlatması için fırsatlar sunabilirsiniz.
2. Okul yaşantısı ile ilgili olumlu yorum ve deneyimlerinizi onunla paylaşmanız okul hakkında olumlu bir tutum geliştirmesine yardımcı olacaktır.

OKUL-AİLE İŞBİRLİĞİNİN SAĞLANMASI

- ❖ Öğretmen ve idareciler, sizleri çocuğunuz ile ilgili problem teşkil eden durumları görüşmek için okula çağırdıklarında, onlarla iş birliği içerisinde hareket etmeniz, çocuğunuzun da okul ve ev arasındaki devamlılığı algılamasını kolaylaştırır.



- ❖ İlkokula geçiş sürecinde veli ile okul arasında;
- ❖ Süreci değerlendirme, duygu, düşünce ve bilgilerin paylaşılması, çocuğun gelişimini takip etme, var olan sorunları belirleme ve uygun çözümler üretme gibi konularda gerçekleşen iletişimin çocuğun başarısı üzerinde oldukça etkili olduğu bilinmektedir.
- ❖ Sizler de iletişim kurmak istediğiniz konularda randevu olarak ilgili okul personeliyle iletişime geçebilirsiniz.

DİKKAT EDİLMESİ GEREKEN

DİĞER HUSUSLAR!!!

OKULA HAZIRLIK YAPARKEN...

- ❖ Çocuğunuz okula başlamadan önce **görme ve işitme sorunu** olup olmadığını kontrol ettiriniz. Bu sorunlar çocuğunuzun okul başarısızlığının nedenlerinden biri olabilmektedir. O yüzden erken teşhis ve tedavi son derece önemlidir.
- ❖ Çocuğunuzun devam eden bir hastalığı varsa ve düzenli kullandığı bir ilaç varsa bu durumu öğretmeni ile paylaşınız.

Uyku düzenini artık çok daha önemli...

- Bu yaşlarda çocukların en az 9-10 saat uykuya ihtiya ı vardır.
- Uykusunu alamayan çocukların önce okula uyum sürecinde, daha sonrasında okul ve ders başarısında da zorlanacağı unutulmamalıdır.



Beslenme

- Çocuğunuzun beslenmesine dikkat edin.
- Çocuğunuzun kahvaltı yaptırmadan veya yemek yedirmeden kesinlikle okula göndermeyin.
- Okul çağındaki çocuklar, büyüme ve gelişme döneminde olduklarından, günlük ortalama almaları gereken kalori miktarı ve alacakları besinlerin dengeli olmasına özen gösterilmesi gerekiyor.
- Bu konuda titiz olun. Yemeklerini zamanında yedirin.



Televizyon ve Bilgisayar Düzenlemesi

- Televizyon izlemede çocuğunuza seçici olma alışkanlığı kazandırın.
- Sürekli televizyon izlemek çocuğunuzun başarısını olumsuz yönde etkiler. Ancak bunu zor kullanarak değil, ikna ederek gerçekleştirin.
- Tıpkı televizyon konusunda olduğu gibi bilgisayar konusunda da bilinçli, sınırlarını bilen ve irade gösteren çocuklar olmaları için çaba sarfedilmelidir.



Oyun oynamaya kısıtlama yok

- Oyun, çocuğun en az beslenme kadar temel bir ihtiyacıdır.
- Okula başlaması ile birlikte oyuna büyük bir kısıtlama koymaya kalkışılmamalıdır.
- Bir çocuk asla oyun oynamama ile cezalandırılmamalıdır.



Kılık-Kıyafet

- Çocuğunuzun kılık-kıyafetine özen gösterin.
- Kıyafetlerinin okul kurallarına uymasına ve temizliğine dikkat edin.
- Bu aynı zamanda kendisini okula ait hissedip, okulu daha hızlı benimsemesine de katkı sağlayabilir.



Devamsızlık yapmamaya özen gösterin...

- Gerek okula uyum döneminde gerekse çocuğunuzun daha sonraki öğrenim hayatında devamsızlık yapmaması konusunda hassas davranın.
- Hastalık gibi durumlarda ise evde dinlenmesi okula gelmesinden daha yararlıdır.



ANNE BABA OLARAK ÇOCUĞUN ÖDEVLERİNE VE DERSLERİNE NE KADAR MÜDAHALE ETMENİZ DOĞRU OLUR?

- Anne babanın ders konusundaki yaklaşımı mümkün olduğunca olumlu olmalıdır.Okul ve dersle ilgili konularda eleştirel ve baskıcı tutumlardan uzak durulmalıdır.



•Çocuğun ödevini zamanında yapmaması, derslerine çalışmaması durumunda sürekli yargılanması, sorgulanması ve eleştirilmesi çocuğun hem derslerinden soğumasına hem okula karşı negatif duygular beslemesine neden olur.



- Anne baba çocuğa ihtiyaı olduğunda yardım edebileceğini açık ve net biçimde ifade etmeli ama çocuğun yerine hiçbir şekilde sorumluluk olmayacağını da hissettirmeli. dolayısıyla çocuk verilen ödevleri kendisi yapmalı, anlayamadığı zaman ya da kontrol edilmesi aşamasında anne baba yardım etmelidir.



Bu yaştaki çocukların dikkat süreleri kısa olduğu için, ders çalışma süresi 20- 30 dakika kadar olmalıdır. 10 dakika kadar ara verildikten sonra tekrar ders çalışılabilir.



- Zaman zaman öğretmeninden çocuğunuzun ders ve davranışları hakkında bilgi alın.



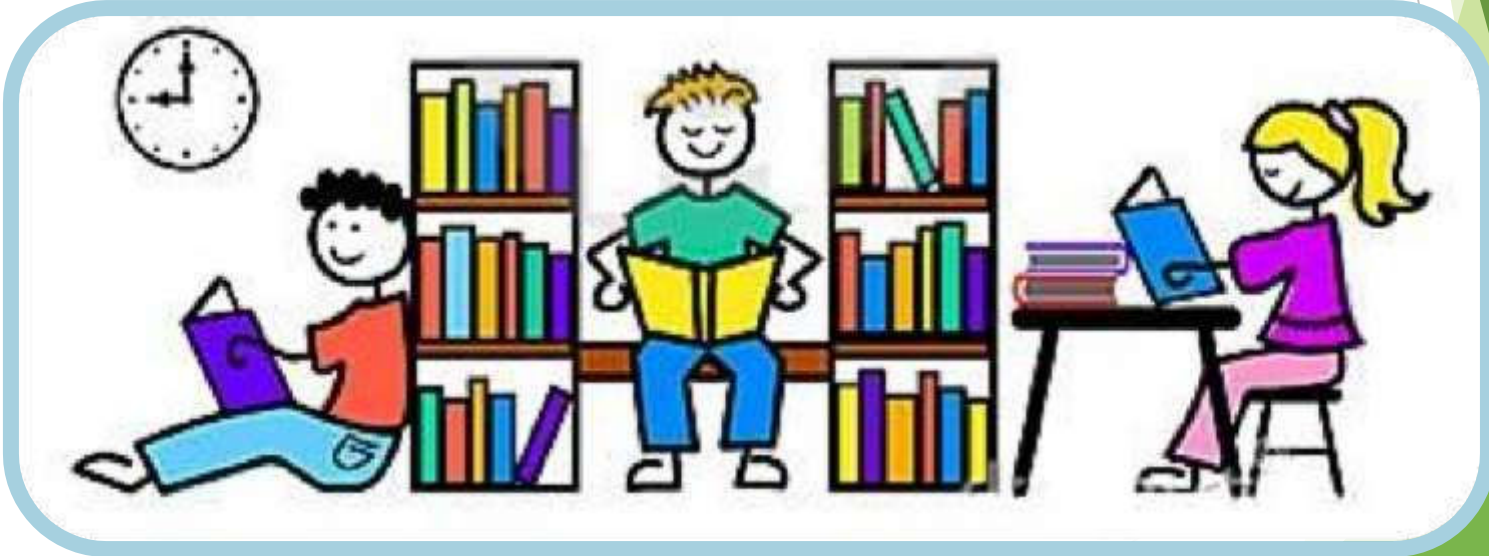
ÖDEV YAPILIRKEN ANNE BABANIN GÖREVLERİ

Uygun ödev zamanı belirlemek

Uygun yer belirlemek

Gerekli malzemeyi sağlamak

Sınırlı bir yönlendirme ve yardım sağlamak



Motive edici olmak

Yapılmama durumu için mantıksal sonuç belirlemek

Mantıksal sonucu uygulamak



Anne Babanın Hataları

- ★ Ödevi sık sık sorgulamak, hatırlatmak.
- ★ Ödev yapılmadığında sadece uzun nutuklar çekmek, söylenmek, Aşağılamak

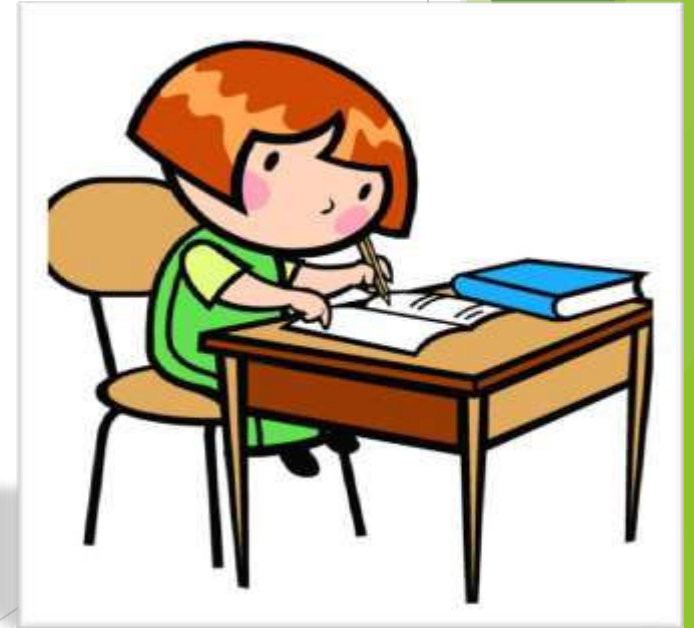


- ★ Ödev yaparken sürekli çocuğun yanında olmak.
- ★ Her aşamasında ödev müdahale etmek, daha mükemmel olmasını istemek.
- ★ Ödevleri kontrol edip, sıkı düzeltmeler yapmak.



ÖDEV SAATİ

- ★ Çocuk dinlenmiş ve temel ihtiyaçları karşılanmış olmalı.
- ★ Tutarlı ve sabit bir zaman olmasına özen gösterilmeli.
- ★ Ödev süresi belirli olmalı, yani başlangıç saati belli olduğu gibi bitiş saati de belli olmalı.
- ★ Çocuğun yaşına ve dikkat süresine göre belirlenmeli ve 2-3 parçaya bölünmeli



- ★ Erken bir saat olmalı, ödevler bittikten sonra çocuğa kendisi için ayırabileceği bir zaman kalmalı.



**DİNLEDİĞİNİZ İÇİN TEŞEKKÜR
EDERİM**

