T.C.
KARLSRUHE BAŞKONSOLOSLUĞU
EĞİTİM ATAŞELİĞİ
PSİKOLOJİK DANIŞMA VE REHBERLİK HİZMETLERİ BÜLTENİ

"Vatanını en çok seven görevini en iyi yapandır."

Sayı 6, Temmuz 2020

PDR Hizmetleri Servisi- Hatice AKKAN- Diğdem TEMEL GÜNDÜZ- Hatice TURAN-Eğitim Ataşesi Uğur ACAR

SALGIN SÜRECİNDE ÖĞRENCİLER YAZ TATİLLERİNİ NASIL DAHA VERİMLİ GEÇİREBİLİRLER?

Dünyayı etkisi altına alan salgına karşı alınan tedbirler kapsamındaki kısıtlamalar sebebiyle evde uzun süre zaman geçirilmesi ve salgının psikolojik etkileri nedeniyle öğrenciler bu yıl zorlu bir eğitim öğretim süreci geçirdiler. Yaz tatilini de yeni normal dönemin sınırları içinde geçirecek öğrencilerin, tatil sürecinde hem dinlenmek hem eğlenmek hem de öğrenmek için günlük rutinlerini dengeli planlamaları çok önemlidir.

Çocukların, tatil döneminde karne sonucuna göre ödüllendirilmesi veya cezalandırılması yerine sosyal aktivite ve etkinliklerle salgın psikolojisinden uzaklaşmaları, her koşulda anne baba olarak yanlarında olduğunuzu hissetmeleri çok önemlidir.

Cezalandırma, kötü olan durumu daha kötüleştirmekten başka bir işe yaramayacaktır. Çocuklarınızın sahip oldukları yetenek, beceri, ilgi, merak düzeyleri ile bilişsel ve entelektüel kapasitelerinin farkında olmanız, bu anlamda onları desteklemeniz, başarı duygusunun yaşanması ve özgüven gelişimi için faydalı olacaktır.

Nitelikli bir iletişim ve uygun bir yaklaşım içinde, başarısızlığın neden ve sonuçları konuşulabilir. Cezalandırmak, başarıyı temel alarak çocuklar arası farklı tutum sergilemek ya da akranları ile karşılaştırmak gibi tutumların başarı düzeyini artırmasını beklemek yanlış olacaktır.

Neden başarısız oldu, eksikleri neler ve bundan sonra neler yapmak gerekir? Bunları konuşmak ve sonuca bağlamak önemlidir. Çocukla hayallerini, isteklerini konuşmak ve ne olursa olsun her zaman yanında olduğunuzu, en kıymetliniz olduğunu çocuğa hem söylemek hem de hissettirmek onlara verebileceğiniz en güzel hediyedir.

Normal süreçten farklı olarak bu yıl, siz anne babalar da en az çocuklar kadar, belki daha fazla yoruldunuz. Tüm bunlardan sonra yaz tatili, öncelikle bir dinlenme süreci olmalıdır. Bununla birlikte; dinleme döneminin doğru ve verimli bir şekilde geçirilmesi çok önemlidir. Tatilin iyi değerlendirilmesi aile bireyleri arasındaki ilişkilerin güçlenmesini, çocukların bir sonraki eğitim-öğretim yılına daha istekli başlamalarını, mevcut becerilerini korumalarını ve geliştirmelerini sağlayacaktır.

Birçok öğrenci için tatil, defter ve kitabın bir köşeye atıldığı, bütün gün televizyon karşısında ya da bilgisayar başında zaman geçirilen bir dönem olarak algılanmaktadır. Uyku saatlerinin tamamen değiştiği böyle bir tatil anlayışı sonrası tembelliğe alışan bünye, okullar tekrar açıldığında normal düzene dönmek için çok zorlanacaktır.

Yaz tatili süresince çocuklar için nasıl bir tatil programı belirlenmeli?
Yaz tatili, bir sonraki seneye hazırlanmak için verimli bir şekilde nasıl değerlendirilmeli?

"En verimli tatil şu şekilde geçirilir..." diye kesin bir hükümde bulunmak çok güçtür. Çünkü bir takım bireysel farklılıklar nedeniyle çocukların ihtiyaçları birbirlerinden farklı olabilmektedir. Bu sebeple fikir verme açısından iyi bir tatilin nasıl olması gerektiğini genel çerçevede sizlerle paylaşmak istiyoruz.

Yaz tatillerini verimli ve güzel geçirmek için öğrencilerin kendilerine mutlaka bir tatil programı hazırlaması gerekmektedir. Bu programda dinleme ve eğlenmeye ağırlık verildiği gibi çocuğun o yıl içinde bilgi ve beceri olarak yakaladığı noktayı kaybetmemesi yönünde akademik çalışmalara da yer verilmelidir. Örneğin çarpım tablosunu tamamıyla öğrenen bir çocuğun ilk hedefi çarpım tablosuyla problemler çözmeyi öğrenmek değil, çarpım tablosunu unutmamak olabilir. Bunun üzerine eklenecek her bilgi elbette kâr olacaktır; ama ilk amaç, geride kalan senenin bilgilerini muhafaza etmek, yani öğrenilen konuların tekrarını yapmaktır. Bu program, okul döneminde olduğu gibi ders çalışma ağırlıklı olmamalıdır. Dinlenme ve eğlenme aktivitelerinin yanı sıra, eğlenerek öğrenebilecekleri aktivitelerin planlamaya eklenmesi çocuğun yararına olacaktır.

Tatil sürecinin en önemli sorunu, çocukların bilgisayar oyunlarında ve sosyal medyada bağımlılık ölçüsünde vakit geçirmeleri olabilmektedir. Dikkat edilmesi gereken önemli nokta, tatil sürecindeki günlük rutinlerin baştan planlanmasıdır.

Bu süreçte oyun oynama, arkadaşlarla vakit geçirme, spor ve sanat etkinliklerine katılma, hobi geliştirme gibi çeşitli etkinlikler faydalı olacaktır.

Sürekli olarak bilgisayarda oyun oynamak veya sürekli sosyal ortamlarda vakit geçirmek gibi aşırı zaman tüketici etkinlikler yerine; farklı alanlara yönelmek ve tüm bu etkinlikler için ayrılan zaman konusunda bir denge oluşturmak doğru planlamanın yapılması için önemlidir.

Özellikle bilgisayar oyunları ve sosyal medyada geçirilen sürenin kısıtlanmasını öneriyoruz. Çünkü televizyon ve bilgisayar çocukların pasif kalmasına neden olarak, üretkenliklerini olumsuz etkilemektedir. Çocuklarımıza bunlar yerine, aktif ve üretken olabilecekleri uğraşlar sunmalıyız. Yaşlarına uygun şekilde seçilecek oyuncak, materyal ve faaliyetler gelişimlerini ve yaratıcılıklarını destekleyecektir.

Tatiller aile içi ilişkilerin geliştirilmesi açısından da büyük önem taşır. Özellikle çalışan anne-babaların izin dönemlerini çocuklarının tatil döneminde kullanması sınırlı aile iletişimini arttıracak, ilişkileri güçlendirecektir. Bu nedenle tatil planında çocuğun ailesiyle ortak aktiviteler yapabileceği, birlikte keyifli vakit geçirebileceği özel zamanların olması faydalı olacaktır.

Kitap okuma yorucu bir faaliyet değildir. Bu nedenle tatilde de çocuğun okumaya ara vermemesi okuma alışkanlığının kaybedilmemesi açısından çok önemlidir. Ailece kitapçıları ziyaret edebilirsiniz, çocukların kişisel zevklerini sorgulayarak özgürce kitap seçimi yapmalarını sağlayabilirsiniz. Ders yılı içerisinde çoğunlukla ders kitaplarını okuma önceliği olan çocuklar için yaz tatili farklı konularda kitap okumak için muhteşem bir fırsattır.

Okumayı bir zorunluluk değil, keyif alınan bir tercih olarak görürlerse kitapla aralarında kurdukları bağ çok daha kuvvetli olacaktır. Günün özellikle sıcak saatlerinin, ailece okuma saatleri olarak belirlenmesi faydalı olacaktır.

Ayrıca, yaz tatili çocuğun bireyselleşme sürecine katkıda bulunmak için bir fırsat olarak görülebilir. Çocuk, anne babanın katılmadığı bir gençlik kampına gidebileceği gibi, şehirden uzakta ya da Türkiye'de doğayla iç içe yaşayan anneanne, babaanne, dede ziyareti de yapabilir. Sonuç olarak, yaz tatili akademik eksikliklerin kapatıldığı, kazanılmış bilgilerin muhafaza edildiği bir dönem olarak görülmeli; fakat yoğun ve yorucu geçen bir ders yılından sonra çocuğun özellikle fiziksel ve sosyal ihtiyaçlarının beslenmesi gereken bir zaman olduğu da unutulmamalıdır.

Doğal güzellikleri ve tarihi zenginlikleri ile hem dinlenme hem de yeni bilgiler edinip kültürel olarak gelişmeye olanak veren yerlere geziler yapmak faydalı olacaktır. Yapılacak çevre gezileri, doğa yürüyüşleri, bisiklete binme gibi faaliyetler çocukları hem mutlu edecek hem de onların doğa ve çevre ile ilgili pek çok şeyi yaşayarak öğrenmesini sağlayacaktır. Özellikle doğa gezileri rutinin dışına çıkarak, değişik koşullara uyum gösterebilme ve farklı çözümler üretebilme becerilerini geliştirecek, çevre ve canlılar ile ilgili duyarlılık geliştirmeyi sağlayacaktır.

Sizin çocuğunuza zaman ayırarak onunla özel bir şeyler yapmanız da çok önemlidir. Sahilde ya da göl kıyısında yürüyüşler yapmak, birlikte yüzmek, kumda oynamak, balık tutmak çocuğunuz için eğlenceli ve geliştirici olacaktır.

Okulda bilgiler kitap üzerinden verilir. Yapılan araştırmalar, yaşantısal deneyimlerle gerçekleşen öğrenmelerin zihni hem daha çok beslediği hem de bu bilgilerin daha kalıcı olduğu yönündedir. Yaz ayları özellikle çocukların doğayı öğrenmeleri için bulunmaz bir fırsattır.

Bir fizik dersinde birçok formülle öğreneceği denge kavramını, yaşantısal bir deneyim olan ağaca tırmanmayla pekâlâ kavramsal olarak öğrenebilir. Bu nedenle yaz tatilinde çocukların mümkün olduğunca sanat, kültür, doğa etkinliklerine teşvik edilmeleri önemlidir. Ebeveynler güvenli olduğunu bildikleri yerlerde, çocuğun sokakta oynamasına da izin vermelidir. Sokakta oynamak hem fiziksel gelişim hem de bilişsel gelişimin yordama alanı için faydalıdır.

Tatil planlarınıza çocuğunuzu da dâhil edin. Birlikte çıktığınız yolculuklarda, gittiğiniz yerlerde herkesin ilgi ve merakına uygun etkinlikler belirlemeye çalışın. Çocuğunuzla birlikte ziyaret etmeyi planladığınız şehir ya da ülke ile ilgili tatil öncesi yazılar okuyun, videolar izleyin. Bu sayede çocuğunuzun hem öğrenip hem eğlenmesi için fırsat sağlamış olacaksınız. Çocuğunuz ve sizin ilgileriniz doğrultusunda ziyaret edeceğiniz yerler ile ilgili yapılacaklar listesi oluşturabilirsiniz; müze, tarihi eser...

https://www.ktb.gov.tr/TR-96599/sanal-gezinti.html

https://www.panoramikmuze.com/tr

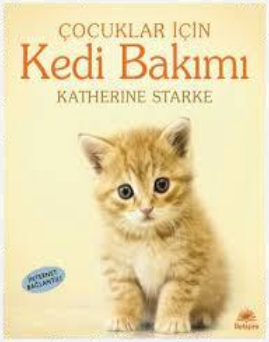
https://istanbuloyuncakmuzesi.com/

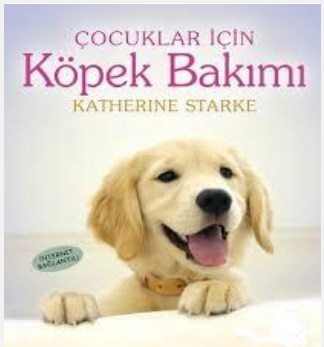
ve daha nice çevrim içi müzeler…

Çocukların tatil döneminde, özellikle de anne-babanın çalıştığı aileler için yaz okulları iyi bir alternatif olacaktır. Yaz okullarının programlarını inceleyerek çocuğunuzun isteğine göre bir aktiviteden faydalanmasını sağlayabilirsiniz.

Bunun gibi grup çalışmalarının yapıldığı ortamlar çocukların sosyal becerilerini ve duygusal zekâlarını geliştirmelerine katkıda bulunacaktır.

Çocuklar spor etkinlikleri ile artan bedensel enerjilerini uygun bir şekilde kullanabilirler. Bu, fiziksel olarak sağlıklı bir şekilde gelişmelerini de sağlayacaktır. Yaz tatillerinde, akranlarından çok yetişkinlerle vakit geçiren çocukların, akran ilişkilerinin gerektirdiği becerileri yerine getirmede zorlandıkları düşünülmektedir.





Ev işlerinde yardım talep ederek çocuklarda sorumluluk duygusunu geliştirebiliriz. Tatil programınıza mutlaka çocuğunuzun rutin olarak üstlenebileceği küçük sorumluluklar ekleyin. Çiçekleri sulama, odasını toplama, çamaşırları katlama, suyu ya da çöpü takip etme, varsa hayvanının bakımıyla ilgilenme gibi çocuğunuzun da keyifle yapabileceği bir görevi düzenli olarak yapmasına özen gösterin. Çocuğun spor, sanat ve diğer alanlarda, kendi seçeceği bir konuda hobisinin olması sağlanmalıdır. Bu sayede çocuk, eğlenerek kendi yetenek ve becerilerini geliştirecektir.

Yaz tatilini planlamak...

Geçmiş akademik yılın ve karnenin değerlendirilmesi

↓

Yaz planının ana hatlarını belirlemek ve tatil planını yazıya dökmek

↓

Konu tekrarı ve eksik bilgileri tamamlamayı zamana yaymak

Ailece zaman geçirmek

Kitap okumak | **Spor yapmak**

↓

Tarihî ve kültürel geziler yapmak

Sosyal aktivitelere katılmak

↓

Ekran başında geçirilecek zamanı belirlemek

Günlük tutmak

ÇOCUKLARLA YAPABİLECEĞİNİZ yaz etkinlikleri

Güzel bir yaz tatili çocuklarımızı bekliyor. Sizin tatil planlarınıza ek olarak bizim de bazı önerilerimiz var. İşaretlediğiniz her etkinliğin, yavrularımızın çocukluk anılarına unutulmaz güzellikler katması dileğiyle... İyi tatiller!

- ☐ Bir çiçek dikin ve büyütün
- ☐ Doğa yürüyüşü yapın
- ☐ Üç ağaç türü öğrenin
- ☐ Beştaş oynayın
- ☐ Müze ziyareti yapın
- ☐ Birlikte bir ağaca çıkın ve doğayı seyredin
- ☐ Mevsim meyvelerinin çekirdeklerini toprağa ekin
- ☐ Sokaktaki taşları kaldırarak altında solucan, böcek arayın
- ☐ Bir bilim insanının hayatını araştırın
- ☐ Sokak hayvanlarına su verin
- ☐ Salıncak kurun
- ☐ Birlikte yemek yapın
- ☐ Yeni bir masal öğrenin
- ☐ Uçurtma yapıp uçurun
- ☐ Kâğıttan gemi yapmayı öğretin
- ☐ Kendi çocukluk anılarınızı anlatın
- ☐ İp baskısı yapın
- ☐ Sokaktan topladığınız taşları boyayın
- ☐ Otlardan düdük yapmayı öğretin
- ☐ Birlikte evinizi temizleyin
- ☐ Birlikte bisiklete binin
- ☐ Birlikte satranç oynayın
- ☐ Bir dünya haritası edinerek ülke bulma oyunu oynayın
- ☐ Çocuğunuza yüksek sesle kitap okutun
- ☐ Kurabiye, kek vb. bir şey yaparak komşularınıza götürün
- ☐ Su ve enerji tasarrufu yöntemlerini birlikte öğrenin
- ☐ Birlikte bir film izleyin, senarist ve yönetmeni birlikte araştırın
- ☐ Birlikte yürüş yapın, adımlarınızı sayın
- ☐ Düğme ve sökük dikmeyi öğretin
- ☐ Kuşlara yem verin
- ☐ Birlikte bir hikâye yazın
- ☐ Çivi çakmayı öğretin
- ☐ Birlikte kitap okuyun
- ☐ Aile büyüklerini ziyaret edin
- ☐ Saklambaç oynayın
- ☐ Birlikte ip atlayın
- ☐ Birlikte bir tekerleme öğrenin
- ☐ Birlikte bir şiir ezberleyin
- ☐ Birine bir mektup yazın ve postalayın
- ☐ Bir karınca yuvası bulun ve ekmek kırıntıları bırakın
- ☐ Çamaşır katlamayı ve ütü yapmayı öğretin
- ☐ Pencereden bakıp gördükleriniz hakkında konuşun
- ☐ Birlikte reçel yapın
- ☐ Farklı ağaçlardan yapraklar toplayın ve bir deftere yapıştırın
- ☐ Birlikte limonata veya meyve suyu yapın
- ☐ Birlikte kuşları gözlemleyin
- ☐ Birlikte bir ilk yardım detayı öğrenin
- ☐ Üç farklı kuş ve balık türü öğrenin
- ☐ Bir ihtiyaç sahibine birlikte yardım edin
- ☐ Bir tanıdığınızla röportaj yapın
- ☐ Birlikte bir takı tasarlayın
- ☐ Bir ressamın hayatını araştırın
- ☐ Birlikte top oynayın
- ☐ Doğadan topladığınız malzemelerle bir fotoğraf çerçevesi yapın
- ☐ Kendi kendine yapabileceği bir yemek öğretin
- ☐ Kütüphaneye gidin ve üye olun
- ☐ Birlikte ekmek yapın
- ☐ Ailece yere uzanıp yıldızları izleyin
- ☐ Büyük bir tepeye tırmanın
- ☐ Size özel bir selamlaşma bulun
- ☐ Bir makine veya cihazı sökerek parçalarını yerine takın
- ☐ Birlikte sofra kurun
- ☐ Yoğurt yapmayı öğretin
- ☐ Sessiz sinema oynayın
- ☐ Doğada yön bulmayı öğretin
- ☐ Evin ihtiyaç listesini hazırlatın
- ☐ Birlikte resim yapın
- ☐ Güneşin doğuşunu ve batışını izleyin
- ☐ Yeni bir dilde selamlaşma ve teşekkür etmeyi öğrenin
- ☐ Bir kitapçıya gidin
- ☐ Birlikte basit bir deney yapın
- ☐ Birlikte bir fidan dikin
- ☐ Bir akvaryumu gözlemeyin ve ilginizi çeken detayları not alın

meb.gov.tr