



AYRANCILAR ATATÜRK İLKOKULU
PSİKOLOJİK DANIŞMA VE
REHBERLİK SERVİSİ

OKULA UYUM (ORYANTASYON) REHBERİ



Eylül Veli Bülteni

Bu "El Rehberi" Okul Fobisini Azaltmak Amacıyla Hazırlanmıştır

EBEVEYN EL REHBERİ

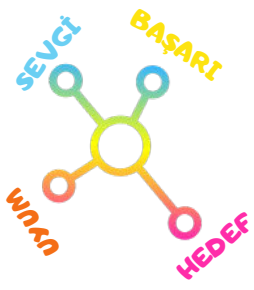
**2025-2026
EĞİTİM ÖĞRETİM
YILI**



PDR Servisi'nden...

Eğitim kademelerinin bütün evrelerinde, özellikle de okul yıllarının başlangıcında; ailenin çocuğun başarısı üzerinde önemli bir etkisi olduğu bilinmektedir. Eğitim sürecinin kalitesini arttırmak, çocuğun sağlıklı bir şekilde gelişim göstermesine imkân sağlamak ve eğitim öğretim faaliyetlerinin tümünde aktif olarak bulunmak velilerin **birincil** görevlerindendir. **Çocuğunuzun eğitimi okul ve sizler arasında paylaşılan önemli bir sorumluluktur.** Veli olarak sizler; çocuğunuzun eğitimine ne kadar erken katılırsanız çocuğunuzun kazanımları da o oranda artacaktır. Velinin çocuğun eğitimine katılımı, okul ve ev arasındaki devamlılığı sağlayarak kazanılan bilgi ve becerilerin pekiştirilmesinde ve eğitimde sürekliliğin sağlanması sonucunda **başarının artmasında** önemli bir etkidir. Değerli velilerimize bu süreçte destek olmak amacıyla veli bülteni hazırladık.





Çocuğunuzu **okula hazırlamak**, onun uyum sağlamasını kolaylaştıracak, **okulu sevmesi ve başarılı olmasına** yardımcı olacaktır.

SAYFA
1

OKULA BAŞLARKEN

ÇOCUĞUMU TANIYORUM

SAYFA
2-6

Bu bölümde, okula başlayacak olan çocuğunuzun **temel gelişimsel özellikleri** ile ilgili bir takım bilgiler bulacaksınız.

Çocuğumun Gelişim Alanlarını Nasıl Desteklerim? sorusunun cevabı sizlerle...

SAYFA
7

OKULA HAZIRLIK YAPARKEN

OKULA ALIŞMADA YAŞANAN GÜÇLÜKLER

SAYFA
8-9

Bu dönemde ailelerin sıklıkla yaptığı ve **çocuğun okula alışma sürecini olumsuz şekilde etkileyebilen** bazı örnekler verilmiştir!

EYVAH!
ÇOCUĞUM OKULA GİTMEK İSTEMİYOR!
NE YAPMALIYIM?
Sorusunun cevabını El Rehberimizin bu bölümünde bulabilirsiniz!

SAYFA
10-11

Okula Uyum Sürecinde Yaşanan Sorunlarla Nasıl Başa Çıkabilirim?

ETKİNLİKLER

SAYFA
12

Bu etkinlikler, çocuğunuzun **okula hazırlanma sürecini** kolaylaştıracak ve **okulda ihtiyaç duyabileceği temel becerileri** geliştirecek niteliktedir.
Bu etkinlikler ile **çocuğunuzun okul hakkında bilgi sahibi** olarak okula başlamış olması hedeflenmektedir.

OKULA BAŞLARKEN...

Sizler çocuğunuzun okula başlamasının gururu içindesiniz. Uzun yıllar sürecek eğitim öğretim hayatının başlangıcı olan anasınıfı ve ilkokul 1.sınıf siz ve çocuğunuz için farklı yaşantıları içermektedir. Çocuğunuzu bu süreçte, bu duruma hazırlamak gerekecektir.



Bunlara ek olarak, çocuğunuzun okula uyum sağlayabilmesi için çeşitli **duygusal** ve **davranışsal** göstergeler de göz önünde bulundurulmalıdır; çocuğun fiziksel, zihinsel, sosyal ve duygusal gelişim düzeyi okula uyum sağlamada **göz ardı edilmemelidir**. İlerleyen bölümlerde çocuğunuzu okula hazırlamakta size yardımcı olabilecek bilgilere yer veriyoruz.

Örneğin; anasınıfında nelerle karşılaşacağı ile ilgili basit ve açık bir dille bilgilendirmeler yapabilirsiniz. Veya ilkokula başlayan çocuklar; anasınıfına giderken, sınıfta oyun oynadıkları için ilkokulu da oyun oynanacak yer olarak algılayıp hayal kırıklığı yaşayabilirler. Bu nedenle ona ilkokulun nasıl bir yer olduğunu, okuma yazma, matematiksel işlemler gibi önemli öğrenme süreçlerine gireceğini açıklayın. Tüm bunların yanında **ilkokulun eğlenceli bir süreç olduğunu** da vurgulayın.



ÇOCUĞUMU TANIYORUM



Bu bölümde, okula başlayacak olan çocuğunuzun **temel gelişimsel özellikleri** ile ilgili bir takım bilgiler bulacaksınız. Bu bilgiler, okula başlayacak olan çocukların genel gelişimsel özelliklerini yansıtmaktadır. **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. Bu nedenle aşağıda bu yaş grubuna ait özelliklere yer verilmiştir. Bu gelişim özelliklerini çocuğunuzu düşünerek dikkatle okuyunuz. **Lütfen çocuğunuzu değerlendirirken onun değerli ve eşsiz olduğunu unutmayınız.**

GENEL GELİŞİM ÖZELLİKLERİ (48-60 AY)

Bilişsel Gelişim (48-60 ay)



- Farklı dokulardaki nesneleri/varlıkları ayırt eder.
- Nesnelerin/varlıkların yapıldığı malzemeyi söyler.
- İnsan resmini altı ögeyi içerecek şekilde çizer.
- Ana ve ara renkleri adlandırır.
- Verilen iki yönergeyi hatırlar.
- Nesnelerin/varlıkların işlevlerini söyler.
- Nesneleri/varlıkları işlevsel özelliklerine göre sınıflandırır.
- Beşten fazla nesneyi boyutlarına göre sıralar.
- Bir olayı oluş sırasına göre sıralar.
- Beşe kadar eşit sayıda elemanı olan iki grubu birebir eşleştirir.
- Nesnelerden/varlıklardan oluşan üçlü örüntüleri devam ettirir.
- Nesnelerden/varlıklardan oluşan ikili/üçlü örüntüleri kopyalar.
- Birden yirmiyeye kadar ritmik sayar.
- Ona kadar olan sayılar için belirli bir sayıdan başlayarak ileri doğru sayar
- Birden ona kadar yazılı sayıları tanır. Nesneler/varlıklar ile rakamlar arasında ilişki kurar. En fazla on nesne içinden istenilen sayıdaki nesneyi verir. En fazla dört nesnenin kaç tane olduğunu saymadan söyler. Parça bütün arasındaki ilişkiyi açıklar. Geometrik şekilleri, kenar ve köşe özelliklerine göre birbirinden ayırt eder.
- Nesne/varlıkların mekandaki konumunu söyler. Mekânda konum ile ilgili yönergeleri uygular. Gösterilip kapatılan bir görseldeki en az dört ayrıntıyı hatırlar. Kısa bir süre önce gördüğü nesne/varlık/kişi/görselle ilgili sorulara yanıt verir. Görseldeki eksik parçaları tamamlar. Görselleri kullanarak öykü oluşturur. Bir durumun/olayın nedenleriyle sonuçlarını ilişkilendirir
-
-
-

Dil Gelişimi (48-60 ay)



- Verilen sese benzer sesler çıkarır.
- Sesin kaynağının ne olduğunu söyler.
- Sesler arasındaki benzerlikleri/farklılıkları söyler.
- Jest ve mimiklerini kullanır.
- Bileşik cümleler kurar.
- Kurallı cümle ile konuşur.
- Dört-beş sözcüklü cümle kurar.
- Tekil ve çoğul sözcükleri yerinde kullanır.
- Bağlaçları kullanır.
- Olumsuz sözcük yapıları kullanır.
- Edat kullanır.
- İşaret ve kişi zamirlerini kullanır.
- Geçmiş ve gelecek zaman ifadelerini kullanır.

- Ünlem cümleleri kullanır.
- Zıt anlamlı sözcükleri kullanımı artar.
- Sözcüklerin anlamlarına ilişkin tahminlerini söyler.
- Neden, nasıl, kimin gibi sorulara yanıt verir.
- Neden, nasıl, kimin gibi sorular sorar.
- Dinledikleri/izlediklerini başkalarına anlatır.
- Kısa, basit öykülerle ilgili sorulara yanıt verir.
- Deneyimleriyle ilgili konuşur.
- Art arda verilen üç veya dört yönergeyi sırayla yerine getirir.
- Nesnelerin işlevlerini sorar.
- Konuşurken/şarkı söylerken sesinin hızını ayarlar.
- Konuşmaları anlaşılır.
- Konuşmayı başlatır/sürdürür/sonlandırır.

Fiziksel/Motor Gelişim (48-60 ay)



- Dairesel çizgide yürür. Yön değiştirerek koşar.
- Ortalama yirmi beş-otuz cm yükseklikten atlar.
- Engelin üzerinden çift ayak atlar. Tek ayak üzerinde ritmik olarak beş-altı kez sıçrar. Galop hareketi yaparak ilerler. Kayma adımı yaparak ilerler. Topu yerde iki-üç kez sektirir. Küçük topu tek elle atar. Atılan topu elleri ile yakalar. Küçük topu yerden yuvarlar. Koşarak duran topa ayakla vurur. Tek ayak üzerinde altı-yedi saniye durur.
- Denge tahtasında yürür. Bisikletle köşeleri döner.
- Basit dans adımları yapar. Hareketli topa tekme atar.
-
-
-
-
-

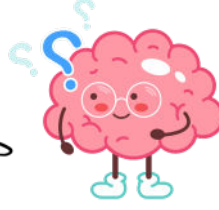
- Farklı formlarda koşar.
- Çift ayak ileri sıçrar.
- Çift ayak geriye doğru sıçrar.
- Ayak değiştirerek merdiven iner ve çıkar.
- Topuk ayakucu teması ile ileriye doğru yürür.
- Seken topu yakalar.
- Geometrik şekilleri çizer.
- Bazı harf ve rakamları yazar.
- Yirmi dört-otuz altı parçalı yapbozu yapar.
- Makasla basit şekilleri keser.
- Kalem koordineli tutar.
- Yoğurma maddesi ile yeni şekiller oluşturur.
- Kâğıdı farklı şekillerde katlar.
- Ev, insan, ağaç gibi çizimler yapar.
- Yapıştırıcı kullanır.

Sosyal Duygusal Gelişim (48-60 ay)



- Öz bilinç duygularını jest/mimik ve davranışlarla ifade eder.
- Çeşitli bireysel özelliklerini, ilgilerini ve beğenilerini söyler.
- Kendi özelliklerinin ve ilgi alanlarının başkasının özelliklerine benzer ve farklı yönlerini belirtir. Oyun/etkinlikte arkadaş tercihi yapar. Oynayacakları oyuna akranları ile birlikte karar verir. Başkalarının duygu durumlarına uygun tepkiler verir.
- Yetişkin/akran liderliğine uyum gösterir. Bir arkadaşıyla oyun teması dışında karşılıklı sohbet eder. Yetişkin desteği ile gerektiğinde akranına yardım eder. Sıklıkla başka çocuklarla iş birliği içinde oynar.
-
- .Bir sorunu olduğu zaman yardım ister.
- Başladığı işi sürdürme çabası gösterir.
- Sosyal problemlerini çözme konusunda çaba gösterir.
- Katılmak istediği etkinliği kendi başına seçer.
- Gerektiği durumlarda bağımsız davranır.
- Duygularını düzenlerken kendisine, başkasına veya bir eşyaya zarar vermeyecek şekilde farklı stratejiler kullanmaya başlar.
- Kendisinin ve başkasının istek/gereksinimlerini belirtir.
- Kendisinin ve başkasının hakları olduğunu söyler.
- Kendisinin ve başkasının haklarını savunur.

Bilişsel Gelişim (60-72 ay)



- İnsan resmindeki eksik vücut bölümlerini çizer.
- Verilen en fazla üç yönergeyi uygular.
- On iki küple kule yapar.
- On-yirmi beş parçalı yapbozu tamamlar.
- En az beş nesne arasına eklenen yeni nesneyi fark eder.
- En az beş nesne arasından çıkarılan nesneyi fark eder.
- Yaptığı eşleştirme, ilişki kurma, sınıflandırma ve sıralamaya yönelik açıklama yapar.
- Yetişkin desteğiyle birer birer yüze kadar ritmik sayar.
- Yetişkin desteğiyle onar onar yüze kadar ritmik sayar.
- Birden yirmiye kadar yazılı sayıları sıralar.
- Ondan geriye doğru birer birer ritmik sayar.
- Ona kadar olan sayılar içinde bir sayıdan önce ve sonra gelen sayıyı söyler.
- Birden ona kadar olan nesne grupları içinden söylenen sayıda nesneye sahip olan grubu gösterir.

- Ona kadar olan sayıların bazılarını yazar.
- Nesneleri/parmaklarını kullanarak birden ona kadar olan sayılarla basit toplama işlemi yapar.
- Nesneleri/parmaklarını kullanarak birden ona kadar olan sayılarla basit çıkarma işlemi yapar.
- Dört çeyreği bir araya getirerek bütünü oluşturur.
- Sabah, öğlen ve akşam gibi temel zaman ifadelerini anlamına uygun kullanır.
- Neden-sonuç ilişkisi ile ilgili yorum yapar.
- Bir olay dizisinde sonraki aşamaya ilişkin tahmin yürütür.
- Bir dizi içerisindeki nesnelerin birbirine göre konumlarını söyler.
- Nesneleri/sembollerini kullanarak grafik oluşturur.
- Nesne/sembollerle yapılmış grafiği yorumlar.
- Özgün örüntüler oluşturur.
- Geometrik şekilleri birleştirerek yeni şekiller oluşturur

Dil Gelişimi (60-72 ay)



- Sesin özelliğini söyler. Sözcüklerin ilk sesini söyler. Sözcüklerin son sesini söyler. İşittiği/görselini gördüğü, aynı ses ile başlayan sözcükleri eşleştirir. İşittiği/görselini gördüğü, aynı ses ile biten sözcükleri eşleştirir. Söylenen bir sesle başlayan sözcükler üretir. Uyaklı sözcükleri eşleştirir. Söylenen sözcükle uyaklı sözcükler üretir. Aynı anlama gelen sözcükleri kullanır.
- Cümlelerinde özneye uygun fiil kullanır. Cümlelerin öğelerini doğru sırada kullanır. Cümlenin sözcüklerini ayırır. Sözcükleri hecelere ayırır. Sıralı ve bileşik cümleler kurar. Altı ve daha fazla sözcükten oluşan uzun cümleler kurar. Sözcüklerin olumsuz eklerini anlamlı ve yerinde kullanır. Geçmiş, şimdiki ve gelecek zaman ifadelerini yerinde kullanır. Sözcüklerin zıt ve eş anlamlılarını söyler.

- Zaman zarflarını yerinde kullanır.
- “Kim, ne, ne zaman, nerede, neden, nasıl?” gibi sorular sorar.
- “Kim, ne, ne zaman, nerede, neden, nasıl?” gibi sorulara yanıt verir.
- Sorulan sözcüğün anlamını söyler.
- Dinledikleri/izlediklerini farklı yollarla sergiler.
- Dinledikleri/izlediklerini yaşamıyla ilişkilendirerek anlatır.
- Dinledikleri/izledikleri ile ilgili sorulara yanıt verir.
- Dinledikleri/izledikleri ile ilgili sorular sorar.
- Konuşmalarındaki sözcük ve eklerindeki hatalarını söyler.
- Konuşmalarındaki sözcük ve eklerindeki hatalarını kendisi düzeltir.
- Görsel materyalleri kullanarak olay, öykü gibi kompozisyonlar oluşturur.
- Görsel materyallere bakarak okuyormuş gibi yapar.
- Çevresindeki yazılı materyaller hakkında konuşur.
- Yazının yönünü gösterir.

Fiziksel/Motor Gelişim (60-72 ay)



- Koşarak bir engel üzerinden atlar.
- Ritme uygun seker.
- Topu tek elle omuz üzerinden atar.
- Topu tek elle yerden yuvarlar.
- Nesneleri hedefe atar.
- Topu yerde beş-altı kez sektirir.
- İp atlar.
- Vücudunun farklı bölümlerini kullanarak dengede durur.
- Tek ayak üzerinde sekiz-dokuz saniye durur.
- Çeşitli hareketleri müzik ve ritim eşliğinde ardı ardına yapar.
- Ayak değiştirerek sıçrar.
- Koşarken yerden nesne alır.
- Denge tahtasında ileriye ve geriye doğru yürür.
- Tek elle top tutar.
- Sopa ile topa vurur.
- İki tekerlekli bisiklete biner.
- Nesne taşıyarak merdiven iner ve çıkar.
- Topuk ayakucu teması ile geriye doğru yürür.
- Yoğurma maddeleri ile kompozisyonlar oluşturur.
- Dik, yatay, eğik ve eğri çizgiler çizer.
- Harf ve rakamları yazar.
- İsmi yazar.
- Makasla oyarak şekilleri keser.
- Çekiçle çivi çakar.
- Otuz altı ve daha fazla parçalı yapbozu yapar.
- Geçmeli yapı inşa oyuncaklarını kullanarak tasarımlar yapar.
- Altı kısımlı insan çizer.

Sosyal Duygusal Gelişim (60-72 ay)



- Temel ve bazı öz bilinç duygularını sözlü olarak ifade eder.
- Evinin adresini söyler.
- Ebeveyninin telefon numarasını söyler.
- Başkalarının duygularını açıklar.
- Görsel materyallerdeki temel duyguları tanıır/isimlendirir.
- Kendini özgün yollarla ifade eder.
- Kurallara uyar.
- Gerekğinde kuralları başkasına açıklar.
- Düşüncelerini başkalarıyla paylaşır.
- Aldığı sorumluluğu yerine getirir.
- Görevleri başardığında/problem çözdüğünde memnuniyet duyduğunu gösterir.
- Kendine güven duyar. Yeni ve alışılmamış durumlara uyum sağlar. Yeni tanıştığı bireylerle kolay iletişim kurar. Amaçları doğrultusunda davranır. Duygularını kontrol eder. Gerekğinde başkalarıyla empati yapar. Akranları ile arasındaki çatışmaları bağımsız olarak çözer. Gerekteği durumlarda liderliği üstlenir. Oyunlarda akranının fikir ve önerilerine uyar. Olumsuz akran baskısına karşı koyar. Akran ilişkilerini geliştirmek için ne yapması gerektiğini açıklar
-
-
-

OKULA HAZIRLIK YAPARKEN

(Çocuğumun Gelişim Alanlarını Nasıl Desteklerim?)



Bu bölümde çocuğunuz okula başlamadan önce bilmeniz gereken **pratik bilgiler** ve çocuğunuzun ihtiyaç duyduğu gelişim alanlarını desteklemeniz için **basit uygulama önerileri** yer almaktadır.

Öncelikle 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 paylaşın.

Çocuğunuzun **can güvenliği** açısından okul ve ev arasındaki ulaşım hakkında ona bilgi veriniz. Yürüyerek gidecekse okul açılmadan önce yürüme alıştırmaları yapınız. Servis ile gidecekse, birlikte servis durağına yürüyünüz. Yoldaki işaretleri, trafik işaretlerini, yaya geçitlerini ve uyarı durumlarını birlikte inceleyerek ve üzerinde konuşunuz.

Bilişsel gelişimi desteklemek için, resimli kartlarla hafıza oyunları oynayabilir; okuduğunuz bir öyküyü yarıda bırakarak çocuğunuzdan tamamlamasını isteyebilirsiniz. Basit bir görseli kâğıda aktarmasına yardımcı olabilir; nesnelerle basit toplama, çıkarma, eşleştirme, karşılaştırma ve gruplama işlemleri yapabilirsiniz.

Çocuğunuzun **sosyal-duygusal gelişimini** desteklemek için, onunla duyguları hakkında konuşabilir, kendi duygularını anlatması için fırsatlar sunabilirsiniz. Okul yaşantısı ile ilgili olumlu yorum ve deneyimlerinizi onunla paylaşmanız okul hakkında olumlu bir tutum geliştirmesine yardımcı olacaktır. Okullar açılmadan önce çocuğunuz okula götürmek, mümkünse öğretmeni ile tanışmasını sağlamak da çocuğunuzun sosyal-duygusal açıdan okula hazır başlamasını kolaylaştıracaktır.

Dil gelişimini desteklemek için; çocuğunuzla günlük yaşam deneyimleri hakkında sohbet edebilir, her gün en az bir iki sayfa öykü okuyabilir, bununla ilgili sorular sorabilir ve sorduğu soruları yanıtlayabilirsiniz. Çevrede gördüğü sembol ve yazılarla ilgili sohbet ederek yazı farkındalığı geliştirmesine yardımcı olabilirsiniz.

ÇOCUĞUN OKULA ALIŞMA SÜRECİNİ GÜÇLEŞTİREN DURUMLAR

“

Çocuğunuz yeni bir başlangıç yaparken, sizlerin davranış ve tutumları da çocuğunuzun okul yaşantısı üzerinde belirleyici olacaktır. Bu dönemde ailelerin sıklıkla yaptığı ve çocuğun okula alışma sürecini olumsuz şekilde etkileyebilen bazı örnek durumlar aşağıda verilmiştir. Sizlerin bu davranışlardan kaçınmanız çocuğunuzun okula geçiş sürecinde önem taşımaktadır.

”

! **Velinin çocuk ile birlikte sınıfa girmesi**

! **Çocuğun ayrılmakta zorlandığı bir yetişkin tarafından okula getirilmesi**

! **Okulda vedalaşma sürecinin çok uzun veya çok kısa tutulması**

! **Çocuğu okula bırakan aile üyesinin çocuktan bir türlü ayrılmak istememesi**

! **Çocuğun öğretmen ve okul ile korkutulması**

! **İlkokulun okul öncesi eğitim kurumu ile kıyaslanması ve farkların çocuğa olumsuz bir şekilde aktarılması**

! **Velinin çocuğa okulda “Sıkıldın mı? Korktun mu?” gibi olumsuz ifadeler kullanarak sorular sorması**

! **Velinin, okul ve öğretmenle ilgili olumsuz duygu ve düşüncelerini çocuğun yanında dile getirmesi**

! **Ev ve okul ortamının kıyaslanması**

! **Çocuğun okula alışması ile ilgili kaygıların aile tarafından çok fazla dile getirilmesi**

! **Aile bireylerinin çocuk okuldayken geçirecekleri zamanla ilgili planları çocuğun yanında yapması**

! **Aile bireylerinin çocuğun okula gitmesi ile ilgili tutarsız davranması (örneğin; çocuk okula gitmek istemediğinde bazen gitmesi için zorlaması bazen evde kalmasına izin vermesi).**



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.

Ağlarsan akşama
gelip seni almam.



**BUNLARI
SÖYLEME**



Bugün sınıfında kal;
söz yarın seni okula
getirmeyeceğim.

Galiba sen okula
alışamayacaksın.

Böyle davranırsan bu okulda kimse seni sevmez

Acaba bugün
başlamasa mı?





EYVAH!

ÇOCUĞUM OKULA GİTMEK İSTEMİYOR!

NEDEN ve NE YAPMALIYIM?

Okula yeni başlayacak olan çocuklar kuvvetli bir endişe sebebiyle okula gitmekte isteksiz görünebilir ya da okula gitmeyi reddedebilir!

Okul korkusu yaşayan çocuklar okula isteksizliklerini tipik bir şekilde çeşitli bedensel şikâyetlerle ifade eder ve evde kalmak için ailelerini ikna etmeye çalışırlar.



Sabahları daha sık görülen karın ve baş ağrıları, mide bulantıları gibi şikâyetler; okula gitmemelerine karar verildiğinde, azalma gösterir ya da ortadan kaybolur. Üstüne gidildikçe ağlarlar ve gerginlikleri artar.



“Çocuğun okula gitmek istememesinin temelinde; veliden ayrılma endişesi, annenin çocuktan ayrılmakta zorlanması, okul tuvaletlerine kullanmaya yönelik kaygılar, arkadaş edinmeye yönelik yaşayabileceği zorluklar, okul veya öğretmen ile korkutulma gibi durumlar yer alabilmektedir.”

Tüm çocuklar okula gitmek için cesaretlendirilmeleri gereken bir dönemden geçerler. Okuldan uzak kalmanın getireceği sorunlar nedeniyle bu tür durumların olabildiğince çabuk çözüme kavuşturulup çocuğun okula alışması sağlanmalıdır.



Bu sorunun bir kaynağı çocuğunuzun sizden ayrılmak istememesi olabilir, birden bire günün büyük bir bölümünde evden ayrı kalmanın getirdiği endişe çocukta ayrılık kaygısını tetikleyebilir. Bu süreçte çocuğa karşı anlayışlı ve destekleyici olunması gereklidir.

İlk başlarda yaşanabilecek bu sorunların doğal olduğu unutulmamalı ve çocukların okula gitmek istememe ile ilgili bahaneler uydurması yadırganmamalıdır.



Sabırlı olun ve asla sinirlenmeyin. Ona okulun amacını anlatın, gözyaşları ile alay etmeyin. Vedalaşmalarınızı çabuk ve kısa süreli tutun.

Sakinleşmesi ve dinlenmesi için çocuğu evde tutmak gerilimini azaltmaz, aksine artırır. Evde kalış uzadıkça okula dönüş o ölçüde güçleşir. Bu gibi durumlarda, çocuğun okula götürülmesi ancak okulda korkuya yol açan sebeplerin belirlenip konuşulması gerekmektedir. Daha soğukkanlı ve tutarlı davranan velinin çocuğu okula götürmesi önemlidir.

• Ona gün içinde neler yapacağınızı açıklayın. Ona okul rutinlerini anlatın ve onu almaya geleceğiniz konusunda size güven duymasını sağlayın.

OKULA HAZIRLANMA ETKİNLİKLERİ

Okul Psikolojik Danışmanından Not:

Bu etkinlikler, **çocuğunuzun okula hazırlanma sürecini kolaylaştıracak** ve okulda ihtiyaç duyabileceği temel becerileri geliştirecek niteliktedir. Sizler bu etkinlikleri, çocuğunuzun **gelişimsel düzeyine** ve **evdeki koşullarınıza** göre değiştirerek uygulayabilir, yeni senaryolar üreterek daha eğlenceli hâle getirebilirsiniz. Bu etkinlikler ile **çocuğunuzun okul hakkında bilgi sahibi olarak okula başlamış olması hedeflenmektedir**. Bu noktada, önerilen etkinlikleri, çocuğunuzun ve ailenizin ihtiyaçlarına göre uyarlayabilmeniz önem taşımaktadır!



ETKİNLİK 1

OKULUMU
ANLATIYORUM

SÜRE
15 DAKİKA

OKULA HAZIRLANMA
ETKİNLİKLERİ

MATERYALLER
ORTAM

Bir rulo selpak

SÜREÇ

Aile üyeleri evin sakin bir köşesinde oyuna başlarlar. Anne ya da baba yanında bulundurduğu selpaktan herkesin istediği kadar parçayı koparıp alabileceğini söyler. Herkes istediği kadar parça aldıktan sonra, anne ya da baba ne yapacaklarını anlatır. Herkes çocuğun yeni başlayacağı okul yaşantısı ile ilgili olumlu duygu ve düşüncelerini aldığı selpak oranında anlatacaktır. (Daha az parça alan kişiler birkaç kelimelik cümlelerle anlatacak, daha uzun parça alan kişiler ise daha çok şey anlatacaktır.) Oyun, çocuk kendini rahatça ifade edene kadar oyun sürdürülebilir

Bu Etkinlik Sonunda
Çocuğunuz Neler
Kazanacak?

- Duygu ve düşüncelerini ifade eder.
- Başkalarının duygularını anlar.
- İletişim kurar ve iletişimi sürdürür.
- Okula yönelik olumlu duygulara sahip olur!

ETKİNLİK 2

FERMUARLAR
ve
DÜĞMELER

SÜRE
10 DAKİKA

OKULA HAZIRLANMA
ETKİNLİKLERİ

MATERYALLER ORTAM

Evdeki fermuarlı ve
düğmeli
giysiler/eşyalar,
kemer

SÜREÇ

Evde bulunan fermuarlı ve düğmeli giysi ve eşyalar kullanılır.

Yetişkin bir aile üyesi çocuktan düğmelerini açıp kapamasını, fermuarını çekmesini, kemerini takmasını ister.

Ek olarak bu giysileri giyip çıkarması için yönergeler verilir.

Anne ve baba, çocuğun bu becerilerle ilgili desteklenmesi gerektiğini düşünüyorsa bu etkinliği belirli zaman aralıkları ile tekrar edebilirler.

Bu beceriler, çeşitli senaryolar içerisinde gerçekleştirilerek çocuk için ilgi çekici hâle getirilebilir.

(Örneğin; tenefüse çıktığında lavabo ihtiyacını gidermek gibi veya parka gitmeden önce egzersiz yapmak gibi.)

Bu Etkinlik Sonunda Çocuğunuz Neler Kazanacak?

- Yönergeleri takip eder.
- Parmak kaslarını etkin şekilde kullanır.
- Yardımsız soyunabilir.

ETKİNLİK 3 AĞAÇTAKİ ELMALAR

SÜRE
15 DAKİKA

OKULA HAZIRLANMA
ETKİNLİKLERİ

MATERYALLER
ORTAM

Evin geniş bir bölümü

SÜREÇ

Anne-baba ve çocuk,
evin geniş bir bölümüne geçerler.

Yetişkinlerden biri, karşılarında bir elma
ağacı olduğunu düşünmelerini ister.

Ardından, hafif bir müzik eşliğinde
yavaş yavaş ağacın alt dallarından
başlayarak ağaçtaki tüm elmaları
topluyorlarmış gibi hareket ederler.

Yönergelerde çocuğun tüm vücudunu
kullanması sağlanır.

**Bu Etkinlik Sonunda
Çocuğunuz Neler
Kazanacak?**

Vücut koordinasyonu sağlar.

Dikkatini toplar

Anne-baba ile etkileşim kurar

ETKİNLİK 1 HAM HAM HAMUR

SÜRE
15 DAKİKA

OKULA HAZIRLANMA ETKİNLİKLERİ

MATERYALLER ORTAM

Tutkal, un, nişasta, sulu
ya da guaj boya

SÜREÇ

1 bardak beyaz tutkal, 3/4 bardak un ve 1/2
bardak nişasta karıştırılır.

Anne baba ve çocuk birlikte bu karışımı
yoğururlar ve seramik hamuru elde edilir.

Nemli bir beze sarılan hamur bir gece
dolapta bekletildikten sonra çeşitli figürler
şekiller yapmak için kullanılabilir.

Aile üyeleri ve çocuk bu hamurdan yeterli
büyüklükte parçalar alarak ufak figürler/
şekiller oluştururlar.

Hamura istendiği gibi şekil verildikten
sonra figürler/şekiller sulu boya ile
renklendirilir.

Bu Etkinlik Sonunda Çocuğunuz Neler Kazanacak?

Parmak kasları gelişir.
El göz koordinasyonu
gelişir.
Dikkatini yaptığı işe verir.

ETKİNLİK 5 HAFIZA KARTLARI

SÜRE
20 DAKİKA

OKULA HAZIRLANMA
ETKİNLİKLERİ

MATERYALLER ORTAM

Karton, keçeli boya
kalemleri;
evdeki sakın bir
ortam

SÜREÇ

Aile üyeleri evin sakın bir bölümünde yere ya da masaya otururlar.

Kartondan 8x12 cm boyutlarında toplam 24 adet kart kesilir.

Çocuk ve ebeveynler bu 24 karta, 12 çift olacak şekilde çeşitli resimler çizerler.

Kartlara resim çizilebileceği gibi, dergi, gazete ya da internetten bulunan resimler kesilip yapıştırılabilir.

Çizimler/resimler, hayvan, meyve, giysi gibi farklı kategorilerde çocuğun sevdiği nesnelerden seçilebilir.

12 çift kartın üzerinde bulunan resimler incelenir; etkinliğe katılan tüm aile üyeleri resimleri inceledikten sonra kartlar karıştırılır.

Resimler görünecek şekilde kartlar yere/masaya düzenli bir şekilde dizilir.

Çocuktan kartların yerlerine dikkat etmesi istenir. Bu kartlar yerleştirildikleri sıra bozulmadan arkaları çevrilir.

Daha sonra her bir kişi, sırayla ikişer kart açarak birbirinin eşi olan kartı bulmaya çalışırlar.

Eşi bulunan kartlar oyuncuya 10 puan getirir ve kenara alınır.

Kartın eşi bulunmadığında kapatılarak oyuna devam edilir.

Oyun tüm kartların eşi bulunana dek devam eder

Bu Etkinlik Sonunda Çocuğunuz Neler Kazanacak?

- Dikkatini odaklar.
- Gördüğünü hatırlar.
- Görsel malzemelerin benzerliklerini söyler.
- Görsel malzemelerin farklılıklarını ayırt eder.
- Sırasını bekler.
- Oyunun kurallarına uyar

YERLEŞME I

TELEFONDA
KİM VAR?

SÜRE
15 DAKİKA

OKULA YERLEŞME
ETKİNLİKLERİ

MATERYALLER
ORTAM

İki kâğıt
bardak, bir ip

SÜREÇ

İki kâğıt bardağın alt kısımları yetişkin tarafından ipin geçebileceği büyüklükte delinir. Çocukla birlikte ip, bardakların dış kısmından iç kısmına doğru geçirilerek iç kısmında küçük bir düğüm oluşturulur. Böylece her iki bardak birbirine bir ip aracılığıyla bağlanmış olur. Bardaklardan birisini yetişkin ağızına götürür, diğerini ise çocuk kulağına dayar. Konuşulacağı zaman ip hafifçe çekiltilerek telefon sesi çıkartılır. Çocuğa “evet, hayır” ın yanı sıra daha açık cevaplayabileceği şekilde sorular sorar. Örneğin “Merhaba, nasılsın? Bugün neler yaptın?” vb. Yetişkin, çocuğun cevaplarına yorum yapar, paylaşır, yardımcı olur. Sonra çocuk ve yetişkin rol değiştirir. Çocuk konuşacak çok şey bulamazsa en sevdiği çizgi film karakteri onu arıyormuş ve onunla konuşuyormuş gibi yapılabilir. Çocuğun ilgisi ve yeteneklerine göre konuşma derinleşir. Ardından önemli durumlarda hangi numaraları arayabileceği konuşulur. Örneğin itfaiye, ambulans, polis vb.

Bu Etkinlik Sonunda
Çocuğunuz Neler
Kazanacak?

- Dikkatini toplar.
- Sırasını beklemeyi öğrenir.
- İletişimi başlatır ve sürdürür.
- İletişimde uygun sözcükleri kullanır.

YERLEŞME 2

OKULU SEVEN ÇOCUK

SÜRE
20 DAKİKA

OKULA YERLEŞME ETKİNLİKLERİ

MATERYALLER ORTAM

Okula yeni başlayan bir çocuğun öyküsünü anlatan resimli hikâye kitabı, evin sakin bir bölümü

SÜREÇ

- Resimli hikaye kitabı edinilir.
- Çocukla birlikte sakin bir ortamda oturularak kitap incelenir.
- Veli tek tek resimleri çocuğa göstererek hikayeyi okur.
- Hikayedeki karakterin yerinde olsa çocuğun neler yapacağı hakkında sohbet edilerek çocuğun okula hazırlanmasına destek olunur.

Bu Etkinlik Sonunda Çocuğunuz Neler Kazanacak?

- Duygularını ifade eder.
- Okulla ilgili düşüncelerini ifade eder.
- Başkalarının duygularını anlar.
- Dikkatini odaklar.
- Gördüklerini hatırlar.

BÜTÜNLEŞME I

NE
HİSSEDİYORUM?

SÜRE
20 DAKİKA

OKULA BÜTÜNLEŞME
ETKİNLİKLERİ

MATERYALLER
ORTAM

Evin sizin bir
bölümü

SÜREÇ

Aile üyeleri, evin rahatça oturabildikleri bir bölümünde bir araya gelirler.

Duygularını sergileyecek olan bir ebe seçilir, bu ebeye duyguları sergilemesi ve durması için yönerge verecek olan bir kişi belirlenir.

Diğer aile üyeleri de ebe'nin duygularını tahmin etmeye çalışır.

Ebe, mimiklerini ve bedenini kullanarak seçtiği duyguyu canlandırır.

Dur" komutunu aldığı anda seçtiği mimik ve beden duruşu ile heykel olur (donar).

Diğer aile üyeleri hangi duyguyu sergilediğini tahmin etmeye çalışırlar.

Bu Etkinlik Sonunda
Çocuğunuz Neler
Kazanacak?

Diğerlerinin duygularını anlar.
Duygularını ifade eder.
Duyguya uygun yüz ifadesini
tanır ve gösterir.
Dikkatini belirli bir kişiye
odaklar.
Oyundaki diğer bireylerle
iletişim kurar.

KAYNAKÇA



- Eddowes, E.A. & Ralph, K.S. (1998). Interactions for Development and Learning Birth Through Eight Years. New Jersey: Prentice-Hall.
- Erdoğan, T. (2013). İlkokula Hazırlık ve İlkokul Programları. Ankara: Eğiten Kitap.
- Günayer Şenel, H. (2009). Eyvah Çocuğum Okula Başlıyor. İstanbul: Özgür Yayınları.
- MEB (2013). Okul Öncesi Eğitimi Programı. Ankara.
- Saygılı, S. (2006). Çocuklarda Davranış Bozuklukları. İstanbul: Elit Yayınları.
- Yavuzer, H. (2014). Okul Çağı Çocuğu. (17. Basım). Ankara: Remzi Kitabevi.
-

