**TATİL SONRASI OKULA UYUM VE OKULA HAZIRLIK**

 Sayın Velilerimiz;

 Okula paralel olarak ailelerin de okul ile aynı çizgide sergileyeceği ortak yaklaşımlar özellikle okul öncesi dönemde daha sık karşılaşılan, tatil dönüşü okula uyum temelli sorunların azalmasını sağlayacaktır. Çocuklarımızın yeniden okula başlama kaygısını azaltmak, tatil sonrası okula uyum sürecinde onların yanında olabilmek için nasıl bir yaklaşım izleyebiliriz?
 Çocukların okula uyumunu kolaylaştırabilecek 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. LÜTFEN 15 GÜNÜ ÇOCUĞUN TELEVİZYON, TABLETE GÖMÜLEREK GEÇİRMESİNE İZİN VERMEYİN!
* 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 vb. 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 etkilenecektir. 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 yaştaki çocuklarla okula döndükleri ilk gün, vedalaşmayı uzun tutmamak gerekir. Ebeveyn için de çocuğundan ayrılmak zor olabilir; ancak bu tavır, çocuğun 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 aktivitelere yönlenmesini sağlayın.

\*Okula yeniden uyum sürecinde çocuğunuzla, okul ve öğretmenleriyle ilgili olumlu yorumlarınızı, okulun güvenli ve eğlenceli bir yer olduğuna dair inancınızı paylaşmanız uyum sürecini kolaylaştıracaktır.

* \*Okulda geçmiş dönemde yapılan, çocuğun eğlenceli bulduğu etkinlikler ile yeni dönemde yapılacak aktiviteler üzerine sohbet etmeniz, okulu 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.

 Tekrar merhaba sevgili velimiz,

Sayfayı çevirdiğinizde sizin için hazırlamış olduğum veli karnesini göreceksiniz. 15 tatilde yapmış olduğunuz etkinlikleri kutusuna √, yapmadıklarınızı boş bırakın lütfen. Yaptıklarınızın sıklığını, sayısını da belirtirseniz çok memnun olurum. Çocuklarımızın sınıf öğretmenlerinin hazırladığı eğlence kutusu/ etkinlik çizelgesinden her gün birer tanesini çekerek çocuğunuzla yapın lütfen. Yazmış olduğum etkinliklerin çoğu ortak, o günkü etkinliği yaptıktan sonra burada işaretleyebilirsiniz. TATİL DÖNÜŞÜ KARNELERİ GERİ GÖNDERİRSENİZ, KARNELERLE İLGİLİ SİZLERE GERİ BİLDİRİM YAPILACAKTIR.

***I.DÖNEM SONU VELİ KARNESİ***

* Karne günü ne hissettiğini sordum ve bunun resmini yapmasını istedim.(tatil dönüşü çocuğunuzla gönderin lütfen.)
* Çocuğumla birlikte pazara\markete gidip meyve aldık. Beraber meyse salatası hazırladık.
* Aile bireylerinin her birinin kalıbını çizip, kestik. Sonra beraber aile ağacımızı oluşturduk.
* Büyük bir leğene su doldurup evdeki hangi nesneler batar hangileri yüzer deneyi yaptık.
* Çocuğumla birlikte mısır patlatıp ailecek film gecesi düzenledik.
* Çocuğumla fırsat bulduğum her an oyun oynamaya çalıştım.
* En neşeli kahvaltıyı hazırlamak için haşlanmış yumurtalara sevimli yüzler çizdik.
* En sevdiğimiz kurabiyeden yapıp çocuğumun bir arkadaşını eve davet ettik.( Okul açılmadan önce çocuğunuzu sınıf arkadaşlarıyla buluşarak olumlu sosyal ilişkiler kurması için destekleyin.)
* Çocuğumla birlikte kağıttan ya da kaşıktan kukla yapıp konuşturduk.
* Çocuğumuzla beraber resim çizip hep beraber boyadık. Yapıştırmalarla süsledik.
* Evdeki mandalları çocuğumla beraber renklerine göre grupladık daha sonra mandallardan oyuncak yapıp oynadık.
* Dolabı açtık ve kaç tane yumurta var diye beraber saydık. Birer tane yumurtayı da süsledik.
* Güneşli günde dışarı çıktık, koşu yarışı yaptık ya da top oynadık.
* Çocuğuma geceleri uyumadan masal okudum.
* Kitabevi ziyaretleri yaptık, ona beğendiği bir kitabı hediye olarak aldım ve resimlerden yola çıkarak ilk o anlattı sonra ben okudum.
* 3 karakter belirledik. Evdeki herkes sırayla 1’er cümle kurarak bir hikaye oluşturduk.
* Ev işi yaparken çocuğumdan yardım istedim.(Başarılı çocukların en önemli ayırt ediciliği ***sorumluluk***tur. Bu yönde çocuğu destekleyin.)
* Çocuğun kendi odasını, oyun alanını, yemek masasını toplamasına izin verdim.
* Çocuğumun hevesini kırmadım, onu hep destekledim. Mümkün olmayan şeyler istediğinde ona kızıp reddetmedim, ona nedenini açıkladım.
* Çocuğumla sinema\tiyatroya gittim. Hangisini istediği konusunda çocuğun fikrini alın! Ya da biz sinema\tiyatroyu eve getirdik.
* Akraba ziyareti yaptık.
* Yakınımızdaki müzelere, tarihi ve turistik yerlere gezi yaptık.

VE KİLİT NOKTALAR BU 3’ÜNÜ KESİN YAPALIM!

 

 Kerim Çeliktaş Anaokulu Rehberlik Servisi

 Adem ÖZAT