

UPUZUN YAZ TATİLİ İÇİN KIPKISA ÖNERİLER

01



ebeveynler
daha aktif
olsaa....

02



henüz alışkanlık
haline getirilememiş
davranışlar bu
yazki hedefler
olsa....

03

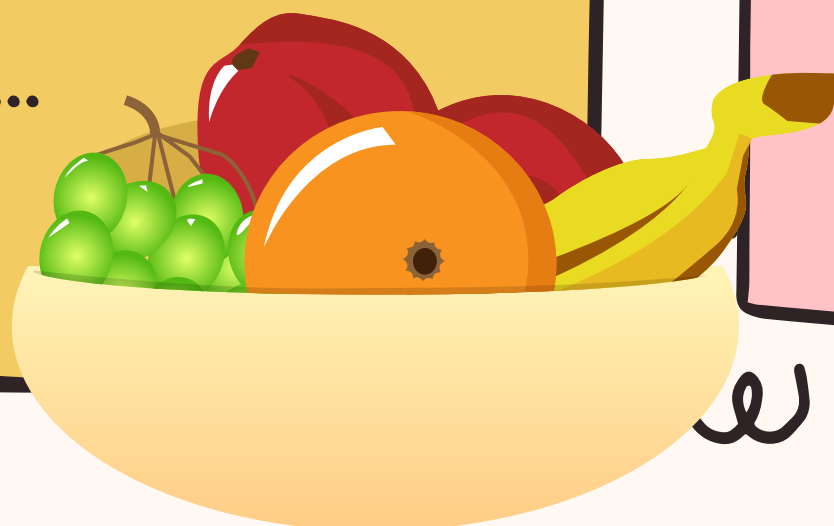


ekran daha sınırlı
olsaa....

05 daha fazla
sarılinsa, daha
çok öpülse ve
çocuklarımıza
daha çok
sevdiğimizi
söylediğimiz
bir yaz
olsaaa....

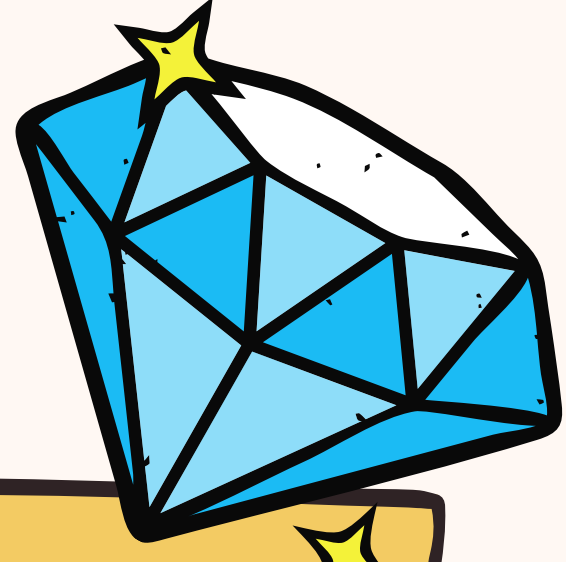
daha kaliteli
bir
beslenmenin
ilk adımları
atılssaaa....

04



Plansız olmaz!

Hedefsizde!!!



Başlamasına sayılı günler kala yaz tatili için çocuklar çok heyecanlı, ebeveynler biraz telaşlı!!!

Telaşın nedeni belli...

çok uzun yaz tatilini nasıl değerlendirecek bu çocuklar??
Hadi bişeyler planlamanın tam zamanı!

Yaz tatili başlamadan önce çocuklarımıza yeni ve ilgilerini çekecek kitap alışveriş listesi oluşturalım. Hem okuma alışkanlığı kazandırma hedefimizi bu yaz gerçekleştirmiş oluruz hemde çok verimli geçirecekleri birkaç saatlerini doldurmuş oluruz.

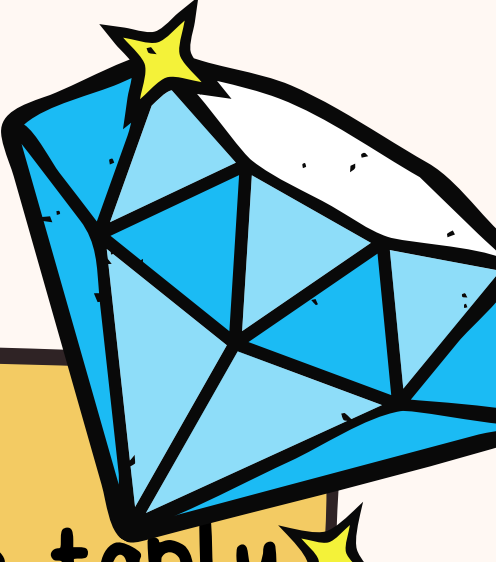
Yaz tatili uzun, yaz izmir'de çok sıcak...Çocuklar bunalayacaklar bu sıcaktan!Ozaman onların serinlemeleri aynı zamanda kendilerini eve ait hissetmeleri için mutfakta yeni beceriler ve tarifler yapacak zaman yaratalım. Mesela çilekli bi limonata tarifi yada yogurttan sağlıklı bir donduma!

hem serinleyecekler hemde kendileri birşey üretip yiyebilecekler hemde çokook eğlenecekler!

Annelerin desteğiyle bu yaz bi limonata bi dondurma tarifi öğrenmelerine destek olabilir, bu uzun yaz tatilini kaliteli geçimelerine destek olabilirsiniz.

Ekran süresini max30 dk ile sınırlandırmak çok önemli.Yoksa sınırsız ekrana maruz kalan çocuklar okula geri döndüklerinde birer ekran bağımlısı olarak geri dönebilirler ve inanın bunu ne bizler nede siz ebeveynler istersiniz.Ekran max 30 dk olmalı ve kontrollü programları izlemelerine izin verilmeli.

bazı yeni davranışlar öğrenilmeli hemde pekiştirilmeli....En çokta odalarının onlara ait olduğu öğretilmeli mesela!Yani dağınıklığıyla toplululuğuyla o oda senin çocuk!Onu nasıl bulmak istiyorsan öyle bırak mesela:)



BU yaz tatilinde çocuklarımıza odalarını toplamayı ve toplu tutmayı öğretelim. Dağıttıklarında ilk zamanlar birlikte toplayabilirsiniz ama zamanla o odanın onun olduğunu ve tüm sorumlulukların ona ait olduğunu sabırla anlatarak bu yaz tatili sonunda artık oyuncaklarını toplama alışkanlığı kazandırmayı hedefleyebiliriz.

Yeni boyalar, yeni bir resim defteri ve oyun hamurları alma zamanı!!!!

yaratıcılıklarını desteklemek ince motor kaba motor becerilerinin gelişiminin devamlılığını sağlamak için bu yaz çok güzel bir fırsat.

Uzaktan sadece boş zaman etkinliği olduğunu düşünen varsa çok yanılır.Bu aktiviteler çocukların el ve parmak kasları için çok önemli.Ayrıca yaratıcı düşünme becerisini de destekliyor. Bol bol çocuklarımızla kesme, yapıştırma, boyama yaparak hem ebeveynle zaman geçirmelerini sağlarız hemde boşa geçmemiş kaliteli bir zaman dilimi geçirmiş oluruz.

Diş fırçalama,kendi başına giyinip-soyunma, ayakkabılarını kendileri giyme-çıkarma, saç tarama, kirli kıafetlerini kirli sepetine atma,yemekten sonra kendi tabağını tezgaha kaldırma....BU ve bunun gibi pek çok davranışı alışkanlık haline getirme gerek bu yaz tatilinde.Çünkü artık gerçekten bunları tek başlarına yapabilecek kadar büyüdüler.

Uzun lafın kısası yaz uzun ve keyifli....

sadece mutlu oacakları, sokaklarda oynayacakları,denizin ve güneşin tadını çıkaracakları güzel bir yaz olsun isteriz!

Şimdiden keyifli tatiller tüm çocuklarıma ve ebeveynlerine.

Okul Psikolojik Danışmanı Duygu IŞIK