

**ŞEHİT ADEM ALGIN ANAOKULU REHBERLİK SERVİSİ**

Zaman Yönetimi Veli Bülteni

**Zaman Yönetimi**

## Yapılacak işlerin,organize edilerek belli bir plana bağlanmasıdır. Zamanı iyi yönetmeyi bilen bir kişi daha az endişe taşır, daha az stres yaşar ve daha az hata yapar. Zaman yönetimi, geleceğe yön vermeyi sağlar, koordinasyon becerisini geliştirir ve hedefler için program yapmayı gerektirir.

**Daha anlamlı,daha**

**huzurlu,daha kaliteli,çok daha hoşnutluk duyulan, daha az keşke denilen bir yaşama sahip olmak için zamanı yönetmemiz gerektiğini fark etmek gerekir.**

Çocuklarımıza Zaman Yönetimi Becerisini Kazandırmamız Önemli!

**Çocuk eğitiminde zamanı bilinçli kullanma konusu önemsenmelidir.Çünkü içinde bulunduğumuz çağda karmaşıklaşan hayatın getirileri,zaman baskısının kişilerce daha fazla hissedilmesine sebep olmuş ve dolayısıyla zamanın daha iyi yönetilmesi ihtiyacını ortaya çıkarmıştır.Birçok temel alışkanlığın ve davranış biçimlerinin çocukluk döneminde kazanıldığı gerçeği göz önünde bulundurulursa,çocuklarımızı erken yaşlarda zaman kavramının değeri ve kullanımı konusunda eğitmeye başlamak gerekir.**

# Gün içerisinde çocuğunuzla

**kurduğunuz diyaloglarda “Acele et!”,”Geç kalıyoruz!”, ”Hadi artık gidelim!”,”Saat kaç haberin var mı?” gibi cümleler**

**havalarda uçuşuyorsa çocuğunuzun zaman yönetme kabiliyetine pek de katkıda**

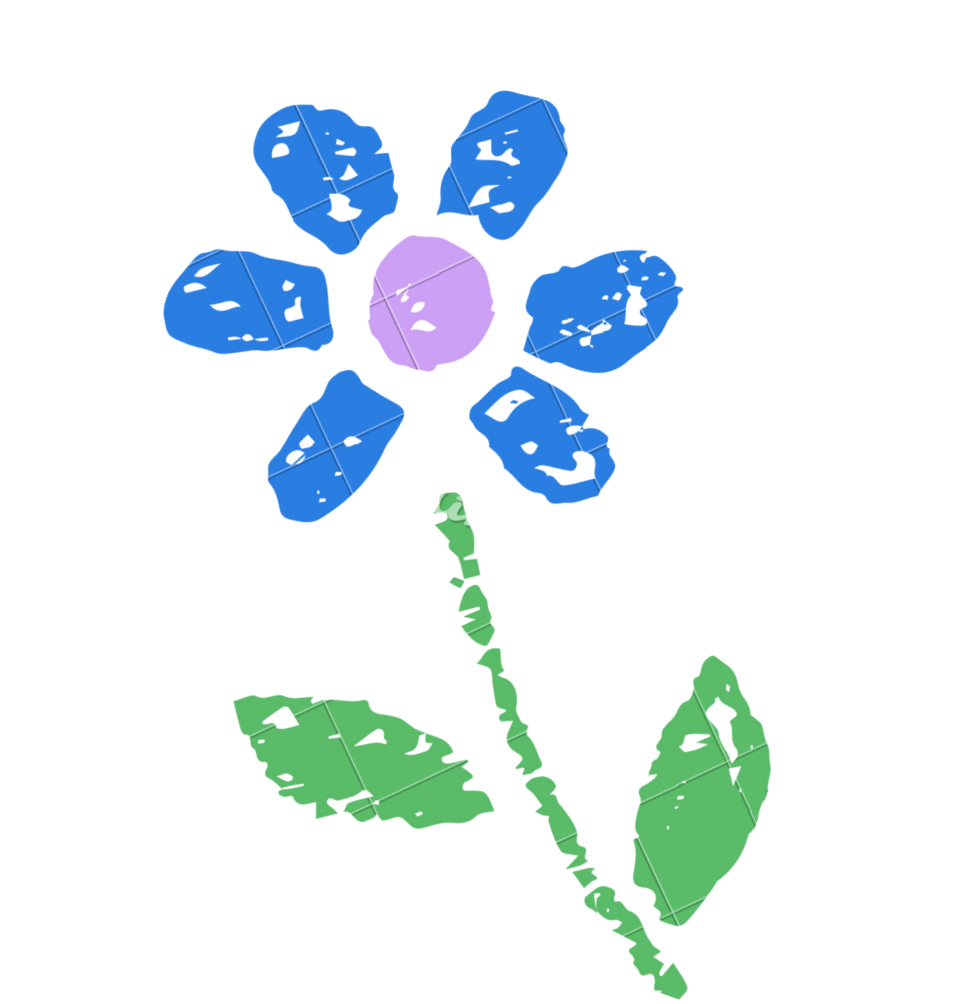
**bulunmuyorsunuz**

**demektir.Esasında en küçük çocuklar bile zamanlarını nasıl yöneteceklerini öğrenebilirler.**

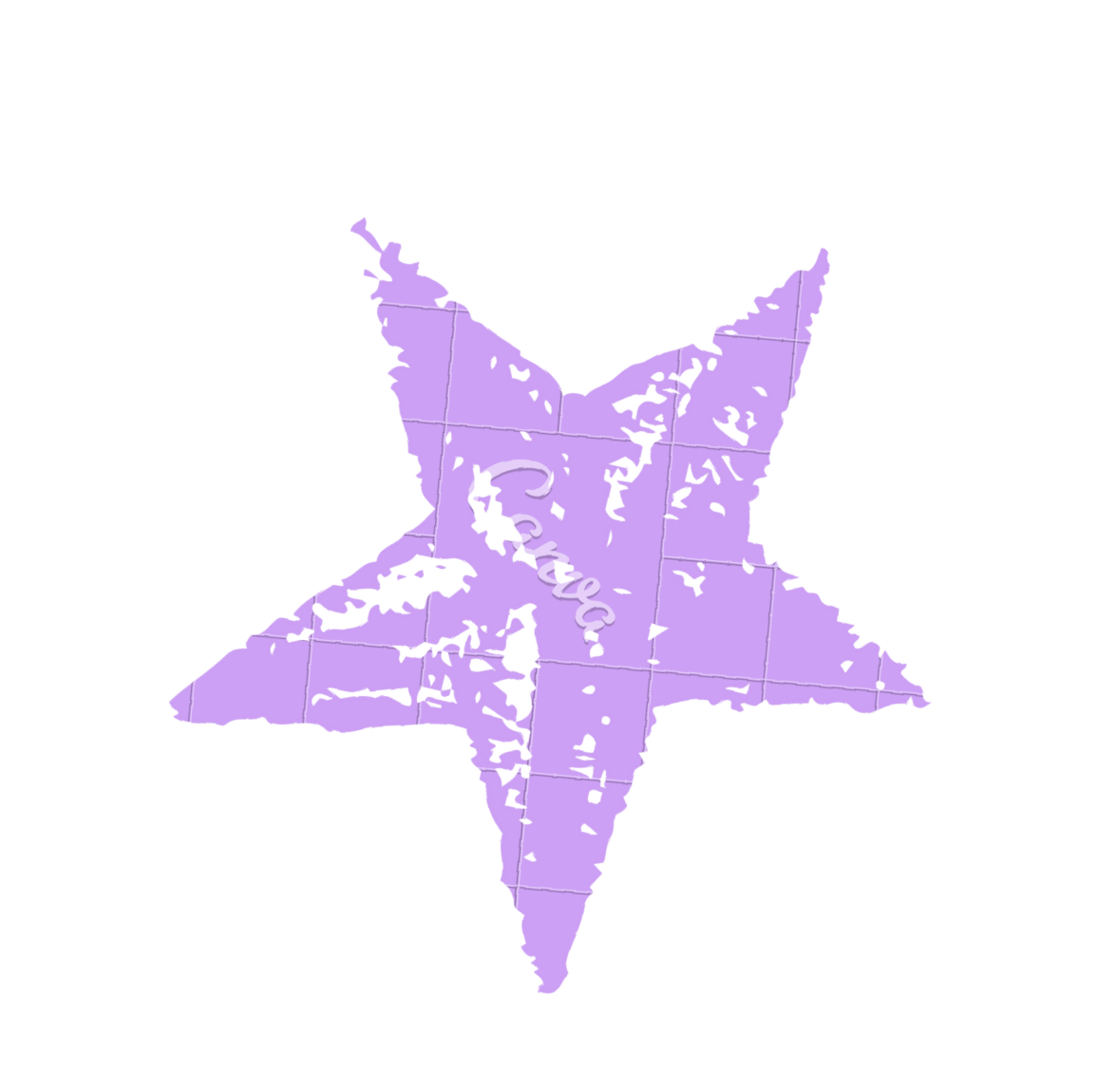
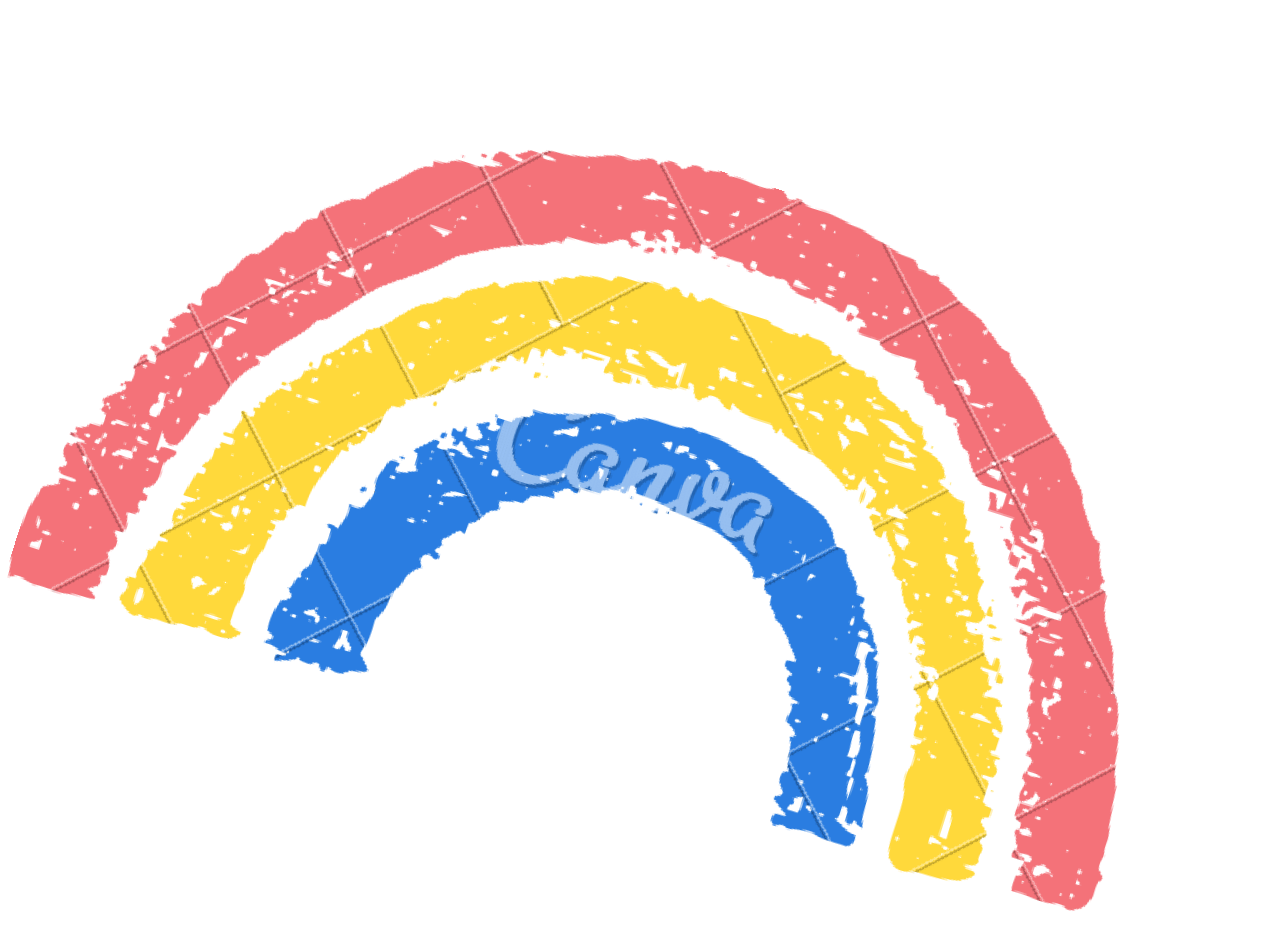
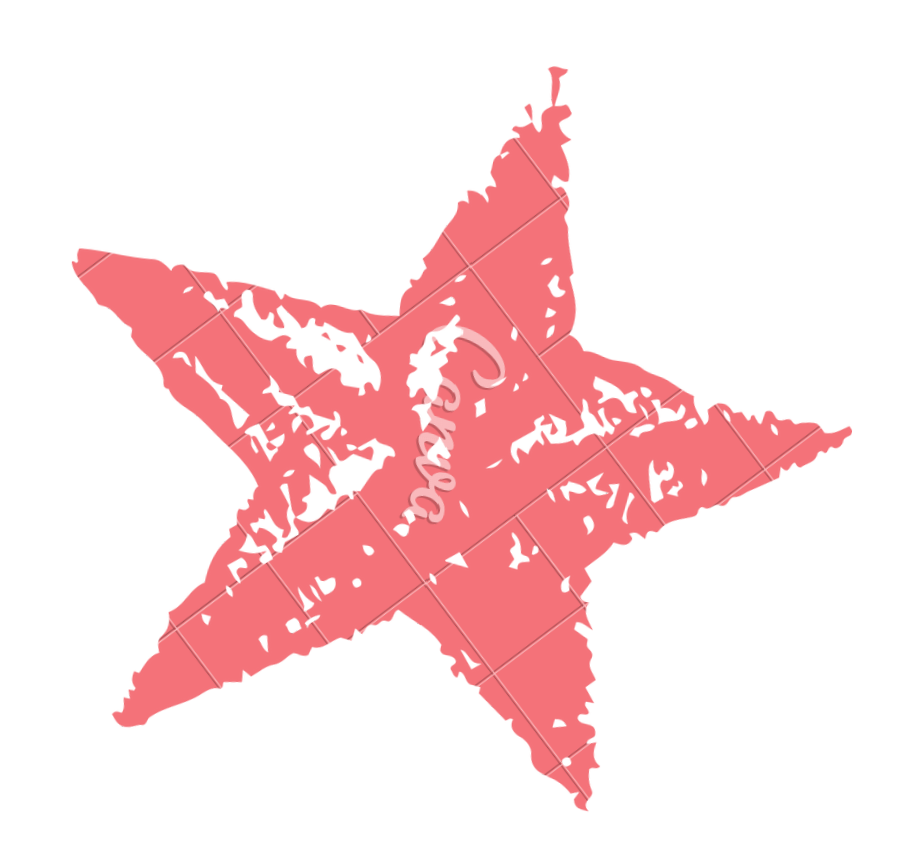
**Anne ve Babalar Zaman Yönetimi ile İlgili Olarak Çocuklarına Nasıl Yardımcı Olabilirler? Gelin Hep Birlikte Bu Maddelere Bakalım!**

Zaman yönetİMİNİ eĞlencelİ hale getİrİN!



Tüm aileniz ile birlikte bir aile takvimi hazırlayabilir ve bunu bir oyuna çevirebilirsiniz.Takviminizde her kişinin belirlenen programlarını zamanında tamamlayıp tamamladığını kolayca takip

edebilirsiniz.

Rutin ama kimi zaman çok oyalanılarak yapılan diş fırçalama,okul çantası hazırlama,ayakkabı giyme gibi işler için oyunlar icat edin.Bu eğlenceli oyunlar sayesinde konunun önemini ve zamanı nasıl yöneteceklerini anlamaları kolaylaşacaktır.



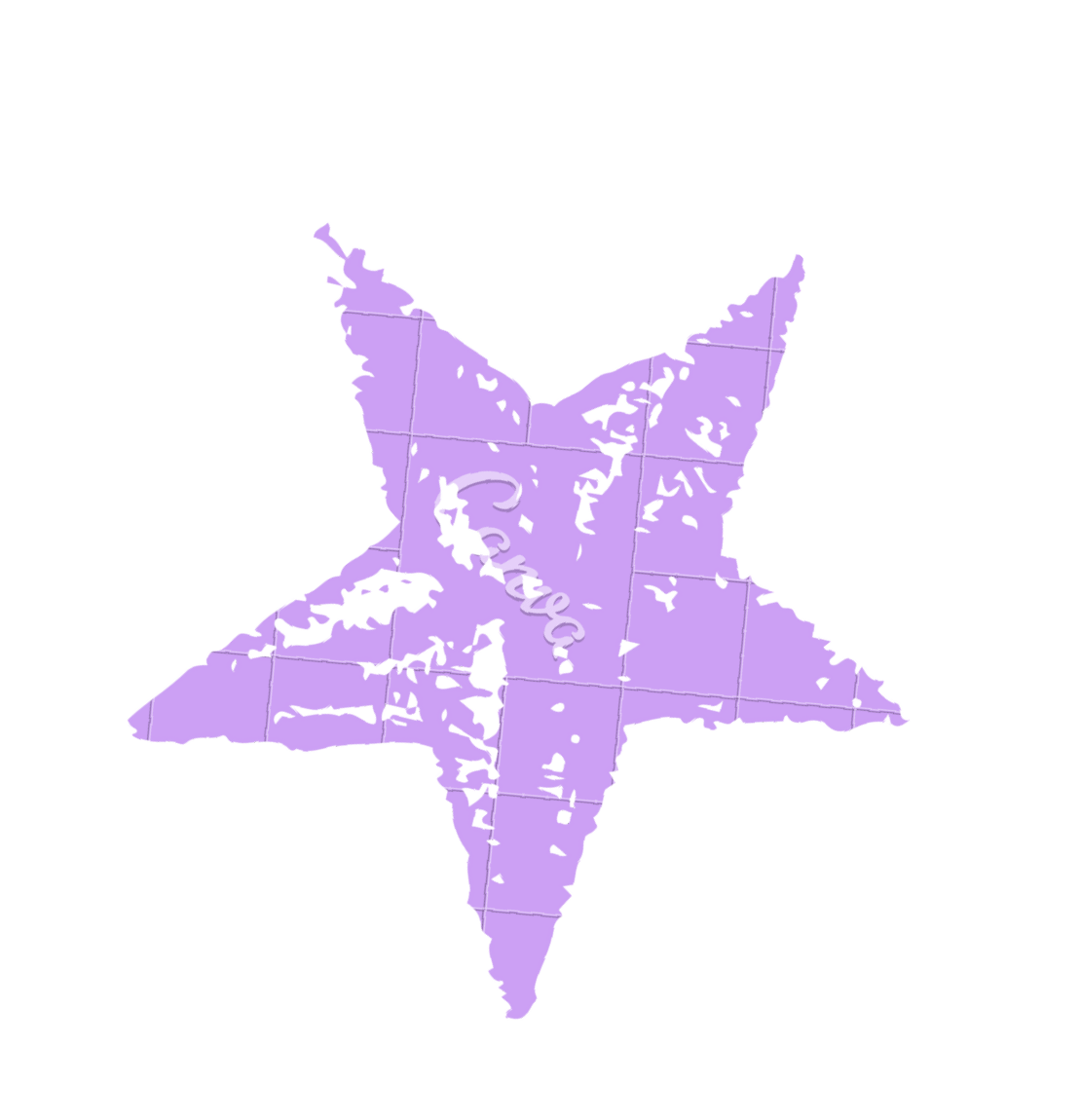
Çok Geç Olmadan Başlayın!

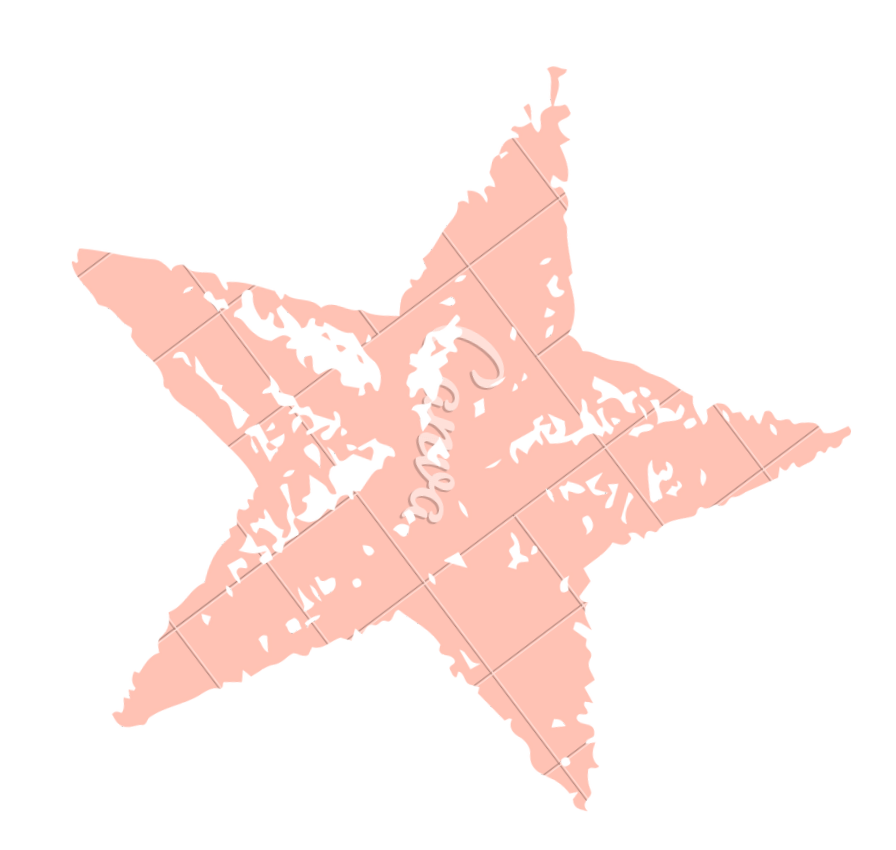
Zaman yönetimi becerisi kazandırmak için ne kadar erken başlarsanız o kadar iyi olur ve günleriniz hem çocuğunuz hem sizin için daha kolay geçer. Örneğin okul öncesi çocuğunuz kıyafetlerini giymeyi ve oyuncaklarını toparlamayı öğrenebilir,ev içindeki yaşına uygun basit işleri ona önceden verdiğiniz başlangıç ve bitiş zamanları ile yapmaya başlayabilir.

Çocuklarınızı Yoğun Bir Temponun İçine Sokmayın!

**Ebeveynler olarak yaptığımız en yaygın hatalardan biri,çocuklarımızın okul sonrası her etkinliğe katılmalarını sağlamaya çalışmaktır.bu çok yoğun tempo hem siz hem onlar için verimlilikten uzak ve yorucu olabilir.Serbest zamanlar her aile üyesi için gereklidir ve zaman yönetiminde daha iyi bir tutum için yardımcı olur.**

Çocuklarınıza zamanın nasıl ölçüldüĞünü gösterİn!

Saatin nasıl okunacağını bilen çocuklarda bile zaman kavramı olmayabilir.Onlarda süre kavramı oluşmasına yardımcı olabilecek kronometre kullanabilirsiniz ya da bir saati yakınınızda tutabilirsiniz.Sürenin dolmasına yakın sözlü geri sayım yapın; böylece bu zaman dilimleri için içsel bir his elde etmeye

başlayabilirler.

Bütün bu yöntemleri kullanırken amacınız ona bir saat,15 dakika ya da beş dakika gibi sürelerin nasıl hissedildiğini ve ne anlama geldiğini anlamasına yardımcı olmaktır.Böylece bir dahaki sefere “Beş dakikaya evden ayrılıyoruz”dediğinizde bunun onun oyuncakları ile oynamak ya da tv seyretmek için zamanı olmadığı anlamına geleceğini bilebilir.



Bir Ödül Düşünmeyi Unutmayın!

**Ödüller doğru kullanıldığında çok iyi motivasyon araçlarıdır.Yapacağınız uygulamalarda yol aldıkça günlük veya haftalık ödüllerle davranışları**

**pekiştirebilirsiniz.Ailece ödülün ne olacağına karar**

**verebilirsiniz.Küçük çocuklar daha kısa zaman dilimlerinde ödüllere odaklanabilirler;örneğin**

**programında üç veya dört hedefi tamamlayan bir**

**çocuk bir oyun zamanı alır gibi..**

Çocuk Dostu Zaman Yönetimi Araçları Kullanın!

**Yapacağınız uygulamalarda kullanacağınız araç ve gereçleri seçerken çocuğunuzun ilgisine hitap eden seçimler yapmaya özen gösterebilirsiniz.**

**Örneğin hazırlayacağınız takvimlere mi,teknolojik**

**uygulamalara mı daha çok ilgisi var bunu en çok siz bilebilirsiniz.Önemli olan çocuklarınızla ilgili görsel ve teknikleri kullanmaktır.**