



CUMHURİYET İLKOKULU 1.SINIF VELİ KİTAPÇIĞI

Sevgili Anne Babalar,

Eğitimde, özellikle okul döneminin ilk yıllarında ailenin çocuğun başarısı üzerinde önemli rolü vardır. Eğitim sürecinin kalitesini arttırmak, çocuğun sağlıklı bir şekilde gelişim göstermesine imkân sağlamak ve eğitim öğretim faaliyetlerinin tümünde aktif olarak bulunmak velilerin birincil görevlerindedir ve önemli bir sorumluluktur. Anne baba olarak çocuğunuzun eğitimine ne kadar erken katılırsanız ve olumlu katkı sağlarsanız çocuğunuzun kazanımları artacaktır. Sizler çok kıymetlisiniz sevgili anne babalar. Çocuğunuzun kendini tanıması, gerçekleştirmesi, potansiyelini

ortaya koyması ve kullanması için onlara uygun çalışma ortamı hazırlama, teşvik etme, başarısını desteklemeniz için çocuklarımız siz anne babaların gücene ihtiyaç duyarlar. Çünkü Evde ve okulda çocuklarına sosyal, duygusal ve akademik destek sunan velilerin çocuklarının okula başarılı bir geçiş sağladığı ve hayatın her alanında daha başarılı oldukları görülmektedir.

Çocuk okula ilk başta uyum problemi yaşayabilir. Yaşananlar sürecin doğal bir parçasıdır. Siz anne ve babaların desteği, okul ile iş birliği içinde olmanız , endişelerinizle başa çıkmanız ve bunu çocuğunuza yansıtmamanız büyük önem taşımaktadır.



OKULA ALIŞMA SÜRECİNİ GÜÇLEŞTİRMEYELİM!

Okula başlayan çocuklar üzerinde ebeveynlerin tutumları ve davranışları, onların okul yaşantısı için son derece önemlidir.

Bu dönemde ailenin yaptığı bazı hatalar çocuğun okula alışma sürecini olumsuz etkiler. Bu davranışlardan kaçınmanız çocuğunuzun okula geçiş sürecinde çok önemlidir. Örneğin;

- 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,
- 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,
- 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,
- Aile bireylerinin çocuğun okula gitmesi ile ilgili tutarsız davranması
- Evde günlük rutinleri olmaması, aile içi tutarsızlık ve iletişim problemleri.
- Arkadaşlarıyla anlaşamadın mı, seni dışladılar mı?

AŞAĞIDAKİ İFADELERDEN KAÇINALIM

- Eğer ağlarsan giderim.
- Sen artık büyüdün, bebekler ağlar.
- Ağlarsan akşama gelip seni almam.
- Böyle davranırsan bu okulda kimse seni sevmez.
- Galiba sen okula alışamayacaksın. Acaba bugün başlamasa mı?
- Okula gitmek zorundasın, gitmezsen okumayı öğrenemezsin.
- Ağlayacak ne var, bak kimse senin gibi ağlamıyor.
- Sen çok akıllı bir çocuksun, neden ağlıyorsun?
- Hiç arkadaşların ağlıyor mu? Çok ayıp arkadaşların seni görmesin.
- Ağlamadan sınıfına gidersen istediğin bir şeyi sana alacağım.
- Bugün sınıfında kal; söz yarın seni okula getirmeyeceğim.
- Öğretmenini sevmedin mi neden okula gitmek istemiyorsun?

1-Çocuğum okula gitmek istemiyor

Değerli veliler bütün 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. Okulun ilk günlerinde yaşanabilecek bu sorunların doğal olduğu unutulmamalı ve çocukların okula gitmek istememe ile ilgili bahaneler uydurması yadırganmamalıdır. Çocuğun okula gitmek istememesinin temelinde; ebeveynlerden ayrılma korkusu, birden bire günün büyük bir bölümünde evden ayrı kalmanın getirdiği endişe çocukta ayrılık endişesini tetikleyebilir. Ayrıca annenin çocuktan ayrılmakta zorlanması, okul tuvaletlerini kullanmaya yönelik kaygılar, arkadaş edinme endişesi ,okul veya öğretmen ile korkutulma gibi durumlar yer alabilmektedir.

Bu süreçte çocuğa karşı anlayışlı,sabırlı ve destekleyici olunması gereklidir. Çocuğunuza okulun amacını anlatın, gözyaşları ile alay etmeyin. Vedalaşmalarınızı çabuk ve kısa süreli tutun. Ona gün içinde neler yapacağınızı açıklayın ve onu almaya geleceğiniz konusunda size güven duymasını sağlayın.



2-Eyvah, Çocuğum Okuyamıyor!

Okuma yazma pek çok farklı becerinin koordinasyonu sonucu oluşur. Çocuğunuz gerekli psikomotor, bilişsel ve duygusal olgunluğa eriştikten sonra okuma yazma edinimi doğal bir süreç içerisinde gerçekleşecektir.

Velilerin çocuktan beklentilerinin yüksek olması ve ailelerin bazı becerileri çocukların çabucak öğrenmelerini istemeleri okula başlayan çocukların ailelerinde görülen en önemli problemdir.Oysa çocuğın hazır bulunuşluk düzeyi, bireysel özellikleri, becerileri ve gelişimsel durumunu göz önünde bulundurmak önemlidir..Sevgili velilerim unutmayalım ki her şey zamanında gerçekleşirse sağlıklı olur.Yavrularımızın bir an önce okuma yazmaya geçmesini istemek,onları kaygılandırmak yerine okulu sevmelerini,mutlu eve dönmelerini,arkadaş edinmelerini huzurlu olmalarını istememiz en doğrusu olur.Zaten bu huzur ve mutluluk onların öğrenmelerini de kolaylaştıracaktır.

Unutmayalım ki Aceleci davranan veliler, çocuklarının eğitim sürecinde hem çocuklar açısından hem de öğretmen açısından sorunlara neden olabilmektedir.

3-Benim Çocuğum Neden Diğerleri Gibi Değil?

Çocuğunuzu diğer çocuklarla kıyaslamayın ,çocuğunuzun da farklı ve güçlü yönlerini hatırlayın ve vurgulayın.

Kıyaslama yapmak; ailelerin beklentilerini gösteren ve aileler tarafından çocuğın başarısını arttırabilecek bir yöntem olarak kullanılmaktadır. Veliler genellikle "Komşunun çocuğu okumaya geçti, benim çocuğum neden geçemedi?", "Arkadaşların senden güzel yazıyor?" vb. ifadelerle kendi çocuklarının yetersizliklerini bir şekilde dile getirirler. Veliler çocuklarını bu şekilde motive edebileceklerini düşünmektedirler. Ancak, çocuk üzerinde baskı oluşturan bu tür ifadelerin aslında kaygı yaratıcı ve başarıya engel olduğu unutulmamalıdır. Yaşitlarıyla etkileşimde bulunduğu ortamlarda çocuğunuzun diğerlerinden farklı ve güçlü yanlarını daha iyi gözleme fırsatı elde edebilirsiniz. Ayrıca, çocuğunuzun zayıf olduğunu düşündüğünüz yönlerini evde basit görev ve sorumluluklar vererek güçlendirip, geliştirmesine yardımcı olabilirsiniz.

4-Çocuğumdan Neler Bekliyorum?

Çocuğu hakkında yeterince bilgiye sahip olmayan ve çocuğunu tanımayan velilerin çocuklarından ve okuldan beklentileri gerçek dışı olabilmektedir. Bu noktada veliye çok önemli sorumluluklar düşmektedir.

Öncelikle aile çocuğu bütün yönleriyle tanımalı, farklı ortamlarda gözlemlemeli ve bireysel özelliklerinin farkında olmalıdır. Bunun yanında ailenin çocuğun ilgisi ve kapasitesinin farkında olması, neler yapabileceğini kestirerek çocuğa bu noktada iyi bir rehber olması ve çocuğun okul ortamından verimli bir şekilde nasıl yararlanabileceğini çok iyi bilmesi gerekir. Velinin yüksek beklentisi çocuğun cesaretini kırar.

Veliyi hayal kırıklığına uğratma endişesi ise çocukta başarısızlık kaygısına neden olabilmektedir. Bu noktada, çocuğunuzu iyi tanıyarak beklentilerinizi gerçekçi düzeyde tutmanız, çocuğunuzun sağlıklı sosyal-duygusal gelişimi açısından büyük önem taşımaktadır.

5-Okul aile işbirliği neden önemli

İlkokul döneminde veli - okul arasındaki iletişim ,kurulan bağ çok önemlidir. Veli,okul iletişimi yaşanan sürecin değerlendirilmesi, duygu, düşünce ve bilgilerin paylaşılması, çocuğun gelişimini takip etme, var olan sorunları belirleme ve uygun çözümler üretme gibi uygulamaların çocuğun başarısı üzerinde oldukça önemlidir.

Öğretmenlerimizin velilerle işbirliği halinde çalışması , rehberlik etmeleri öğretim sürecinin verimini arttırdığı gibi çocukları da olumlu yönde etkiler.



BİRAZDA ÇOCUKLARIMIZA KULAK VERELİM.

** Annecim ve babacım sağlıklı gelişimim için beni olduğum gibi kabul edersen daha mutlu ve başarılı olurum

** Benim için yapabileceğiniz en önemli şey beni iyi tanımanız, güçlü ve zayıf yönlerimi bilmeniz ve benden beklentilerinizi en uygun düzeyde tutmanızdır.

** Annecim ve babacım bu süreçte birlikte hareket etmek, ortak karar almak ve bu kuralları birlikte uygulamak benim için çok önemli

** Erken okuma-yazmam için acele etmeyin, sabırlı olun ve bana destek olun. Eğer okulu sever ve olumlu bir tutum geliştirmeme destek olursanız işim daha da kolaylaşır.

** Ben daha çok küçüğüm kendimi tanımak için bana zaman tanıyın ve yardımcı olun , ilgi ve yeteneklerimi merak ediyorum beni doğru yönlendirin ki kendimi keşfedeyim.

** Her çocuğun öğrenme yöntemleri farklıdır annecim ve babacım. Kapasiteme ve bireysel özelliklerime uygun öğrenme yöntemimi seçmeme destek olun.

** Bana uyku saati, beslenme alışkanlıkları, giyinme ve tuvalet ihtiyacı ile ilgili günlük rutinlerimi okul hayatını kolaylaştıracak şekilde sürdürebilmem için destek olun.

SEVGİLİ VELİLER

ÇOCUĞUNUZUN OKULA UYUM SAĞLAMA YÖNÜNDEKİ ÇABALARINI TAKDİR EDİP DESTEK OLUNUZ.



kahvaltı uzun süre tok tutacağı için enerji düzeyi de uzun süre korunacaktır.

Okul çağı çocuklarının kahvaltısında muhakkak olması gerekenler;

↳Yumurta

↳Peynir

↳Tereyağı

↳Zeytin

↳Kavrulmamış kuruyemiş

↳Mevsim sebzeleri

(domates, biber, salatalık, havuç)

↳Süt, su veya meyve çayları

Çocuklarımıza sağlıklı bir kahvaltı yaptırdıktan sonra, yanına kuruyemiş, kuru/taze meyve ve ayrandan oluşan sağlıklı atıştırmalığını da vererek okula uğurlarsak sağlıklı ve başarılı olması için **ilk adımı** atmış oluruz.

Poğaç, simit, tost, cips, şekerleme, kek, bisküvi, ketçap, mayonez, hamburger, kola ve her türlü gazlı içecekten çocuklarımız başta olmak üzere **tüm ailemizi uzak tutalım.**

NOT: Sağlık problemi olan çocuklarımız doktor kontrolünde beslenme alışkanlıklarını düzenlemelidir.

SAĞLIKLI BESLENMENİN ÇOCUKLARIMIZ İÇİN ÖNEMİ

Araştırmalar gösteriyor ki **okul başarısı ile beslenme birbiriyle çok ilişkili.** Kahvaltı yapmayan çocuk beden ve zihnen uyanmakta zorlanır. Agresif, bitkin ve uykulu olur. Dikkatini toplayamaz.

Çocukların gün boyunca, enerjiye ihtiyaçları var.sağlıklı ve doğru beslenmeleri bu açıdanda çok önemlidir. Mesela sofraya şekeri dediğimiz basit karbonhidratlar, kan şekerinin hızla yükselip düşmesine sebep olur. Bu durum ise çocukta dikkatte kayma, konsantrasyon eksikliği ve uyku hali yaratır. Özellikle ders öncesi çikolata, şekerlemeler vs. tüketilmesi **yanlıştır.**

Çocukların kahvaltısı onlara uzun süre enerji vermeli. Şekerli ve hızla şekere dönüşen yiyecekler bir anda enerji patlaması yaratıp, kısa sürede enerjisiz bırakır. Proteinli ve düşük karbonhidrat ve yağ içeren bir

29 HARFTE ÇOCUK EĞİTİMİ

Çocuğunuza;

A- Akıl Vermeyin

B- Başkalarına Benzemesini Beklemeyin

C- Ciddiye Alın

Ç- Çimlere Basmasını Sağlayın

D- Denemesine İzin Verin

E- Empati Kurun

F- Fikrini Sorun

G- Gurur Duyduğunuzu Söyleyin

H- Hayallerini Sorun

I- Israrcı Olmayın

İ- İnatlaşmayın

J- Jest Yapın

K- Kucaklayın

L- "Lütfen"li Konuşun

M- Model Olun

N- Ne İsteddiğini Sorun

O- Oyun Oynayın

Ö- Özür Dileyin

P- Paylaşın

R- Rica Edin

S- Sorumluluk Verin

Ş- Şans Verin

T- Tutarlı Olun

U- Utandırmayın

Ü- Üzüntülerini Paylaşın

V- Vakit Ayırın

Y- Yüreklendirin

Z- Zevklerini Öğrenin

