

Çocuklarda zaman Yönetimi

Hacer Yücel Anaokulu Rehberlik Servisi

ÇOCUĞUNUZUN
ZAMAN YÖNETİMİ
BECERİSİNİN
GELİŞİMİNE NASIL
KATKIDA
BULUNABİLİRSİNİZ?



zaman yönetimi nedir?

Her gün sahip olduğumuz yirmi dört saatlik zaman dilimini etkili ve verimli kullanabilmek için planlı bir şekilde hareket etmektir, zamanımızı yönetmek.

Uzmanlar, çocuklarda bu zaman algısı gelişiminin anne karnından itibaren desteklenebileceğini belirtiyorlar.

Bebeklik döneminde; uyku ve beslenme gibi ihtiyaçlarının aynı saatte ve düzenli biçimde karşılanması, zaman algısı gelişimine olumlu katkı sunmaktadır.

Okul öncesi dönemde; çocuklar zaman kavramını henüz tam anlamıyla kavrayamazlar da kendi vakitlerini yönetme becerileri geliştirilmeye başlanmalıdır. Çocuklar bebeklikten itibaren belli saatlerde uyumaya, oynamaya ve yemeye alışır. Anaokulu ile birlikte okuldaki düzen daha ağırlıklı, ev ortamı ise daha esnek olmaya başlar. Bu dönemde de evde bazı düzenlemeler yaparak çocuğunuzun zaman yönetimi alışkanlığını kazanmasını sağlayabilirsiniz.

Çocuklarda zaman Yönetimi

Hacer Yücel Anaokulu Rehberlik Servisi



- **"Önce" ve "sonra" kavramlarını kullanın**

"Yemeğini yedikten sonra oyun oynayabilirsiniz". "Yatmadan önce dişlerinizi fırçalamalısınız." Bu gibi cümleleri kullanıyorsanız çocuğunuza küçük bir zaman yönetimi eğitimi vermeye başladınız bile. Çocuklar bu şekilde rutin ve düzen bilgisine sahip olurlar.

- **Kendi takviminizi oluşturun**

Çocuğunuzla birlikte günlük rutinleri (uyku saati, diş fırçalama vb.) ya da önemli etkinlikleri işaretleyebileceğiniz ve süsleyebileceğiniz bir takvim oluşturabilirsiniz. Bu süreç birlikte keyifli vakit geçirmek ve çocuklarınızın taleplerini dinlemek için de iyi bir fırsat olabilir.

- **Zamanın nasıl ölçüldüğünü gösterin**

Çocuğunuzla sınırlı bir zamanda bir etkinlik başlayacak, bitecek ise mutlaka zamanı saat üzerinde gösterin. Örneğin; "Saat 10'da evden çıkmamız gerekiyor. Bak 10'un üzerine araba yapıştırmayı koydum, bu evden çıkacağımız zaman. Bu kısa kol arabaya geldiğinde ayakkabılarını giymiş bir şekilde evden çıkmaya hazır olmanız lazım" diyebilirsiniz. Böylece çocuğunuz saati kontrol ederek zamanını yavaş yavaş ayarlamayı öğrenir. Bu yöntemi birçok farklı alanda kullanabilirsiniz; ebeveyninin işini bitirmesini beklerken, kitap okuma saati, evden çıkma saati, anneannenin gelme zamanı vb. Çocuğunuza kum saati gibi zamanı ölçen araçları kullanarak da zamanın nasıl ölçüldüğünü gösterebilirsiniz.

- **Aktiviteyi Özenle Seçin**

Çocuklarınızın aynı anda pek çok aktivite yapmasını isteyebilirsiniz. Çok fazla aktivite yapmak çabuk yorulmalarına neden olur. İlgi duyabilecekleri sınırlı sayıda ve belli bir süresi olan aktivite seçerek yoğunlaşmalarını ve zamanlarını etkin kullanmayı öğretin.

- **Çocuğunuza düzenli olmayı öğretin**

Evde her odanın bir düzeni olduğu gibi, çocuğunuzun da odasının ve eşyalarının bir düzeni olmalıdır. Çocuğunuzun eşyalarına ait alanların olması (oyuncaklar kutularında, kitaplar rafta, boyalar kalemlikte gibi), aradığı eşyasını kolaylıkla bulmasına ve dolayısıyla onu bulmak için zaman kaybetmemesine yardımcı olur.

- **Çocuğunuza iyi bir örnek olun**

Zamanlama konusunda ve zamanınızı etkili kullanma konusunda çocuğunuza iyi bir rol model olun. Çocuğunuz zamanında okuluna götürün, okuldan alın. Söz verdiğiniz saatlere sadık kalmaya çalışın. İşe giderken geç kaldım telaşını, yetiştiremediğiniz bir projeye ilgili olan kaygınızı çocuğunuzun önünde yaşamamaya özen gösterin.



"Zaman depolanamayan, satın alınamayan ve sınırlı bir kaynaktır. Zamanın verimli kullanılması, bilgili, bilinçli ve istekli olmayı gerektirir."