



T.C.  
TEKİRDAĞ VALİLİĞİ  
İl Millî Eğitim Müdürlüğü

# İlkokul 2. Sınıf Öğrenci ve Velilerine Yönelik Temel Rehberlik Sunumu



T.C.  
TEKİRDAĞ VALİLİĞİ  
İl Millî Eğitim Müdürlüğü

# Zaman yönetimi hakkında...

- Günümüzde okul ,etüt saatleri ve haftasonu kursları hep bir açığı kapatmaya yönelik olup çocukların zamanlarını büyük ölçüde kapsamaktadırlar. Birçok çocuğun randevu defteri tamamıyla bu tür etkinliklerle doludur. Her çocuk hayallere ve oyun için planlanmamış zamana ihtiyaç duyar.
- Yetişkinlerde olduğu gibi çocuklarda da önceliklerin nerede olduğunu bulmak gerekir.
- Çocuğunuzun yanına oturun ve çocuğunuzun zamanını geçirdiği tüm aktiviteleri alt alta yazın daha sonra bunları önemlilik sırasına göre sıralayın.. Bu sıralamada sadece sizin değil çocuğunuzun da bakış açısına önem verin. Neyi severek yapar? Ne onun için önemlidir?



# Zaman yönetimi hakkında...

## Okul Çocuğu İçin Zaman Yönetimi

Bazı çocukların ev ödevleri saatlerce sürer çünkü arada ya karınları acıkır ya da tuvalete gitmeleri gerekir. Yazı yazmak yerine yapboz yapmak veya bir kitabın sayfalarını çevirmek daha cazip gelir. İki saat sonunda ev ödevleri hala bitmemiştir ve çocuk doğal olarak sıkılır. Çünkü daha yapması gereken çok fazla ödev vardır. Oyun için gerekli olan boş zaman yan etkinliklerle harcanmıştır. İşte zaman yönetimi tam da burada devreye girer. Bu durumun yaşanmaması için zaman yönetimi nasıl yapılmalı;

- Önceden ev ödevleri için hazırlık yapın defterler hazır masada olmalı, kalemlerin uçları açık olmalı ve ödevde başlamadan önce çocuk ne yapması gerektiğini bilmelidir.
- Çocuğun ders çalıştığı çalışma atmosferi az uyarının olduğu bir ortam olmalıdır.





# Zaman yönetimi hakkında...

## Zaman Yönetimi Nasıl Yapılmalı

- İlk zamanlarda gerekirse ödevler bitene kadar çocuğunuzun yanında kalın, sosyal denetim mekanizması bazen harikalar yaratabilir.
- Çocuğun dikkati dağıtma isteklerine kulak asmamanız gerekmektedir. "Anne şimdi televizyonda çok güzel bir film var." Hiç cevap vermeyin ödevler bittikten sonra televizyon programı tekrar tartışılabilir. Çocuğunuzun belirli bir çalışma disiplinini benimsediğine inandığınız zaman kendinizi bu işlevden ayırabilirsiniz.
- Çocuğunuzun odasında sadeliğe özen gösterin. Eğer çocuğunuz nerede, hangi oyunu ve hangi kitabı bulacağını bilirse çok fazla aramak zorunda kalmaz.





T.C.  
TEKİRDAĞ VALİLİĞİ  
İl Millî Eğitim Müdürlüğü

# Zaman yönetimi hakkında...

## Çocuklar İçin “Boş Zaman” Ne Demektir?

En aktif çocuk bile kendisi için boş zamana ihtiyaç duyar. Örneğin odasında oturup çizgi roman okumak veya bir kitap karıştırmak için veya televizyonda bir çizgi film seyretmek için.

Gerçek yaratıcılık devamlı uyarılmakla değil yaşanılanı işlemekle gelişir. Çok ufak bir çocuk bu işlemin nasıl gerçekleştiğini bize çok güzel gösterir. Bir şey yaşar, öğrenir ve öğrendiğini yapana kadar uygulamaya çalışır. Örneğin her seferinde ayaklarının üzerinde durmaya çalışır belki on defa yere düşer ama yeniden kalkar çünkü doğa ona, yapabilene kadar deneme özelliğini vermiştir. Bu durum büyük çocuklarda neden farklı olsun?





T.C.  
TEKİRDAĞ VALİLİĞİ  
İl Millî Eğitim Müdürlüğü

# Temel Okul Kuralları...

Okulda düzenin oluşması, sınıflarda etkili bir öğrenmenin gerçekleşmesi için tüm sınıfların uyması gereken kuralların belirlenmesi gerekmektedir. İlkokul öğrencileri gelişim özelliklerinden kaynaklı, kuralları uzun süre akıllarında tutmakta zorlanabilirler. Bu sebeple 2. sınıfa başlayan öğrenciye okulun başlangıcında yapılacak ilk işlerden biri okul kurallarının ve sınıf kurallarının hatırlatılması olmalıdır.





# Temel Okul Kuralları...

Kuralları oluştururken, öğrenciler açısından kuralların uygulanabilirliğini arttırmak için aşağıdaki hususlara dikkat edilmelidir.

- Kurallar ilk derste belirlenir.
- Kural sayısı 1. sınıfa göre arttırılabilir ancak yine de çok fazla olmamalıdır.
- Kurallar zamanla değişebilir. 1. sınıfta belirlenen ve artık işlevini kaybetmiş olan kurallar çıkarılabilir ya da değiştirilebilir. Ayrıca yeni ihtiyaç duyulan konularla ilgili kurallar eklenmelidir.
- Kurallar nesnel ve belirli olmalıdır.
- Kurallar amaca dönük olmalıdır.
- Kurallar yazılırken öğrencilerin anlayabileceği açık , net ve anlaşılabilir şekilde yazılmalıdır.
- Kuralların önemi ve öğrencilere olan yararları açıklanmalıdır.
- Kurallar belirlenirken olumlu ifadeler ile oluşmalıdır.

Örnek : Yerlere çöp atmamalıyım (Yanlış İfade )

Örnek : Çöpleri çöp kutusuna atalım (Doğru İfade)



## Beslenme Düzeni

Vücudumuzun büyümesi, yenilenmesi ve çalışması için yeterli ve dengeli beslenmemiz gerekmektedir. Sağlıklı, güçlü olmamız ve büyüyebilmemiz için dengeli beslenmemiz çok önemli.

### Yeterli ve dengeli beslenen kişiler;

- Sağlıklı büyürler,
- Çeşitli ve zengin beslenmiş olurlar,
- Enerjik olurlar,
- Yaratıcı ve üretken olurlar,
- Hasta olduklarında iyileşmeleri daha kısa sürer







T.C.  
TEKİRDAĞ VALİLİĞİ  
İl Millî Eğitim Müdürlüğü

## Sağlıklı Yemek Tabakı



Su

Ekmek ve tahıllar  
grubu



Süt ve ürünleri  
grubu

Et ve ürünleri,  
tavuk, balık,  
yumurta, kuru  
baklagiller ile  
yağlı tohumlar  
grubu

Taze sebzeler  
grubu

Taze meyveler  
grubu



T.C.  
TEKİRDAĞ VALİLİĞİ  
İl Millî Eğitim Müdürlüğü

# Uyku Düzeni

Dengeli ve düzenli uyku, vücudun dinlenmesini ve beynin bir gün önce aldığı bilgiyi işlemesini sağlar. Düzenli bir uyku için uyku rutini oluşturmak etkili olacaktır. Hafif bir müzik dinlemek, kitap okumak ya da nefes egzersizleri yapmak gibi.

Çocuk uyku sırasında büyümektedir. Çocuk ne kadar küçükse, büyüme o kadar hızlı, uyku ihtiyacı da o kadar fazladır.

6-12 yaş arası çocukların ortalama 10-11 saat uyumaları gerekmektedir.





T.C.  
TEKİRDAĞ VALİLİĞİ  
İl Millî Eğitim Müdürlüğü

# Uyku Düzeni

Çocukların uyuma zamanı mutlaka gece 22.00'den önce olmalıdır.

Çocuklarda uykunun sağlıklı olabilmesi için çocukların, karanlık, sessiz, makul ısı(20 -22 °C) ve rutubette(%40-60) ebeveynden ayrı yatmaları önerilir.

Televizyon, bilgisayar, telefon ve tabletlerden gelen mavi ışık, uykuyu geciktirir. Uyku saatinden en az 2 saat önce teknolojik cihaz kullanımını sonlandırılmalıdır. Yatak odasında elektronik aletlerin olmaması, uyku kalitesini artıracaktır.





T.C.  
TEKİRDAĞ VALİLİĞİ  
İl Millî Eğitim Müdürlüğü

# Uyku Düzeni

Dengeli ve düzenli uyuyan çocuklar;

- İyi bir dikkate sahip olur ve motor beceri gerektiren görevleri doğru bir şekilde yerine getirir.
- Obeziteye yakalanma oranları daha düşüktür.
- Daha sağlıklı bir kalbe sahip olurlar.
- Daha güçlü bir bağışıklık sistemine sahip olarak olası hastalıklara karşı daha dirençlidirler.





T.C.  
TEKİRDAĞ VALİLİĞİ  
İl Millî Eğitim Müdürlüğü

# Hedef Belirleme

- Hedefler öğrencinin doğru yoldan ayrılmamasını ve başarıya ulaşmasını sağlar.





T.C.  
TEKİRDAĞ VALİLİĞİ  
İl Millî Eğitim Müdürlüğü

# Hedef Belirleme

- Hedeflere varma konusunda bir öğrenci zorlu yollardan da geçse başarıya ulaşacaktır.





# Hedef Belirleme

- Hedef; kişinin kendisi için belirlediği somut, net, ulaşılabilir amaçlardır.
- Hedef belirlemek önemlidir, çünkü hedefler kişinin başarı oranını artırmaktadır.
- Hedefler kişinin ilgi ve yetenekleriyle uyumlu olmalıdır, kişinin gerçekten ne istediğini yansıtmalıdır. Gerçekçi, net, somut olmalıdır.
- Hedeflere ulaşabilmek için tam olarak ne istediğimize karar vermeliyiz. Hedefleri olumlu dille ve yazılı ifade edip, görünür hale getirmeliyiz.
- Hedefler kişiye özeldir, o yüzden kişi kendini iyi tanımalı ve ne istediğini bilmelidir. Hedefler gerçekleşmediğinde nedenini bulup, tekrar denemekten yılmamalı ve kişi motivasyonu düşürmemeli.



T.C.  
TEKİRDAĞ VALİLİĞİ  
İl Millî Eğitim Müdürlüğü

# Motivasyon

- Hedeflere ulaşmak zorlu bir yoldur.
- Bu zorlu yolda öğrencinin hedeflerine ulaşmasını motivasyon sağlar.







# Motivasyon

- Motivasyonu yüksek öğrenci kendini güvende hisseder.
- Öğrencinin performansını ve başarısını artırır.
- Öğrencinin algı ve düşünce yapısında odaklanmasını sağlar.





# Motivasyon

- Motivasyon, bireyi harekete geçiren inanç, arzu, ihtiyaç ve korkularıdır.
- Başarıyı olumlu yönde etkileyen motivasyon, öğrenmenin tetikçisidir.
- Motivasyona sahip öğrencilerde derse hazır gelme, soru sorma, tartışmalara katılma, konu üzerinde odaklanma, güçlüklerden yılmama, ısrarlı ve kararlı olma gibi davranışlar gözlenir.
- Hedeflerin belirlenmesinde her anne-baba çocuğunun özelliklerini iyi bilmeli ve ders ortamı hazırlarken de buna göre bir ortam hazırlamalıdır.
- Evde çocuğun zihinsel ve ahlaki gelişimine uygun kitaplarla dolu bir kitaplığın bulunması faydalı olacaktır.
- Sağlıklı bir uyku ve beslenme düzeni motivasyona olumlu katkıda bulunacaktır.
- Kendisini duygusal anlamda güvende hisseden çocuk öğrenmeye daha çok motive olacaktır. İyi bir dinleyici olmak çocuğun kendisini güvende hissetmesini sağlayacaktır.
- Aile içi sağlıklı bir iletişim ve huzurun varlığı öğrenmeye karşı olumlu anlamda destek sağlayacaktır.
- Ulaşılabilir hedef ve amaçlar edinmesini ve cesaretlendirilmesi önemlidir.



T.C.  
TEKİRDAĞ VALİLİĞİ  
İl Millî Eğitim Müdürlüğü

# Ders Çalışırken Doğru Bilinen Yanlışlar

## Okulda Başarılı Olmak İçin;

- Derste tüm dikkatini derse vermelisin.
- Derste anlamadıklarınını mutlaka öğretmenine sormalısın.
- Derste dersin dışında başka bir şeyle ilgilenmemelisin.
- Ödevlerini zamanında yapmalısın.
- Okula uykunu almış, kahvaltını yapmış olarak gelmelisin.
- Teneffüslerde dinlenmeyi unutmamalısın.





T.C.  
TEKİRDAĞ VALİLİĞİ  
İl Millî Eğitim Müdürlüğü

# Ders Çalışırken Doğru Bilinen Yanlışlar



## Derslerde Başarılı Olmanın Yolları: Evde Ders Çalışma Önerileri

Okuldan eve dönünce biraz dinlendikten sonra ödevlerini yapmaya başlamalısın. Ödevlerini uyku saatine yakın zamanlara bırakmamalısın.

Ödevini yaparken etrafta dikkatini dağıtan nesnelere olmamalı. Oyuncaklar, telefon, tablet, bilgisayar gibi... Ödevinle ilgili olan tüm eşyaları ödevine başlamadan önce yanında hazır bulundurmalısın.

Ödevlerini masa başında yapmalısın. Derslerde başarılı olmak için; TV karşısında, yatarak, rahatsız oturma pozisyonlarında ders çalışmaktan kaçınılmalıdır.



# Ders Çalışırken Doğru Bilinen Yanlışlar

## Okul Başarısını Etkileyen Faktörler

- Öğrencinin derse olan ilgisi
- Öğrencinin zihinsel becerileri
- Doğru yönlendirme

Okul başarısını etkileyen faktörler arasında –Eğer DEHB, Disleksi gibi problemler yoksa- öğrencinin derslere olan ilgisi önemli role sahiptir. Çocuğunuzun zihinsel becerileri ve ilgi alanları bazı derslerde başarılı olmasına, bazı derslerde ise başarısız olmasına sebep olabilir. Aslında bu olası bir durumdur.

**ÖRNEK:** Türkçe, hayat bilgisi gibi sözel derslerde başarılı olan bir öğrenci matematik dersinde isteksiz ve başarısız olabilir. Tam tersi de olabileceği gibi her alanda başarılı öğrenciler de vardır.



T.C.  
TEKİRDAĞ VALİLİĞİ  
İl Millî Eğitim Müdürlüğü

# Ders Çalışırken Doğru Bilinen Yanlışlar

## ÖNEMLİ OLAN:

Öğrencinin başarılı olduğu alanları erken tespit edip doğru yönlendirme yapmaktır. “Matematik dersinde başarılısın, Türkçe dersinde neden zayıfsın? İstesen yaparsın, istemiyorsun...” Şeklinde moral bozucu yaklaşımlar doğru değildir.

## BUNUN YERİNE:

Başarısız olunan derslerdeki başarısızlığın sebeplerini araştırmak daha doğrudur. Kaçırılmış konular mı var, anlaşılmayan kısımlar mı var, konulara karşı ilgi düzeyi ne durumda? Tüm bu sorulara yanıt ararken aslında çocuğa dersi sevdirebileceğiniz yeni yöntemler de keşfetmiş olacaksınız. Dersi sevmek, başarıyı beraberinde getirecektir.



# Dikkat nasıl dağılır, nasıl toplanır?

Öncelikle şunu bilmeliyiz ki dikkat dağınıklığı, dikkat eksikliğinden farklıdır.

- Dikkat dağınıklığı bir işi yaparken ve ya düşünürken dikkati toparlayıp işe tam konsantre olamama durumudur. Dikkat eksikliği ise erken çocukluk yaşlarından itibaren gözlemlenebilen, dikkat süresinin kısalığı, dürtülerin yeterince kontrol edilememesi ve aşırı hareketlilik gibi belirtilerle kendini belli eder.
- Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu (DEHB) teşhisi konulan çocuklarda genelde ilaç tedavi süreçleri uygulanırken, dikkat dağınıklığı ilaç kullanmaksızın, çeşitli dikkat ve konsantrasyon çalışmaları ile normal düzeye getirilebilmektedir.
- Her dikkat dağınıklığı şikayeti için ilaç kullanımı gerekmemektedir. İlaçlı dikkat dağınıklığı tedavisi için karar vermeden önce problemin düzeyine bakılmasını şarttır. Dikkat dağınıklığı olan kişilerin ilgisiz kaldıkları alanla ilgili desteklenmeleri dikkat dağınıklığını büyük oranda azaltır.



T.C.  
TEKİRDAĞ VALİLİĞİ  
İl Millî Eğitim Müdürlüğü

# Dikkat nasıl dağılır, nasıl toplanır?

**Dikkat dağınıklığının belirtileri şunlardır;**

- Dersi uzun süre dinleyememek,
- Öğretmene odaklanmakta güçlük çekme,
- Farklı uyaranlara karşı dikkatin çabuk kayması,
- Bir görevi sürdürmede ve ödev yapmakta sorun yaşanması,
- Uzun süre aynı görevin sürdürülememesi,
- Yapılan görevlerin eksik gerçekleştirilmesi,
- Okul başarısında düşüklük, düzensizlik
- Sorumluluk alamama







# Dikkat nasıl dağılır, nasıl toplanır?

- Çocuklarda yaşanan dikkat dağınıklıkları genelde stres ve uyaran eksikliği durumlarıyla ortaya çıkar. Çocukların hoşlandıkları, kendilerini iyi hissettikleri işlerde oldukça dikkatliken tam tersi durumlarda dikkatlerini toplamakta güçlük yaşadıklarını gözlemlemek mümkündür.
- Bunun yanı sıra; düzenli uyku, dengeli beslenme, dikkat süresini uzatmak amacıyla bazı dikkat egzersizleri yapmak, gereksiz görsel ve işitsel uyaranları ortadan kaldırmak ( dersle ilgili olmayan materyallerin kaldırılması, arka fonda tv çalışması gibi)





T.C.  
TEKİRDAĞ VALİLİĞİ  
İl Millî Eğitim Müdürlüğü

# Psikososyal Gelişim Dönemi Hakkında Kısa Bilgilendirmeler

## • OKUL ÇAĞI DÖNEMİ (BAŞARIYA YA DA AŞAĞILIK DUYGUSU)

5-11 Yaş arası, ilköğretim çağını kapsayan dönemdir.

Bu dönemde çocuklar başarıya önem vermeye ve başarılarıyla gurur duymaya başlar.

Bu dönemi sağlıklı geçiren çocuklar aşağılık kompleksleri geliştirmez. Kendileriyle barışık, özgüveni yüksek ve yeterlilik duygusu içerisinde olurlar. Bu dönem iyi geçirilmemişse kişi bağımlı, çekingen, aşağılık kompleksi yaşayan, yetersiz hisseden ve özgüveni eksik bir birey olabilir ve bu duyguların yerleşik hale gelme ihtimali vardır.



T.C.  
TEKİRDAĞ VALİLİĞİ  
İl Millî Eğitim Müdürlüğü

## Okul çağı döneminin sağlıklı geçmesi için:

Bu dönemde okul başarısı çok önemlidir. Çocuğun yaptığı çalışmalar pekiştirilmeli, doğru yaptığı başarılı olduğu kısımlarda mutlaka olumlu geribildirimler verilmelidir. Yaşına ve becerilerine uygun görevler verilerek başarı duygusunu tatması sağlanmalıdır. Çocuk görevi parçalara bölünce daha kolay yapabilir. İlkokul dönemindeki başarı, gelecekteki akademik başarı için çok önemlidir. Çocuk kimse ile kıyaslanmamalı, bireysel olarak değerlendirilmelidir. Bu sayede çocukta öğrenme isteği oluşacak, öğrenme hevesi canlı tutulacaktır.





T.C.  
TEKİRDAĞ VALİLİĞİ  
İl Millî Eğitim Müdürlüğü

## Okul çağı döneminin sağlıklı geçmesi için:

Örnek: 2. sınıfta çocukların çoğu okullu havasına girerler, kendilerini daha olgun ve okula ait hissederler. Konuşmaktan ve dinlenilmekten hoşlanırlar. 2. Sınıf öğrencileri çok organize değildirler. Kafalarından bir çok şey geçer ve bu yüzden dikkatleri çok çabuk dağılır, sürekli eşyalarını kaybederler. Organize olmak konusunda yardıma ihtiyaçları vardır. Veliler ödevindeki hataları gözden geçirmeli, fakat yanlışlarını düzeltmemeli, bunun yerine düzeltmesi gereken hatalarını göstermeli, yeniden denemesini ya da açık uçlu sorular sorarak hatalarını fark etmesini sağlamalıdır.



## Okul çağı döneminin sağlıklı geçmesi için:

- Oyun, artık bu dönemde sadece eğlence amaçlı olmamalı, çocuklar bir şeyler ortaya çıkarmalı, başarmalı ve yaptıkları başkalarınınca da değerli bulunmalıdır. Ders çalışma ortamlarında ders ve oyun dengeli bir şekilde yer aldığında çocuklar araç gereç kullanmayı, sebat etmeyi, üretmeyi ve bununla ilgili kuralları öğrenir ve okul ortamına daha kolaylıkla uyum sağlar.
- 2.Sınıf öğrencilerinin dikkat süreleri 20-30 dk ile sınırlıdır. Bu yüzden ders çalışma süreleri ve yapılacak etkinlikler bu süre aralığına uygun seçilmelidir. Çocuklarla fiziksel ve motor becerilerini aktif bir şekilde kullanabilecekleri oyunlar, bilim ve sanat etkinlikleri yapılmalıdır.



## Okul çağı döneminin sağlıklı geçmesi için:

- Bu dönemin en önemli kısmı çocuğun ebeveyn ile yaptığı özdeşim ve okulla beraber sosyalliğin getirmiş olduğu toplumsal rolün güçlenmesidir. Çocuk hemcinsi olan ebeveynle özdeşim kurar ve ebeveyni model alır.
- Velinin çocuğa yapmasını istediği davranışları söylemesinden ziyade doğru örnek olarak göstermesi önemlidir. Dünya küçükler ve büyüklerden oluşur ve çocuklar yetişkinlerin yol göstermesini beklerler. Örneklere gereksinim duyarlar. Örneğin 2. sınıf öğrencisi öfkelendiğinde bağırarak bir ebeveyn görüyorsa o da öfkelendiğinde bağırarak çağıracaktır.



T.C.  
TEKİRDAĞ VALİLİĞİ  
İl Millî Eğitim Müdürlüğü

# Arkadaşlık İlişkileri

2. sınıfta ilişkiler genellikle o anki ihtiyaçlara dayanır. 2. sınıf öğrencileri 1. sınıfta olduğu kadar çok kavga etmezler, fakat dışlama çok yaygındır. Grup oyunları çok organize olmamasına rağmen, birçok çocuk bir grubun parçası olmamak ya da grup içindeki statüleri konusunda endişe duyarlar. Birbirlerini sürekli izleyerek kimin kurallara uyup uymadığını, ya da kimin adil davranıp davranmadığını takip ederler. Çocuğunuzun arkadaşlık ilişkileri konusunda hassas olmanız önemlidir. Ancak bazı çocukların çok fazla yakın arkadaşı yoktur, ve bu durum onları rahatsız etmez. Çocuğunuz mutlu görünüyorsa ve sınıf arkadaşlarıyla iyi geçiniyorsa endişelenmenize gerek yoktur.





T.C.  
TEKİRDAĞ VALİLİĞİ  
İl Millî Eğitim Müdürlüğü

# Sınavlara Nasıl Hazırlanılır?

- 2.sınıf öğrencileri öncelikle ders çalışacağı belirli bir ortam seçmelidir. Bu seçtiği ortam yeterince havalandırılmış, iyi aydınlatılmış ve sessiz olmalıdır. Ders çalışırken boyuna uygun çalışacağı bir masa ve sandalye olmalıdır. Aynı zamanda ders çalışırken hep aynı yerde ders çalışmalıdır. Ödevlerini düzenli yapmalı ve ödev yaparken 20 dakika ders süresi 10 dakika mola süresi olmalıdır.







## Sınavlara Nasıl Hazırlanılır?

- 2.sınıf velileri önceden çocuklarıyla birlikte çocuklarının çalışacağı saatleri ve mola saatlerini belirlemeli ve bu saatler konusunda kararlı ve tutarlı olmalıdır. Çalışma zamanlarını çocuklarına 15 dakika önceden hatırlatmalıdır. Ders çalışmaya başlarken çocuklarının yanında bulunmalı veya ilk 15 dakika birlikte çalışarak odaklanmalarına yardımcı olmalıdır.





# Öz-Bakım Becerileri

- Her çocuğun yaşına göre yapması beklenen, el yıkama, beslenme, giyinme soyunma gibi günlük rutin işlerin kendisi tarafından karşılanması durumuna öz bakım becerileri denir.
- Çocuğun becerileri kazanması iki biçimde olur. Birincisi çocuğun yetişkinleri gözlemleyerek onları model almasıyla; ikincisi de yetişkinlerin çocuğa destek vermesi süreci ile gerçekleşir.





## 5-7 Yaş Grubundaki Çocuklar

- Kendi kendine giyinir, soyunur.
- -Giysilerinin düğmelerini çözer ilikler.
- -Ayakkabılarını bağlar.
- -Saçlarını tarar.
- -Yemeğini kendi kendine yer.
- -Yemek araç gereçlerini yetişkin gibi kullanır.
- -Bıçak kullanır.
- -Dişlerini fırçalar.
- -Elini yüzünü yıkar kurular.
- -Tuvalet gereksinimini kendi başına karşılar.
- -Hava Şartlarına uygun giysiler seçer.