

2017-2018 EĞİTİM ÖĞRETİM YILI 2-3 YAŞ GRUBU OCAK AYI EĞİTİM PROGRAMI





2017-2018 EĞİTİM ÖĞRETİM YILI 2-3 YAŞ GRUBU OCAK AYI EĞİTİM PROGRAMI

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>KONULARIMIZ:</b><br>*Sağlığım(vücudum)<br>*Sağlığım(beslenme)<br>*Sağlığım(temizlik)<br>*Sağlığım(spor)<br><b>ALT KONULARIMIZ</b><br>*Vücudumu tanıyorum<br>*Vücudumuzun bölümleri<br>*Duyu organlarım<br>*Beslenmenin önemi<br>*Sağlıklı ve sağlıksız besinler<br>*Temizliğin önemi<br>*Temizlik yöntemleri<br>*Meyve ve sebzelerin temizliği<br>*Sporun önemi<br>vücudumuza faydaları<br>*Spor çeşitleri | <b>KAVRAMLARIMIZ</b><br><b>RENK:</b><br>*Sarı<br>*Mavi<br>*Yeşil<br><b>ŞEKİL</b><br>*Üçgen<br><b>SAYI</b><br>*1 rakamı<br>*1-10” arası ritmik sayma<br><b>ZİT KAVRAMLAR:</b><br>*Kirli temiz<br>*Islak-kuru<br><b>AYIN HAYVANI</b><br>*Panda<br><b>BEDEN EĞİTİMİ</b><br>*Yer değiştirme ve parkur çalışmaları yapılarak, çocukların fiziki gelişimleri desteklenir.<br>*Esneklik ve koordinasyon çalışmaları yapılarak hareket kabiliyeti geliştirilir. | <b>YAŞAYAN DEĞERLER EĞİTİMİ</b><br>* Hapşururken ağzımızı kapatıyoruz.<br><b>DİKKAT ÇALIŞMASI</b><br>*Eksik olanı buluyoruz.<br><b>DÜŞÜNME BECERİSİ</b><br>*İçinde sizce ne var<br><b>PARMAK OYUNU</b><br>*Ellerim isimli parmak oyunu<br>*Bay Mikrop parmak oyunu<br>*Sar makarayı parmak oyunu<br>*Sağ el sol el parmak oyunu | <b>FEN ETKİNLİKLERİ</b><br>*Ses nereden geliyor<br>*Mikrop deneyi<br><b>MÜZİK ETKİNLİĞİ</b><br>*”Miço “şarkısını öğreniyor hareketlerini yapıyoruz.<br>*Vücudum şarkısı<br>*Sağlığım şarkısı<br>*Temizlik şarkısı<br>*Dik dur kardeşim şarkısı<br>*Parmaklarım şarkısı<br>*Meyve sebze şarkısı<br><b>MUTFAK ETKİNLİĞİ</b><br>*Çikolatalı kek<br><b>GÖRSEL OKUMA</b><br>*Sağlığımız ile ilgili görseller üzerine konuşuyoruz. | <b>SANAT ÇALIŞMASI</b><br>*El ayak baskımızı çıkartıyoruz.<br>*Artık materyaller ile panda etkinliği yapıyoruz.<br>*Boyama çalışması yapıyoruz.<br>*Mikrop etkinliği yapıyoruz.<br>*El baskısı ile tırtıl etkinliği yapıyoruz.<br>*Balık etkinliği yapıyoruz.<br>*Spor yapan çocuk boyama çalışması yapıyoruz.<br>*Yuvarlama tekniği ile top yapıyoruz.<br>*Yoğurma çalışması yapıyoruz.<br><br><b>DRAMA ÇALIŞMASI</b><br>*Sağlıklı çocuk drama çalışması<br>*Temizlik ile ilgili drama çalışması<br>*İp üzerinden atlama çalışması yapıyoruz | <b>OYUN ETKİNLİĞİ:</b><br>*Köpükler ile baloncuk yapma oyunu oynuyoruz.<br>*”Bu neyin sesi ”oyununu oynuyoruz *Hareketli grup oyunları oynuyoruz.<br>*Top tutma oyunu oynuyoruz.<br>*Kurt kuzu oyununu oynuyoruz.<br>*”Kırmızı Balık” oyununu oynuyoruz<br>*Bowling oynuyoruz. |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>01.01.2018</b></p>  <p><b>MUTLU YILLAR</b></p>                                                                                                                                                                                                                                                         | <p><b>02.01.2018</b></p> <p><b>SPOR/DANS:</b> Müzik eşliğinde sabah sporumuzu yapıyoruz.</p> <p><b>TÜRKÇE DİL ETKİNLİĞİ:</b> Vücudumuz konulu poster inceliyoruz</p> <p><b>MÜZİK ETKİNLİĞİ:</b> "Parmaklarım " şarkısını öğreniyoruz.</p> <p><b>SANAT ÇALIŞMASI:</b> El ayak baskımızı çıkartıyoruz.</p> <p><b>MATEMATİK ÇALIŞMASI:</b> "1" Rakamı tanıma</p> <p><b>BRANŞ:</b> İngilizce</p> <p><b>KİTAP GÜNÜ</b></p>                  | <p><b>03.01.2018</b></p> <p><b>SPOR/DANS:</b> Müzik eşliğinde sabah sporumuzu yapıyoruz.</p> <p><b>TÜRKÇE DİL ETKİNLİĞİ:</b> Vücudumuzun bölümlerini öğreniyoruz ve tekrar ediyoruz.</p> <p><b>PARMAK OYUNU:</b> "Ellerim" isimli parmak oyununu oynuyoruz.</p> <p><b>KAVRAM ÇALIŞMASI:</b> Üçgen kavramını çalışıyoruz.</p> <p><b>BRANŞ:</b> İngilizce</p> | <p><b>04.01.2018</b></p> <p><b>SPOR/DANS:</b> Müzik eşliğinde sabah sporumuzu yapıyoruz.</p> <p><b>AYIN HAYVANI:</b> Panda ile ilgili bilgiler ediniyoruz.</p> <p><b>OYUN ETKİNLİĞİ:</b> bowling oynuyoruz.</p> <p><b>SANAT ÇALIŞMASI:</b> Artık materyaller ile panda etkinliği yapıyoruz.</p> <p><b>BRANŞ:</b> İngilizce</p>                                                                          | <p><b>05.01.2018</b></p> <p><b>SPOR/DANS:</b> Müzik eşliğinde sabah sporumuzu yapıyoruz.</p> <p><b>TÜRKÇE DİL ETKİNLİĞİ:</b> Duyu organlarımız.</p> <p><b>MÜZİK ETKİNLİĞİ:</b> Vücudum şarkısı Söylüyoruz.</p> <p><b>FEN VE MATEMATİK:</b> Ses nereden geliyor.</p> <p><b>KAVRAM ÇALIŞMASI:</b> Şekiller</p> <p><b>BRANŞ:</b> İngilizce</p>                    |
| <p><b>08.01.2018</b></p> <p><b>SPOR/DANS:</b> Müzik eşliğinde koordinasyon ve denge çalışmaları</p> <p><b>TÜRKÇE DİL ETKİNLİĞİ:</b> Beslenmenin önemi ile ilgili sohbet ediyoruz.</p> <p><b>SANAT ÇALIŞMASI:</b> Boyama çalışması yapıyoruz.</p> <p><b>KAVRAM ÇALIŞMASI:</b> "Kirl-Temiz" kavramı ile ilgili çalışma yapıyoruz.</p> <p><b>BRANŞ:</b> İngilizce</p> <p><b>OYUNCAK GÜNÜ</b></p> | <p><b>09.01.2018</b></p> <p><b>SPOR/DANS:</b> Müzik eşliğinde sabah sporumuzu yapıyoruz.</p> <p><b>TÜRKÇE DİL ETKİNLİĞİ:</b> Meyve ve sebzelerin temizliği ile ilgili sohbet ediyoruz. Parmak oyunlarımızı tekrar ediyoruz.</p> <p><b>MÜZİK ETKİNLİĞİ:</b> Balon ile beraber nefes açma çalışmaları.</p> <p><b>DRAMA ÇALIŞMASI:</b> Sağlıklı çocuk drama çalışması yapılır</p> <p><b>BRANŞ:</b> İngilizce</p> <p><b>KİTAP GÜNÜ</b></p> | <p><b>10.01.2018</b></p> <p><b>SPOR/DANS:</b> Müzik eşliğinde sabah sporumuzu yapıyoruz.</p> <p><b>MÜZİK ETKİNLİĞİ:</b> Öğrendiğimiz "Meyve sebze şarkısını tekrar ediyoruz.</p> <p><b>FEN VE MATEMATİK:</b> Mikrop deneyi yapıyoruz.</p> <p><b>SANAT ÇALIŞMASI:</b> Yoğurma maddelerimiz ile çalışıyoruz.</p> <p><b>BRANŞ:</b> İngilizce</p>               | <p><b>11.01.2018</b></p> <p><b>SPOR/DANS:</b> Müzik eşliğinde sabah sporumuzu yapıyoruz.</p> <p><b>TÜRKÇE DİL ETKİNLİĞİ:</b> Sağlıklı ve sağlıksız besinler.</p> <p><b>MÜZİK ETKİNLİĞİ:</b> Sağlığım şarkısı Söylüyoruz.</p> <p><b>DRAMA OYUN:</b> Temizlik ile ilgili drama çalışması yapıyoruz.</p> <p><b>SANAT ÇALIŞMASI:</b> Mikrop etkinliği yapıyoruz. <b>KAVRAM ÇALIŞMASI:</b> Yeşil renk boyama çalışması yapıyoruz.</p> <p><b>BRANŞ:</b> İngilizce,</p> <p><b>PUZZLE GÜNÜ</b></p> | <p><b>12.01.2018</b></p> <p><b>SPOR/DANS:</b> Müzik eşliğinde sabah sporumuzu yapıyoruz. <b>PARMAK OYUNU :</b>"Bay mikrop" isimli parmak oyununu oynuyoruz.</p> <p><b>OYUN ETKİNLİĞİ:</b> Köpükler ile baloncuk yapma oyunu oynuyoruz.</p> <p><b>SANAT ÇALIŞMASI:</b> Pastel boyalar ile serbest resim çalışması yapıyoruz.</p> <p><b>BRANŞ:</b> İngilizce</p> |

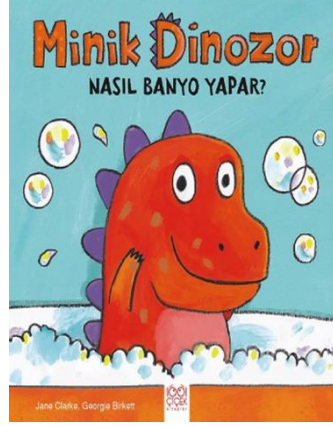
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b><u>15.01.2018</u></b></p> <p><b>SPOR/DANS:</b> Müzik eşliğinde sabah sporumuzu yapıyoruz.</p> <p><b>TÜRKÇE DİL ETKİNLİĞİ:</b> Temizliğin önemi ile ilgili sohbet ediyoruz.</p> <p><b>DEĞERLER EĞİTİMİ:</b> Hapşururken ağzımızı kapatıyoruz.</p> <p><b>SANAT ETKİNLİĞİ:</b> Parmak boylarımız ile grup çalışması yapıyoruz.</p> <p><b>OYUN ETKİNLİĞİ:</b> "Bu neyin sesi" oyununu oynuyoruz.</p> <p><b>BRANŞ:</b> İngilizce</p> <p><b>OYUNCAK GÜNÜ</b></p> | <p><b><u>16.01.2018</u></b></p> <p><b>SPOR/DANS:</b> Müzik eşliğinde sabah sporumuzu yapıyoruz.</p> <p><b>MÜZİK ETKİNLİĞİ:</b> "Temizlik" şarkısı Söylüyoruz.</p> <p><b>DRAMA ÇALIŞMASI:</b> Yaratıcı drama çalışmaları</p> <p><b>PARMAK OYUNU:</b> "Sar makarayı" parmak oyununu oynuyoruz.</p> <p><b>YARATICI DANS:</b> Müzik eşliğinde yaratıcı dans çalışması yapıyoruz.</p> <p><b>SANAT ETKİNLİĞİ:</b> El baskısı ile tırtıl etkinliği yapıyoruz.</p> <p><b>BRANŞ:</b> İngilizce</p> <p><b>KİTAP GÜNÜ</b></p> | <p><b><u>17.01.2018</u></b></p> <p><b>SPOR/DANS:</b> Müzik eşliğinde sabah sporumuzu yapıyoruz.</p> <p><b>TÜRKÇE DİL ETKİNLİĞİ:</b> Temizlik yöntemleri nelerdir? <b>MUTFAK ETKİNLİĞİ:</b> Çikolatalı kek yapıyoruz.</p> <p><b>KAVRAM OYUNU:</b> Eşleştirme oyunu oynuyoruz</p> <p><b>DRAMA OYUN:</b> İp üzerinden atlama çalışması yapıyoruz.</p> <p><b>BRANŞ:</b> İngilizce</p> | <p><b><u>18.01.2018</u></b></p> <p><b>SPOR/DANS:</b> Müzik eşliğinde sabah sporumuzu yapıyoruz.</p> <p><b>MÜZİK ETKİNLİĞİ:</b> Orff ve ritim çalışması yapıyoruz.</p> <p><b>HİKAYE ZAMANI:</b> Hikaye kitabımızı okuyor resimlerini inceliyoruz.</p> <p><b>SANAT ÇALIŞMASI:</b> Balık etkinliği yapıyoruz.</p> <p><b>OYUN ETKİNLİĞİ:</b> Hareketli grup oyunları oynuyoruz.</p> <p><b>BRANŞ:</b> İngilizce</p> | <p><b><u>19.01.2018</u></b></p> <p><b>SPOR/DANS:</b> Müzik eşliğinde sabah sporumuzu yapıyoruz.</p> <p><b>MÜZİK ETKİNLİĞİ:</b> "Miço" şarkısını öğreniyor hareketlerini yapıyoruz.</p> <p><b>OYUN ETKİNLİĞİ:</b> Top tutma oyunu oynuyoruz.</p> <p><b>KAVRAM ÇALIŞMASI:</b> Sarı renk kavramı ile ilgili çalışma yapıyoruz.</p> <p><b>BRANŞ:</b> İngilizce</p> |
| <p><b><u>22.01.2018</u></b></p> <p><b>SPOR/DANS:</b> Müzik eşliğinde sabah sporumuzu yapıyoruz.</p> <p><b>TÜRKÇE DİL ETKİNLİĞİ:</b> Sporun önemi vücudumuza faydaları hakkında sohbet ediyoruz.</p> <p><b>SANAT ÇALIŞMASI:</b> Spor yapan çocuk boyama çalışması yapıyoruz.</p> <p><b>DÜŞÜNME BECERİSİ:</b> İçinde sizce ne var</p> <p><b>BRANŞ:</b> İngilizce</p> <p><b>OYUNCAK GÜNÜ</b></p>                                                                    | <p><b><u>23.01.2018</u></b></p> <p><b>SPOR/DANS:</b> Müzik eşliğinde sabah sporumuzu yapıyoruz.</p> <p><b>OYUN ETKİNLİĞİ:</b> Hareketli grup oyunları oynuyoruz.</p> <p><b>MATEMATİK:</b> Ritmik sayma çalışmaları yapıyoruz.</p> <p><b>KAVRAM ÇALIŞMASI:</b> Mavi renk ile ilgili çalışma yapıyoruz.</p> <p><b>BRANŞ:</b> İngilizce</p> <p><b>KİTAP GÜNÜ</b></p>                                                                                                                                                  | <p><b><u>24.01.2018</u></b></p> <p><b>SPOR/DANS:</b> Müzik eşliğinde sabah sporumuzu yapıyoruz.</p> <p><b>TÜRKÇE DİL ETKİNLİĞİ:</b> Spor çeşitleri ile ilgili görselleri inceliyoruz.</p> <p><b>DİKKAT ÇALIŞMASI:</b> Eksik olanı buluyoruz.</p> <p><b>OYUN ETKİNLİĞİ:</b> Kurt kuzu oyununu oynuyoruz.</p> <p><b>BRANŞ:</b> İngilizce</p>                                        | <p><b><u>25.01.2018</u></b></p> <p><b>SPOR/DANS:</b> Müzik eşliğinde sabah sporumuzu yapıyoruz.</p> <p><b>AYIN HAYVANI:</b> Pandalar ile ilgili bilgiler ediniyoruz.</p> <p><b>KAVRAM ÇALIŞMASI:</b> "1" rakamı ile çalışma yapıyoruz.</p> <p><b>SANAT ÇALIŞMASI:</b> Yuvarlama tekniği ile basket topu yapıyoruz.</p> <p><b>BRANŞ:</b> İngilizce</p>                                                          | <p><b><u>26.01.2018</u></b></p> <p><b>SPOR/DANS:</b> Müzik eşliğinde sabah sporumuzu yapıyoruz.</p> <p><b>MÜZİK –OYUN ETKİNLİĞİ:</b> "Dik dur kardeşim" şarkısını söyleyip oyununu oynuyoruz.</p> <p><b>SANAT ÇALIŞMASI:</b> Boyama çalışması yapıyoruz.</p> <p><b>BRANŞ:</b> İngilizce</p>                                                                    |

| <u>29.01.2018</u>                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | <u>30.01.2018</u>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | <u>31.01.2018</u>                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>SPOR/DANS:</b> Müzik eşliğinde sabah sporumuzu yapıyoruz.</p> <p><b>MÜZİK:</b> Müzik aletleri ile ritim çalışması.</p> <p><b>MATEMATİK:</b> Ritmik sayma çalışmaları yapıyoruz.</p> <p><b>OYUN ETKİNLİĞİ:</b> “Kırmızı Balık” oyununu oynuyoruz.</p> <p><b>BRANŞ:</b> İngilizce</p> <p><b>OYUNCAK GÜNÜ</b></p> | <p><b>SPOR/DANS:</b> Müzik eşliğinde sabah sporumuzu yapıyoruz.</p> <p><b>KAVRAM ÇALIŞMASI:</b> “Islak-kuru” kavramı çalışması yapıyoruz.</p> <p><b>GÖRSEL OKUMA:</b> Sağlığımız ile ilgili görseller üzerine konuşuyoruz.</p> <p><b>AYIN HAYVANI:</b> Pandalar ile ilgili video seyrediyoruz.</p> <p><b>BRANŞ:</b> İngilizce</p> <p><b>KİTAP GÜNÜ</b></p> | <p><b>SPOR/DANS:</b> Müzik eşliğinde sabah sporumuzu yapıyoruz</p> <p><b>SANAT ÇALIŞMASI:</b> Baskı çalışması yapıyoruz.</p> <p><b>PARMAK OYUNU:</b> “Sağ el sol el” adlı parmak oyununu oynuyoruz.</p> <p><b>MÜZİK ETKİNLİĞİ:</b> Şarkılarımızı tekrar ediyoruz.</p> <p><b>BRANŞ:</b> İngilizce</p> |

### HAFTASONU ÖNERİLERİ

- \*Ayna karşısında çocuğunuz ile birlikte birbirinizi inceleyebilir benzer ve farklılıklar hakkında sohbet edebilirsiniz.
- \*Sabun, havlu, diş fırçası gibi temizlik işlerinde kullanılan araçları tanıtip nasıl kullanılacağını gösterebilirsiniz.
- \*Bir aile yemek kitabı oluşturabilir evde tüketilen sağlıklı besin ve yemeklerin resimlerini yapıştırabilirsiniz.
- \*Birlikte koşabilir spor yapabilirsiniz.

## KİTAP ÖNERİSİ



Yayın Evi:Binbir Çiçek Kitaplar

Yayın Tarihi:2016

Yazar:Jane Clarke

Minik dinozor iyice kirlenmiş, ama banyo yapmak istemiyor bir türlü.

Çok kirlendin, şimdi banyo zamanı.

Peki, nasıl banyo yapacak? Hadi gel minik dinozora gösterelim.



SARE POYRAZ

28.01.2016

## “ÇOCUKLARIMIZA ÖZGÜVEN KAZANDIRMAK”

### Çocuğumuzu;

- \* Artık kendini besleyecek becerilerde olduğu halde, onu beslemeye devam ettiğimizde,
- \* Ters olsa bile ayakkabılarını kendi giymeye heveslendiğinde, düzelterek biz giydirdiğimizde,
- \* Yemekten sonra ellerini yıkayabildiği halde, sabunlu bezlerle ağzını sildiğimizde,
- \* İki bacağına bir paçasına sokarken ufak yardımlarla fırsat vermek yerine, tamamen biz giydirdiğimizde,
- \* Merdiveni kendisi çıkmak istediğinde, kucağıma alıp yukarı çıkardığımızda,
- \* Eşyalara artık uzanıp dokunabildiğinde, onları toplayıp dolapların içine kaldırdığımızda,
- \* Lokantada: “ Küçük bey siz ne yersiniz? ” sorusuna, biz: “ O ızgara yer. ” dediğimizde,
- \* Kafadan bacaklı adam çizdiğinde: “ Öyle adam mı çizilir? ” diyerek 30 yaş becerimizle bir adam çizip etkili bir model olduğumuzu sandığımızda,
- \* Çalan telefonu açmak için hevesle koştuğunda, telefonu elinden aldığımızda vb. durumlarda, çocuğumuzun büyümesinin ve sağlıklı gelişmesinin en somut ifadelerini görmezlikten geliyoruz demektir.

### Özgüven ne demektir?

Özgüven, bir çocuğun kendisine yönelik iyi duygular geliştirilmesi sonucu kendisini iyi hissetmesi demektir. Başka bir deyişle “ Kendisi olmaktan memnun olması ve bunun sonucu kendisi ve çevresiyle barışık olması” demektir.

Özgüven, çocuğun doğuştan getirdiği biyolojik özellikleri, (mizaç, zeka, fiziksel özellikler vb.) çevresel etkiler ile çok erken dönemlerde şekillenmeye başlar.

Büyükleri tarafından sevgi gören, gereksinim duyduğunda beklediği yakınlık ve ilgiyi bulan, fikirlerine değer verilen ve önemsenen, güven duyulan ve sorumluluklar verilen, iyi yaptığı şeyler için övülen, gurur duyulan, yaptıklarında hataya yer verilen ve olduğu gibi kabul edilen çocuğun kendisine özgüveni olur.

Özellikle okul öncesi döneme kadar çocuğun özgüveni, anne babanın verdiği sözel olan ya da olmayan tepkilerle, anne babanın çocuğa yönelik tutum ve davranışları ile, çocuktan beklentileri ile, övgüleri, eleştirileri, kucaklamaları, gülümsemeleri ... ile gelişir.

Anaokuluna başlama, ilkokula başlama gibi aile dışındaki sosyal ortama girişle birlikte çevrenin görüşleri de özgüvenin gelişiminde önem kazanır. Çocuğun yeni girdiği sosyal ortamda kendisine bir yer bulabilmesi, kendisini ortamda var edebilmesi için kendisi için olumlu bir duygu geliştirmeye ihtiyacı vardır. Bu nedenle akran grubuyla olumlu ilişkiler kurma, akademik olarak başarılı olmak, sosyal aktiviteler içinde iyi olmak ve olumlu geri bildirim almak oldukça önemlidir.

### Özgüven Yetersizliğinde Ailenin Etkisi

Aşırı himayeci davranan aileler, çocuklarda özgüvenin yetersiz gelişmesinin nedenlerinden biri olabilmektedir. Bazı anneler çocuklarını en iyi şekilde yetiştirmek için aşırı korumacı tavırlar sergilemektedir. Çocuklarını sevgi ve şefkate boğan bu anneler, çocukları hiçbir zorlukla karşılaşmasın diye her türlü işi kendi üzerlerine alırlar. Bu tip ailelerde anne, çocuğun yapması gereken şeyleri yapar, çocuk adına düşünür, ona fazla yük vermez. Aslında bu iyi niyetle yapılan bir eğitim hatasıdır. Çocuğun bütün sorumluluklarını üstlenmek çok büyük bir risktir; çünkü çocuk kendi sorununu kendi çözme becerisi kazanamamaktadır. Bu tür bir davranışa mâruz kalan çocukta “Ben yapamam.” duygusu oluşur. Bu, özgüveni azaltan bir duygudur; çocuk kendisini yetersiz, güvensiz hisseder ve annesine sormadan hiçbir şey yapamaz hâle gelir.

Çocuğu, küçük yaşlardan itibaren hayata hazırlamak gerekir. Sorumluluk alabilen bir çocuk, yetiştirmek isteyen aileler onun büyümesini beklemeden, küçüklüğünden itibaren çocuğa bazı küçük görevler vermeliler ki çocuk bazı şeyleri yapabildiğini, elinden bazı işlerin gelebildiğini fark edebilsin. Küçükken çocuğuna hiçbir sorumluluk vermeyen bazı anne-babalar, çocukları ileriki yaşlarda sorumluluk almayınca tepki gösterebilmektedirler. Oysaki aile, o yaşa kadar çocuğa bazı sorumluluklar yükleyip inisiyatif vermediyse çocuğun birdenbire ayaklarının üzerinde durmayı başaramaması gayet doğaldır.

Çocuğun kendine güvenini azaltan diğer bir etken de mükemmeliyetçi anne-babaların eleştirileridir. Eleştirilen çocuk kendisini, yetersiz ve beceriksiz hissedebilir. Örneğin, çocuk eve kötü bir karne getirdi, notlarının çoğu zayıf, birkaç tane de iyi var. Aileler genellikle karneye bakıp: “Şu niye zayıf, bu niye zayıf?” diyerek çocuğu eleştirebilmektedirler. Doğru olan: “Bak, şundan beş

almışsın, bundan dört almışsın. Şu zayıfları nasıl düzelteceksin?” tarzında yaklaşmak, çocuğu başarıya motive etmektedir. O zaman çocuk kendisine değer verildiğini ve sorumluluk aldığını hisseder.

Çocuk, yanlış bir şey yapınca onun **kişiliğini** eleştirmek çok büyük bir hata ve özgüven yıkıcı bir davranıştır. Onu karşınıza alıp yaptığı hatayı kendisine sakın ve kararlı bir dille anlatırsanız çocuk sizi anlayacaktır. Hatasını göstermek yerine: “Sen zaten şöylesin, böylesin.” Demek, çocuğu yaralamaktan başka bir şey yapmaz. Çocuk ailesinin yanındayken kendini yetersiz hissediyorsa sorunu çocukta değil ailenin çocuğa olan tutumunda aramak gerekmektedir.

Çocuğun özgüvenini azaltan bir eğitim hatası da çocuğu başkalarıyla kıyaslamaktır. “Bak, arkadaşın hep ders çalışıyor, çok başarılı. Sen niye öyle değilsin?” diye başkasıyla kıyaslanan çocuk kendini güvensiz ve yetersiz hisseder. Halbuki çocuğa kendisi için ders çalışması gerektiği öğretilmelidir . Nasıl ki anne-baba, çocuklarının kendilerini başka anne babalarla kıyaslamasından rahatsızlık duyarsa çocuk da başka çocuklarla kıyaslandığında aynı rahatsızlığı hissetmektedir. Anne babaların bu bilinçte olması çok önemlidir.

Özgüvenden yoksun bırakılmış çocuklar, sürekli kendilerini ailelerine ve çevrelerine kanıtlama gereksinimini hissetmektedirler. Bunun için ya bir gruba dahil olurlar, ya okuldan kaçarlar, ya da marka tutkusu geliştirirler. Kendilerini gerçekleştirmeyi bir grup veya marka ile yapmaya çalışabilirler. Özgüvene sahip olan bir çocuğun marka takıntısına girme olasılığı daha azdır, bunu çok önemsemez.

Kendisini değerli görmeyen (özgüven yetersizliğinde ) çocuk yaşadığı aile, çevre, okul ve toplum içinde problemlere sebep olabilmektedir. Çocukların özgüvenlerini sağlamak için yapılması gereken şeyler:

**1. Var olmalarının sizin için ne kadar önemli olduğunu onlara hissettirmelisiniz.** Onlara olan sevginizin başarı ya da başarısızlıklarına bağlı olmadığını, var olmalarının sizin için ne kadar önemli olduğunu ve ne olursa olsun onları daima seveceğinizi söylemelisiniz.

**2. Çocuğunuzun gerçek özgüveni sağlamasında yardımcı olmalısınız.** Çocuğunuzun zayıf yanlarını görmezlikten gelmemelisiniz, ama onu bundan dolayı eleştirmemelisiniz. Çocuklar kendilerindeki eksiklikleri ve kusurları kabullenmeli, iyi ve kuvvetli oldukları yanları ile gurur duyabilmelidirler.

**3. Çocuğunuzun kendi yeteneklerini ortaya çıkartmasında yardımcı olmalısınız.** Çocuklar birbirlerinden farklıdır. Her çocuğın farklı özellikleri ve yetenekleri vardır. Hepsinin başarılı olduğı alanlar değışiktir. Çocuklarınıza kendi ilgi alanları ve yetenekleri doğrultusunda faaliyetlere katılma imkanı sağlayarak onların araştırmaları ve yeni şeyler keşfetmeleri için desteklemelisiniz. Böylece kendisinde var olan yeteneklerin ortaya çıkmasını sağlayarak kendisine güven duymasını sağlamış olursunuz.

**4. Yaptıkları ve ilgilendikleri şeylerin, sizin için ne kadar önemli ve değerli olduğunu göstermelisiniz.** Katıldıkları faaliyetleri ve ilgilendikleri şeyleri sormalı, okulda katıldıkları faaliyetlerin gösterilerine gitmelisiniz. İlgilendiğı şeylerle ilgili okuduğunuz bir yazı ya da resmi onunla paylaşmalısınız.

**5. Evinizde herkesin birbirine güveneceğı bir ortam oluşturmalsınız.** Duygularını, düşüncelerini, sevgisini, başarı ya da başarısızlıklarını, hayal kırıklıklarını aile fertleriyle rahatça paylaşabilen çocuklar özgüvenli olurlar. *"Söylediğın kadar da kötü değılmış"* ya da *"Geçer canım merak etme."* şeklinde cevap verme yerine, onların duygu ve düşüncelerini ciddiye almalısınız.

**6. Çocuğunuza kendi davranışlarınızla örnek olduğunuzu unutmamalısınız.** Çocuklarınıza, onlarda görmek istemediğıniz davranışlarda bulunmamalsınız. Unutmayın çocuklar size, sizin onlara davrandığınız gibi davranacaklardır. Sinirlenip onlara bağırdığınızda, kızınca bağırmanın normal olduğı mesajını verirsiniz.

**7. Beklentileriniz çocuğunuzun seviyesinde olmalı, onu aşacak beklentilerinden kaçınmalısınız.** Her çocuğın farklı yapabilme kapasitesi ve seviyesi vardır. Çocuğunuzun istediğıniz şeyi yapamayacağını bildiğıniz halde bunu ondan bekleyip sonunda hayal kırıklığına sebep olmamalısınız. Ulaşabilecekleri hedefler amaçlayıp başarılı olmalarını sağlamalsınız.

**8. Çocuklarınıza sorumluluklar vermelisiniz.** Kendisine güvenilip sorumluluk verilen çocuklar, kendilerini yararlı ve önemli hissederler. Sadece çok özel yetenek ya da başarılarına değıl her şeyine değıl değer verdiğınizi ve taktir ettiğınizi belirtmelisiniz. Küçük bile olsa yaptığı güzel bir şey ya da davranışı için onu övmeli ve bunun sizin için ne kadar önlemlı olduğunu belirtmelisiniz.

**9. Ne yaparlarsa yapsınlar onları bağışlamalı ve sevgi ile emniyette olduklarını hissettirmelisiniz.** Çocuklarınızı disiplin edin ama bunu hiçbir zaman sinirle ve katı kurallarla yapmamalsınız. Onların size olan güvenini sarsmamalsınız.

**10. Birlikte vakit geçirmelisiniz.** Ortak yapacağıniz faaliyetler bulup birlikte kaliteli zaman geçirmelisiniz.

**11. Onların özgüvenlerini sağlayacak sözlerde bulunmalısınız.** *"Yardımların çok işime yaradı, teşekkür ederim" ya da "Bak bu aklıma gelmemişti bu konudaki fikrini çok beğendim"* gibi sözlerle onların katkılarına değer verdiğinizi göstermelisiniz.

**12. Çocuğunuzla ilgili problemleri onu suçlamadan ya da onun karakterini eleştirmeden konuşmalısınız.** Çocuklar kendileri ile ilgili problemlerde kendilerine saldırıp eleştirilmeden konuşulduğunda bu problemi çözmek için çaba sarf ederler. Onun karakterine değil, yaptığı şeye hitap ederek konuşmalısınız.

### **Aşırı Özgüven**

Özgüven fazlalığı da kişilik gelişimi açısından doğru olmayan bir şeydir. Bu durumdaki kişi, kendisini farklı bir kişiymiş gibi, olduğundan daha üstün bir kişiymiş gibi göstermeye çalışabilmektedir. Çevresi tarafından “gururlu, kibirli” diye adlandırılabilmektedirler. Aynı zamanda aşırı özgüven çocuğun tehlikeleri ve riskleri görmesine engel olabilir. Aşırı özgüven genellikle iki tutum nedeniyle olmaktadır:

Birincisi yüksek motivasyondur, yani anne babanın çocuktan beklentisinin yüksek olmasıdır. Aile, çocuğun yapamayacağı şeyleri hedeflerse çocuk ailesini memnun etmek için farklı görünmeye çalışır, rol yapmaya başlar. Güven rolü oynar.

Ailesinin kendisinden yapamayacağı şeyler beklediğini hisseden çocuk hep streslidir, kaygılıdır, mutlu olamaz. “Ne yapsam ailemi mutlu edemiyorum.” diye düşünür. Ailesinin beklentilerini karşılayamadığı için böyle bir savunma mekanizması geliştirebilmektedir.

İkinci tutum hatası ise övgünün yanlış kullanılmasıdır. Yanlış kullanılan övgü abartılı özgüvene, fazla bir ego kabarmasına yol açabilmektedir. Bunun için çocuğun kişiliğinin değil çabalarının, becerilerinin övülmesi gerekir. “Sen bir tanesin, akıllısın, dünyada eşin yok.” dendiği zaman çocuğun kendini arama, kendini keşfetme, kendini geliştirme becerisi elinden alınmış olmaktadır. Çocuk kendisinin her konuda yeterli olduğunu düşünürse kendini geliştirmeye yönelik bir çabaya ihtiyaç duymamaktadır. Çocuğun kişiliğini değil de “Bak, ne güzel yatağını topladın, ne güzel giyindin.” gibi yaptığı iyi şeyleri övmek daha doğru olmaktadır. Aksi halde çocukta hatalarını inkar etme duygusu gelişebilmektedir. Kendisini sadece olumlu bir varlık gibi algılayan çocuğun benlik saygısı yanlış gelişebilmektedir. Halbuki özgüven; kişinin kendini olduğundan üstün ya da aşağı değil, olduğu gibi kabul etmesi demektir.

## BEN OLMAK NASIL BİR ŞEY

Yapabildiğim şeylere inanamıyorum! Merdivenden inip çıkmam yıllarımı alıyordu ve kıyafetimi giyebilmek benim için çok zordu. Artık pek çok şey yapabiliyorum ve bu çok hoşuma gidiyor, özellikle de senin gurur duyduğunu gördüğüm zaman. Aslında bütün bunları yapabilmemin en iyi tarafı da bunu sana göstermek. Hızla kaçarken, ağaca tırmanırken veya resim çizerken beni seyretmene bayılıyorum. Gülümsediğin ve iyi bir iş çıkardığımı söylediğin zaman kendimi çok mutlu hissediyorum. Bazen eskisi gibi bana dikkat etmediğin için sana kızıyorum. Hep düştüğüm, kötü şeyler yaptığım ve duvarlara resimler çizdiğim zamanlar, sen hep benim yanımdaydın. Artık büyük bir insan olduğum için, beni yalnız bırakıyorsun ve başka şeylerle ilgileniyorsun. Telefonla konuşuyorsun ya da yemek yapıyorsun. Eğer kendi kendime oyun oynuyorsam veya eğleniyorsam pek umurunda değil. Ama bazen korkuyorum ve kendimi yalnız hissediyorum. İşte o zaman benim yanımda olmanı ve benimle ilgilenmeni istiyorum. Hemen yanıma gelmezsen de bu beni çok üzebilir. Telefonla konuşmak istediğini biliyorum; ama benim de senin ilgine ihtiyacım var!

Büyük çocuklar gibi anaokuluna gitmeyi seviyorum. Arkadaşlarımla oynuyorum, gün boyu çok eğleniyoruz. Ama seni özlüyoruz ve bazen de beni almaya gelmezsin diye korkuyorum. Her zaman beni almaya geleceğini yavaş yavaş öğreniyorum ve buna çok seviniyorum.

Günün sonunda kendimi epey yorgun hissediyorum. Koşturmayı çok seviyorum; ama ne zaman duracağımı bilmek zor. Yorulduğum zaman senin yardımına ihtiyacım oluyor. Her gece aynı şeyleri yaptığımız zaman çok seviniyorum. Banyo yapıyoruz, dişlerimizi fırçalıyoruz, pijamalarımızı giyiyoruz ve kitap okuyoruz. Bunlar uykumu getiriyor ve hala uyumadan önce senin kucağına yatmayı seviyorum. Kendimi güvende hissediyorum ve sakinleşiyorum.

Mızmız olabiliyorum bazen ve hatta sana: “ Senden nefret ediyorum. ” gibi kötü şeyler söyleyebilirim. Ama sen benim için hala en önemli kişisin ve yeni arkadaşlarımı sevsem bile seninle zaman geçirmek en sevdiğim şey.

## KAYNAKÇA

- TARHAN, Nevzat, Makul Çözüm, Timaş Yayınları • TUĞRUL Belma,Üç-Dört Yaşındaki Çocuğunuz Büyürken-Beyaz Balina Yayınları • YAVUZER, H.. Çocuk Psikolojisi, Remzi Kitabevi, İstanbul.