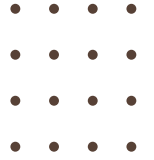
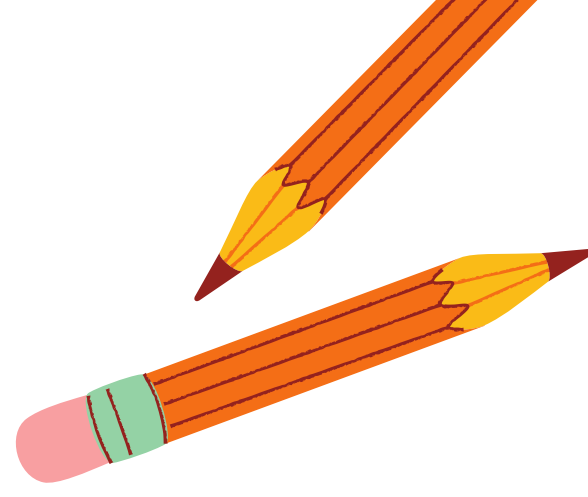


OTOKONTROL BECERİSİ GELİŞTİRME



Okul Öncesi
Öğretmen
Bülteni





Okul öncesi dönem, çocukların temel becerilerini geliştirmeye başladıkları kritik bir evredir. Bu dönemde, öğrencilerin otokontrol becerileri geliştirmeleri, duygusal zekalarını ve öz-düzenleme yeteneklerini inşa etmeleri için oldukça önemlidir. Bu bültende, okul öncesi dönemdeki öğrencilerin otokontrol becerilerini desteklemek için öğretmenlerin neler yapabileceği anlatılmıştır.



Rutinler Oluşturun

Okul öncesi dönemde öğrenciler sınıf içinde günlük rutinlerin oluşturulması öğrencilerin otokontrol becerilerinin gelişimini destekler. Örneğin, güne hikaye ile başlamak, yemeklerden önce öğrencileri ellerini yıkamak için teşvik etmek gibi rutinler onların otokontrol becerilerini geliştirir. Bir plan dahilinde günlük etkinliklerin gerçekleştirilmesi çocuğun hangi davranışı hangi sıra ile yapacağını öğrenmesini sağlar. Yapılacak etkinlikler ile ilgili önceden çocuğa açıklama yapmak da etkinliğe daha iyi odaklanmasını sağlayacaktır. Örneğin, kitap okuma etkinliği öncesinden çocuklardan sessiz olmalarını istemek oluşabilecek gürültüyü önler. Öğrencilerden beklenen davranışlar öğretmen tarafından belirlenerek öğrencilerin bu kurallara uymaları sağlanmalıdır. İstenen davranışları görsel olarak ifade eden posterler veya kuralları ifade eden bir pano oluşturabilirsiniz.



Duygularının Farkına Varmasını Sağlayın

Kendi duygularını tanıyan, ifade edebilen ve diğerlerinin duygularını anlayan çocukların otokontrol beceriler daha gelişmiş olur. Bunun için çocuğa fırsatlar sunun. Duyguları tanımaya yönelik etkinliklere planınızda yer verin.



Problem Çözme Becerilerini Geliştirin

Öğrencilere problem çözme becerileri kazandırmak, otokontrolün bir parçasıdır. Basit problemleri çözmelerine yardımcı olmak için senaryolar sunabilirsiniz. Öğrencilere, sorunlarını tanımlamaları, farklı çözüm seçenekleri düşünmeleri ve sonuçları değerlendirmeleri konusunda rehberlik edin.

Davranışları Kontrol Etme Becerileri Geliştirin

Çocukların kendi davranışlarının sonuçlarını yaşamalarına izin verin. Bu sonuçlar, kendi davranışları üzerinde kontrol sahibi olmalarını öğretmek, otokontrol becerilerini geliştirmelerini destekler. Örneğin, oyuncaklara zarar veren bir öğrencinin bu davranışının sonucu olarak yeni oyuncak verilmemesi.



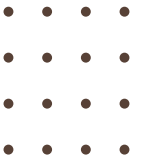
Öğrencilere Seçenekler Sunun

Öğrencilere belirli durumlarda seçenekler sunarak, kendilerini kararlarını vermeyi ve sonuçları hakkında düşünmeyi öğrenebilirler. Örneğin, serbest etkinlik saatinde hangi etkinliği yapacağına, boyama yaparken hangi rengi kullanacağına kendisinin karar vermesi vb.

Sabredin

Çocukların otokontrol becerilerini geliştirmek zaman ve sabır gerektirir. İlerlemenin küçük adımlarla geldiğini unutmamak önemlidir.

Oyunlarla Stratejik Düşünmeyi Teşvik Edin



Stratejik düşünme becerileri, otokontrolün bir parçasıdır. Öğrencilerin stratejik düşünmeyi geliştirmelerine yardımcı olmak için oyunlar kullanın. Örneğin, satranç veya taş kağıt makas gibi oyunlar, stratejik düşünme ve karar verme yeteneklerini geliştirmelerine katkı sağlayabilir.



Sorumluluk Verin

Öğrencilere küçük görevler ve sorumluluklar vermek, kendi işlerini yönetmeyi öğrenmelerine yardımcı olabilir. Örneğin, oyuncaklarını toplamak, etkinliklerde kullanacağı materyalleri hazırlamak vb çocuğun yapabileceği işler çocuğa yaptırılmalıdır.

Model Olun

Çocuklar iyi bir gözlemci ve taklitçidir. Çocuklar, öğretmen ve ailelerini taklit ederek sosyal ortamlarda nasıl davranacaklarını öğrenirler. Çocukta istenmiş davranışlar geliştirmenin en etkili yolu onlara model olmaktır.



Olumsuz Davranışları Azaltma Yöntemlerini Kullanın

Bazen çocuklar istenmeyen davranışı kendilerince haklı bir gerekçe ile yapıyor olabilir. Örneğin, eşyalarını toplayıp dolaba koymayan bir öğrencinin boyu dolabına yetişmiyor olabilir. Bu yüzden davranışın altında yatan sebebi anlamak gerekir. Buna yönelik tedbirler alıp çocukların otokontrol becerilerinin gelişmesini destekleyebilirsiniz. Problem davranış görüldüğünde, bu davranışın öncesi ve sonrası gözlemlenerek olumsuz davranışı pekiştiren bir durum varsa ortamdan kaldırılmalıdır.

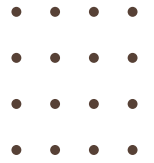
Olumsuz davranış gösteren çocuğu sürekli uyarmak bazen olumsuz davranışı pekiştirebilir. Özellikle olumsuz davranış çocuğa ve arkadaşlarına zarar vermiyorsa görmezden gelinir. Görmezden gelinerek davranış söndürülebilir. Burada dikkat edilmesi gereken nokta görmezden gelme yönteminde istenmeyen davranış öncelikle artar ancak kararlılıkla devam edilirse zamanla bu davranış ortadan kalkacaktır.





Olumlu Davranışları Takdir Edin

Takdir etmek çocuğu mutlu eder ve istenilen davranışın ortaya çıkma olasılığını artırır. Olumlu davranışlar gösteren çocukların bu davranışlarını takdir edin.



SONUÇ OLARAK;

Okul öncesi dönemde öğrencilerin otokontrol becerilerini geliştirmek, onların duygusal zeka, öz-düzenleme ve problem çözme yeteneklerini güçlendirecektir. Bu önerileri uygulayarak, öğrencilerin bu önemli becerileri kazanmalarına yardımcı olabilirsiniz.

Okul öncesi öğretmenleri, öğrencilerinin otokontrol becerilerini desteklemek için önemli bir rol oynarlar. Günlük rutinler, duygusal farkındalık, beklenen davranışların netleştirilmesi, problem çözme becerileri, özdenetim ve empati becerilerinin geliştirilmesi öğrencilerin otokontrol becerilerinin edinilmesine yardımcı olur.

OTOKONTROL