

Zaman Yönetimi

Veli Rehberi



Biriktiremediğimiz ve geri getiremediğimiz 'zaman' bizler için çok değerli bir kavramdır.



Ne kadar zamanımızın olduğu değil, zamanı nasıl kullandığımız çok önemlidir.



Zaman Yönetimi, yapılacak işlerin organize edilerek belli bir plana bağlanmasını, zihnin esnek-özgür olmasını ve hayatımız üzerindeki kontrolümüzü sağlar.



Eğer; Anne ve Baba olarak etkili zaman yönetimi becerilerine sahip iseniz çocuğunuz da bu becerilerinizi gözlemleyerek zaman yönetimini daha çabuk öğrenecektir.


Çocuklarda Zaman Kavramını Geliştirmek İçin

Zamanı bulmaya yönelik oyunlar oynanmalıdır. Dün, bugün, yarın, önce, sonra gibi zıtlıklar oyunlara dahil edilmeli ve bunların anlamları öğretilmelidir.

Zaman kavramları günlük sohbetlerde kullanılmalıdır. Çocuğun, gün içerisinde belirli zaman dilimlerinde yaptığı Uyku, yemek, oyun zamanı gibi rutinleri üzerine konuşulmalıdır. Sanatsal etkinlikler ve oyunlarda zaman kavramları kullanılmalıdır.



Çocuklara Zaman Yönetimi Becerisi Kazandırmak İçin

- Günlük Rutin tablosu oluşturun . 
- Çocuğunuzla takvim oluşturun
- Her Şeyin Belirli Yerlerinin Olması: Yeşil kutu- boyalar, Mavi kutu- oyuncaklar.
- Önce-Sonra kavramlarını kullanın.
- Yemek Zamanı, Oyun Zamanı, Uyku Zamanı gibi kavramsallaştırmalar yapın.
- Kum saati, Duvar Saati veya Sesli Dijital saat kullanarak zaman dilimleri içerisinde rutinlerini bitirebilmesini sağlayın.
- Ebeveyn olarak bizler de çocuklarımıza örnek olalım ve verdiğimiz sözlerimizi zamanında yerine getirerek tutarlı olalım.