

CORONA GÜNLERİNDE ÇOCUKLARINIZLA NELER YAPABİLİRSİNİZ?

Corona virüsüne karşı evde
izolasyon sürecinde olan birçok
anne baba çocuklarını
oyalayabilecekleri yollar arıyor



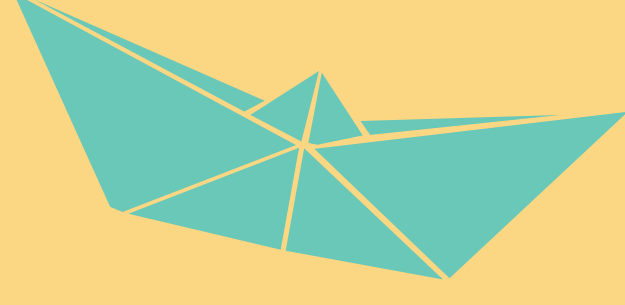
Evde sıkılmamak ve kaliteli zaman
geçirmek adına hem kendimiz hem
de çocuklarımız için çeşitli
uğraşilar bulmak bu zorlu süreci
daha kolay atlatmamıza yardımcı
olacaktır. Peki bu süreçte çocuklu
aileler neler yapabilir? İşte
ebeveynler için yol haritası..



EVDE NELER YAPABİLİRİM

EL BECERİSİ ETKİNLİKLERİ

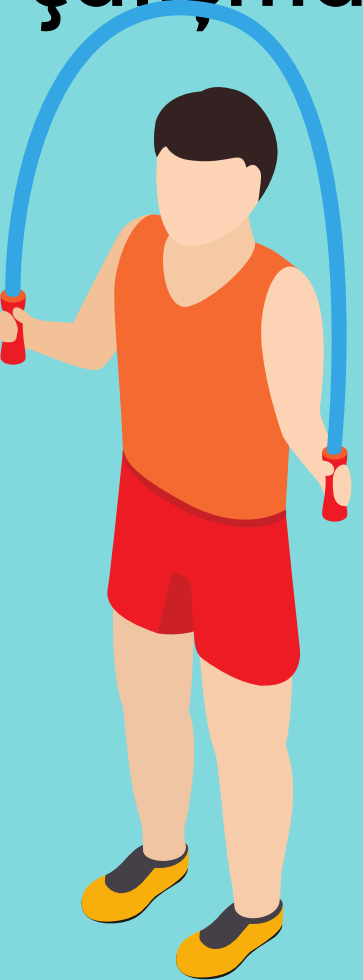
- Kağıt Katlama
- Oyun Hamuru yada Kil Çalışmaları
- Takı Tasarlama
- Örgü İşleri
- Atık Malzemelerden Geri Dönüşüm
- Tamirat İşleri



SPOR YAPMAK

- Isınma Hareketleri
- Basit Aerobik Egzersizleri

(Seçilecek hareket ve egzersizler zorlayıcı olmamalı, çalışmaya hafif ısınma hareketleriyle başlanmalıdır)

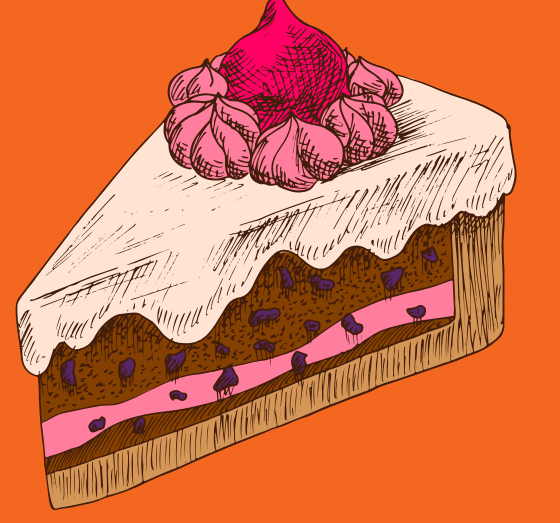


EVDE NELER YAPABİLİRİM

YİYECEK, İÇECEK HAZIRLAMAK

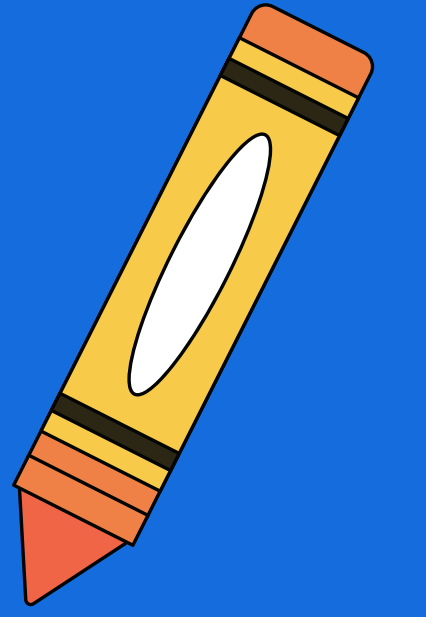
- Pasta, Kek, Kurabiye Yapmak
- Salata Yapmak
- Limonata, Ayran Hazırlamak
- Birlikte Yemek Pişirmek

(Basit malzeme ve tariflerle bir yetişkin kontrolünde olmalıdır)



RESİM YAPMAK

- Resim Yapmak ve Boyamak
- Suluboya, Kuruboya ve Pastel Boya Çalışmaları Yapmak

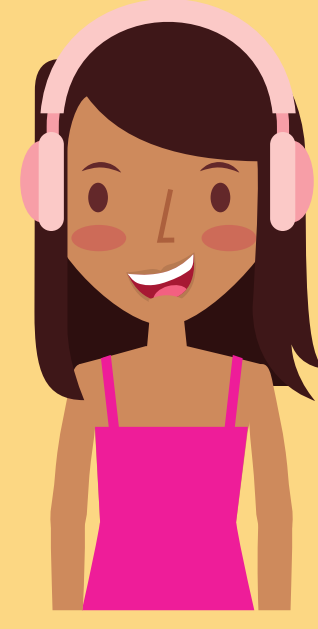


EVDE NELER YAPABİLİRİM

DİNLENMEK, TV İZLEMEN

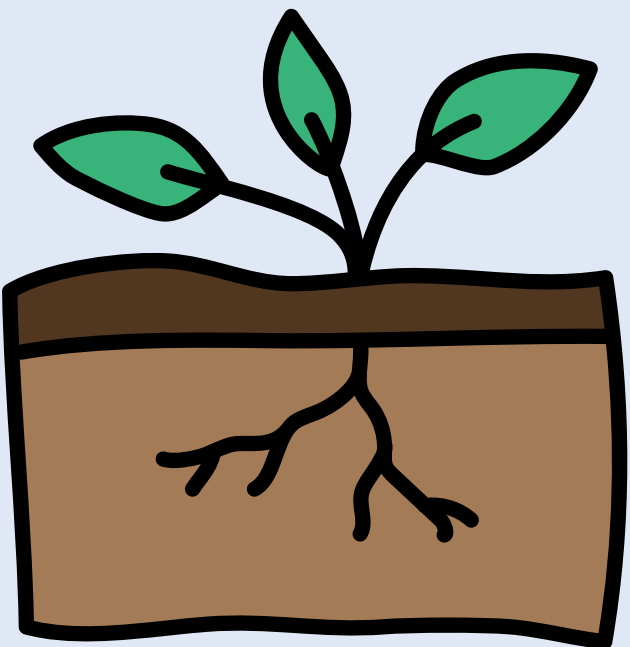
- Uyumak, Dinlenmek
- TV İzlemek, Müzik Dinlemek

(Ortalama 7-8 saat uyumak yeterlidir. Tvde izlenecek film yada programlar çocuğunuzun zevk alabileceği programlar olmalı ve içeriği zengin olmalıdır)



BITKİ YETİŞTİRMEK

- Evdeki Çiçeklerin Bakımını Birlikte Yapmak
- Yeni Çiçek Ekmek
- Tohumdan Bitki Yetiştirmek ve Bakımlarını Üstlenmesini Sağlamak



EVDE NELER YAPABİLİRİM

KİTAP OKUMAK, DERS ÇALIŞMAK

- **Kitap Dergi vs. Okumak**
- **Okuma Çalışmaları Yapmak**
- **Bir Yetişkinin Okuyacağı Hikaye ve Öyküyü Dinlemek**
- **Okulda Öğrenilenlerin Tekrarını Yapmak**

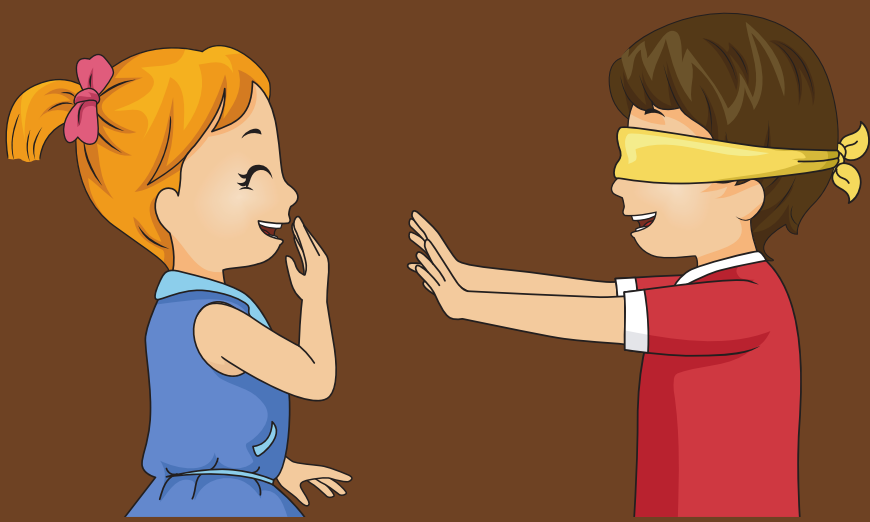
(Anne babalar okuma çalışmalarında çocuklarına katılıp destek olmalıdır)



OYUN OYNAMAK

- **Ailece Oynanabilecek Oyunlar Oynamak**

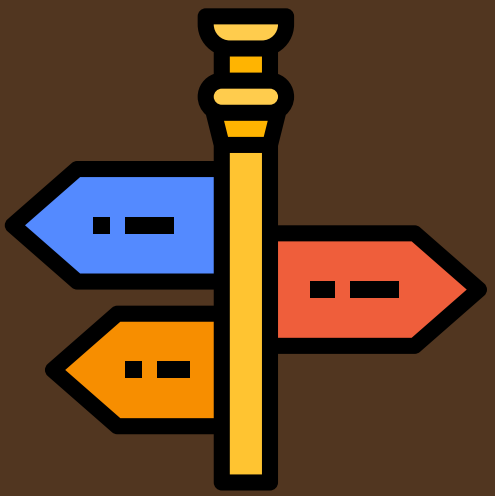
Örnek: Söylenen kelimenin son harfiyle yeni kelime üretmek, odadaki bir nesne hakkında ip uçları vererek nesneyi bulmaya çalışmak, saklanan bir nesneyi sıcak-soğuk talimatlarıyla bulmasını sağlamak vb.



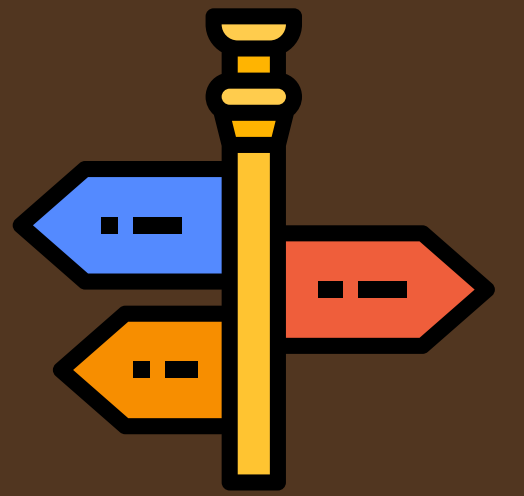
Sevgili Anne-Babalar,

Koronafobi diye adlandırılabilen bir kaygı ve korkunun hakim olduğu ve evde yaşam biçimine geçtiğimiz bu olağanüstü günlere yetişkinler zor da olsa uyum sağlamaya çalışıyor.Öncelikle yetişkin olarak kaygı ve korkularımızı çocuklarımıza yansıtılmamalıyız. Panik olmadan çocuğun anlayabileceği, yani çocuğun yaşına uygun olarak bu hastalığın ciddiyetini açıklayabiliriz.Bu durumun geçici olduğunu belirterek, çocukların hiçbir sorusunu cevapsız bırakmamalıyız. Çocukları evde; akıllı telefon ve bilgisayar ile oyalamaya çalışmamalıyız. Online eğitimi de imkanlarımız dahilinde gerekli ve yeterli şekilde kullanmalıyız.

Bu çalışmadaki etkinlikler sizlere fikir vermesi açısından hazırlanmış olup sizler de kitaplardan, dergilerden, internetten vb yayın organlarından farklı çalışmalar bulup evdeki etkinliklerinizi zenginleştirebilirsiniz.



BUSE YILMAZ



PSİKOLOJİK DANIŞMAN VE REHBER ÖĞRETMEN