PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK VE REHBERLİK BİRİMİ

2025-2026 EĞİTİM ÖĞRETİM YILI

ANAOKULU BÜLTENİ



TED ATAKENT KOLEJİ

TED'Lİ OLMAK AYRICALIKTIR









ANAOKULU
PDR ÇALIŞMALARI

Öğrencilerimiz ile birlikte eylül ayında Okul Psikolojik Danışman Cansu Uysal'ı tanımalarına yönelik rehberlik odasını ziyaret ettiler. Hangi durumlarda rehber öğretmenin odasının kullanıldığı, burada hangi etkinlikler yapıldığı ve rehber öğretmen ile ilgili merak ettikleri birçok soruya cevap buldular. Ayrıca ortak kullanım alanlarında uymamız gereken kuralların neden önemli olduğunu konuştuk. Bu doğrultuda yemekhane kurallarını da birlikte değerlendirdik. Yemekhane kurallarını pekiştirmek için Kurabiye Kavanozu projesi başlattık.

ANAOKULU
PDR ÇALIŞMALARI











Sınıf Çalışması: Kişisel Alanımı Koruyorum

(Beden Mahremiyeti, Özel Alan ve Kişisel Sınırlar)

Öğrencilerimiz Ekim ayında kişisel alanımı koruyorum konu başlığı altında boyama etkinlikleri, drama çalışmaları ve hikayelerle kendisinin ve başkalarının kişisel alanlarının var olduğunu, izin vermediği sürece kimsenin onun kişisel alanına giremeyeceğini ve kendisinin de girmemesi gerektiğini, biri hoşlanmadığı halde ona dokunursa ne yapabileceklerini öğrendiler. İyi sırların ve kötü sırların neler olduğu; hangi sırların güvendiğimiz kişilere anlatılması gerektiğiyle ilgili farkındalık kazandılar.

Veli Atölyesi: Oyunla Büyüyen Çocuklar

Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Birimi tarafından anaokulu (3-4 yaş) velilerimize yönelik olarak "Oyunla Büyüyen Çocuklar: Oyunun Gücünü Keşfedelim" başlıklı veli atölyesi gerçekleştirildi.

Velilerimiz, çocukların dünyasına oyun aracılığıyla adım atarak oyunun; iletişimi güçlendiren, duygusal bağı derinleştiren ve sosyal becerileri destekleyen yönlerini birlikte keşfettiler. Atölyede hem eğitici hem de eğlenceli anlar yaşanırken, katılımcılar çocuklarla oyun temelli iletişimin gücünü deneyimleme fırsatı buldular.

Katılım gösteren tüm velilerimize teşekkür ediyor, çocuklarımızın gelişim yolculuğunda birlikte öğrenmeyi sürdüreceğimiz yeni buluşmalarda görüşmeyi diliyoruz.







ANAOKULU
PDR ÇALIŞMALARI

Nezaket Haftası Etkinlikleri

Kasım ayı boyunca anaokulu öğrencilerimizin sosyal-duygusal gelişimini destekleyerek günlük yaşam becerilerini güçlendirmek amacıyla "Nezaket Haftası" etkinlikleri gerçekleştirildi.

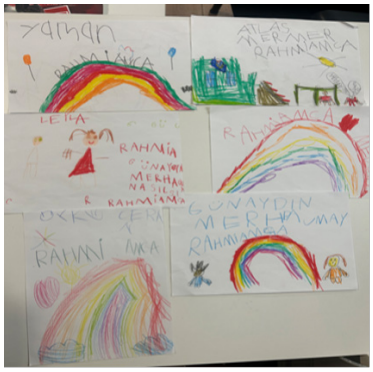
Öğrencilerimizin günlük yaşamlarında sıkça karşılaştıkları durumlarda nazik davranabilmeleri, birbirlerini anlayabilmeleri ve saygılı iletişim kurabilmeleri için çeşitli etkinlikler düzenlendi.

Sabah rutininde okul psikolojik danışmanı Cansu Uysal tarafından nezaketin ne anlama geldiğini, yaşamımızda nezaket kelimelerinin kullanmanın ve nezaketli davranmanın neden önemli olduğuna dair bilgilendirme yapıldı.

Hafta boyunca öğrencilerimiz; teşekkür etmek, rica etmek, sırasını beklemek, paylaşmak ve yardım etmek gibi nezaket ifadelerini sınıf içi etkinliklerle keşfettiler.

Nezaket temalı kitaplar okuyarak nezaketli davrandığımızda ya da bize nezaketli davranıldığında duygularımızı nasıl etkilediğiyle ilgili sohbet ettik.

Öğrencilerimiz, okul çalışanları için yaptıkları resimleri kendilerine hediye ederek sevgilerini ve teşekkürlerini ifade ettiler.



Rehberlik Dersleri
"Eller Sevmek Kollar Sarılmak İçindir" Etkinliği

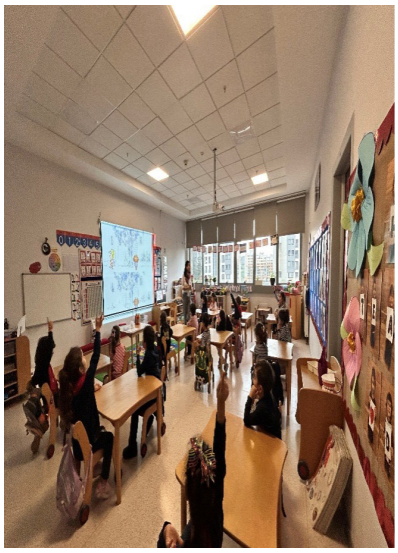
3-4 yaş grubu öğrencilerimiz ile Kasım ayında Olumlu Okul İklimi konu başlığı altında Eller Sevmek Kollar Sarılmak İçindir etkinliğini gerçekleştirdik. Bu etkinlikte kendilerini üzen, kızdıran bir durumla karşılaştıklarında "vurma, itme" gibi olumsuz davranışlar yerine neler yapabileceklerini konuştuk; drama ile canlandırdık. Sonrasında birlikte hatırlatıcı bileklikler tasarladık ve taktık.





"Olumlu Okul İklimi" Etkinliği

5 Yaş grubu öğrencilerimiz ile birlikte Kasım ayında Olumlu Okul İklimi konu başlığı altında arkadaşlığa dair hikayeler okuduk, arkadaşlık ilişkilerinde gerekli eylem ve davranışlar üzerine konuştuk ve drama etkinlikleri gerçekleştirdik. Sonrasında öğrencilerimiz birbirlerinin ağaçlarına parmak izlerini bırakarak hep hatıra olarak saklayabilecekleri, her birinin parmak izini içeren bir arkadaşlık ağacı tasarladılar.





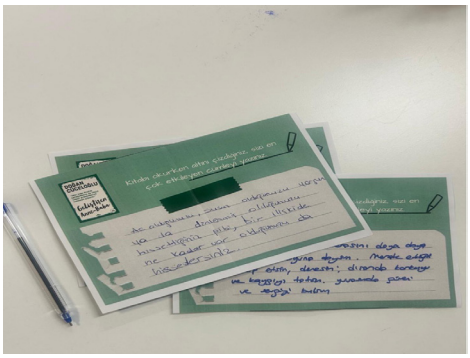
"Altını Çizdiklerimiz" Veli Atölyesi

Doğan Cüceloğlu'nun "Geliştiren Anne Baba" kitabından ilhamla; çocuklarımızı daha iyi anlamak ve birlikte gelişmek için bir araya geldik.

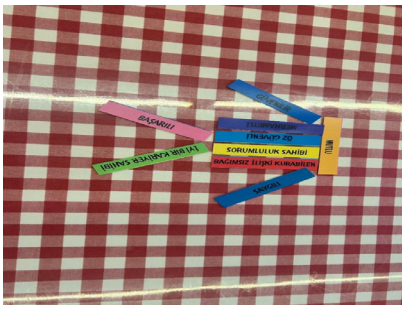
Anne-babalık yolculuğuna dair farkındalıklarımızı, kitabın bizde bıraktığı izleri ve altını çizdiğimiz cümleleri paylaştık.

Çocuklarımızla olan ilişkilerimize yeniden bakma ve birbirimizden öğrenme fırsatı bulduk.











Çocuklarda Cinsel Sağlık Eğitimi ve Mahremiyet Farkındalığı Semineri

Kasım ayında velilerimize yönelik önemli bir eğitim çalışması daha gerçekleştirdik. Çocukların erken yaşlardan itibaren beden farkındalığı kazanmaları, kendilerini koruma becerilerini geliştirmeleri ve sağlıklı sınırlar oluşturabilmeleri için ebeveynlerin rolünün kritik olduğunu biliyoruz. Bu doğrultuda, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Birimi olarak "Çocuklarda Cinsel Sağlık Eğitimi ve Mahremiyet Farkındalığı" konulu çevrimiçi bir veli semineri düzenledik.

Seminerde; çocuklara gelişim düzeylerine uygun şekilde cinsel sağlık ve mahremiyet eğitimi verilmesine ilişkin yöntemler, aile içinde açık ve güven verici iletişim kurulması, sınır ihlallerinin fark edilmesi ve istismar risklerine karşı koruyucu ebeveyn davranışlarını ele aldık.

Gülen Yüzler Davranış Geliştirme Programı

Eğitim yalnızca akademik becerilerden ibaret olmayıp; sosyal, duygusal ve davranışsal gelişimi de kapsayan çok yönlü bir süreçtir. Bu nedenle öğrencilerimizin davranış ve uyum becerilerini desteklemek, okul yaşamında güvenli ve sağlıklı bir ortam oluşturmak önceliklerimiz arasındadır. Bu doğrultuda Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Birimi tarafından geliştirilen "Gülen Yüzler Davranış Geliştirme Programı", okul genelinde uygulanmaya devam etmektedir.

Programın temel hedefleri:

- Öğrencilerin olumlu davranışlarını görünür kılmak,
- Sınıf içi ve okul içi uyum süreçlerini desteklemek,
- Sosyal-duygusal gelişim alanlarını güçlendirmek,
- Sorumluluk, iş birliği, empati ve saygı gibi temel değerleri pekiştirmektir.



ANAOKULU
PDR ÇALIŞMALARI



Rehberlik Derslerimiz
Sorumluluklarımı Biliyorum – 4 ve 5 Yaş

4 ve 5 yaş öğrencilerimiz aralık ayında "Sorumluluklarımı Biliyorum" konu başlığı altında hikayelerle günlük hayatta sahip oldukları sorumlulukları öğrendiler. Sorumluluk değerinin davranışsal kazanımının okul ile sınırlı kalmayıp günlük hayatta da devam etmesine yönelik aile katılımını içeren Sorumluluk Çizelgesi etkinliği gerçekleştirdiler. Öğrencilerimizle evdeki sorumluluklarının neler olabileceğini konuşarak oluşturulan sorumluluk çizelgesini nasıl uygulayacaklarıyla ilgili bilgi verildi.

Bu etkinlik ile amacımız, çocuklarda sorumluluk değerini pekiştirmek ve çizelgeyi ebeveynleri eşliğinde doldurulmalıdır. Gülen yüz stickerını her sorumluluğu yerine getirdikten sonra çocuğun kendisinin yapıştırması sağlanarak çocuğun öz-değerlendirmelerini yapmalarına olanak sağlanması amaçlanmaktadır.

Sorumluluk bilinci, öğrencilerimizin hem akademik hem de sosyal-duygusal gelişiminde önemli bir yere sahiptir. Çocuğun üzerine düşen görevleri yerine getirmesi, kendi davranışlarının sonuçlarını fark etmesi ve bağımsız hareket edebilmesi sorumluluk duygusunun gelişmesiyle mümkündür.

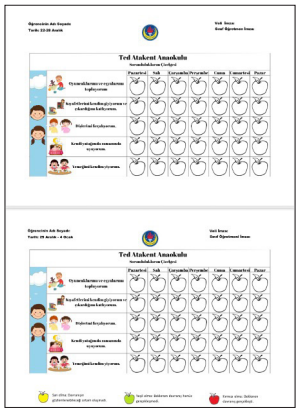
Sorumluluk bilinci gelişen öğrenciler; verilen görevleri zamanında yerine getirme, başladığı işi tamamlama, öz disiplin kazanma ve zamanını etkili kullanma becerileri edinirler. Aynı zamanda problem çözme, karar verme, empati kurma ve kurallara uyma gibi sosyal beceriler de bu süreçte güçlenir. Bu kazanımlar, öğrencilerin okul başarısının yanı sıra günlük yaşamda daha özgüvenli ve düzenli bireyler olmalarına katkı sağlar.

Bu doğrultuda okulda yürütülen sorumluluk çalışmalarının ev ortamında da desteklenmesi, kazanımların kalıcı hale gelmesi açısından büyük önem taşımaktadır.

Siz değerli velilerimizin çocuklarımızı sorumluluklarını yerine getirme konusunda teşvik etmesi ve olumlu davranışlarını fark ederek desteklemesi sürece önemli katkı sağlayacaktır.
İlginiz ve iş birliğiniz için teşekkür ederiz.







ANAOKULU
PDR ÇALIŞMALARI

Arkadaşlık İlişkileri – 3 Yaş Grubu Çalışması

Öğrencilerimiz Aralık ayında Arkadaşlık İlişkiler konu başlığı altında drama çalışmaları ve hikayelerle arkadaşlık, paylaşma ve birlikte olma kavramlarını tanımaları hedeflenmiştir. Bu etkinlikte öğrencilerimizin; arkadaşlarıyla olumlu ilişkiler kurma, paylaşma ve sırayla oynama davranışlarını fark etme, başkalarının duygularını tanımaya yönelik ilk adımları atma ve grup içinde bulunma becerilerinin desteklenmesi amaçlanmıştır. Aynı zamanda çocuklarımızın kendilerini ifade etme ve dinleme becerilerinin gelişimine katkı sağlanmıştır.





Veli Atölyesi

Sempozyum kapsamında gerçekleştirilen "Oyunla Büyüyen Çocuklar: Oyunun Gücünü Keşfedelim" başlıklı sunum ile, çocuklarınızla kurduğunuz ilişkide oyunun işlevi ve gelişimsel önemi üzerine kapsamlı bir farkındalık oluşturulması amaçlanmıştır.



Bu sunum kapsamında oyunun; çocukların duygusal, sosyal ve bilişsel gelişim alanlarına sağladığı katkılar bilimsel bir çerçevede ele alınmış, oyunun ebeveyn-çocuk etkileşimindeki düzenleyici ve güçlendirici rolü vurgulanmıştır. Oyunun, çocukların kendilerini ifade etmelerine, duygularını düzenlemelerine, sosyal ilişkiler geliştirmelerine ve düşünme becerilerini desteklemesine olanak tanıyan temel bir gelişim aracı olduğu üzerinde durulmuştur.

Ayrıca siz değerli velilerimizin aktif katılımıyla gerçekleştirilen uygulamalı oyun etkinlikleri aracılığıyla, oyunun etkileşimsel ilişkilerdeki dönüştürücü etkisinin deneyimlenmesi sağlanmıştır. Bu süreçte oyun temelli iletişimin, ebeveyn-çocuk ilişkisinde güven, iş birliği ve karşılıklı anlayışı nasıl desteklediğini uygulamalı olarak gözlemlenmiştir.

ANAOKULU
PDR ÇALIŞMALARI

Rehberlik Derslerimiz
Hayır Diyebilirim

Öğrencilerimizin hayır diyebilme becerilerini geliştirmek adına Ocak ayı rehberlik dersinde 4-5 Yaş Grubu öğrencilerimizle "Hayır Diyebilirim" konu başlığını ele aldık. Öğrencilerimiz rehber öğretmen Cansu Uysal eşliğinde etkili hayır diyebilmek için;

- Ben dili kullanarak kendilerini ifade etme çalışmaları yaptılar.
- Hayır diyebilme ve problem çözme temalı hikayeler dinlediler.
- Drama etkinlikleri ile günlük hayatta karşılaşabilecekleri durumları canlandırdılar.
- Eğlenerek, deneyimleyerek ve yaşayarak öğrenme fırsatı buldular.

Çocukların kendilerini tanımaları, sınırlarını fark etmeleri ve güvenle ifade edebilmeleri sağlıklı gelişimin temel taşlarındandır. Bu becerilerin kazanılmasında "hayır diyebilme" önemli bir yere sahiptir.

Anaokulu Döneminde Neden Önemlidir?

Anaokulu dönemi, çocukların sosyal ilişkiler kurmaya başladığı ve kendilerini ifade etmeyi öğrendiği kritik bir gelişim dönemidir.

Bu dönemde hayır diyebilmeyi öğrenen çocuklar:

- Kendi istek ve ihtiyaçlarının farkına varır
- Bedensel ve duygusal sınırlarını tanır
- Başkalarının istekleri karşısında kendini korumayı öğrenir
- Zorlandığı durumlarda yardım isteme becerisi geliştirir

"Hayır Diyebilirim" Becerisinin Kazanımları

Hayır diyebilme becerisi çocuklara;

- Kendini ifade edebilme
- Özgüven geliştirme
- Sağlıklı iletişim kurma
- Problem çözme becerisi
- Duygularını tanıma ve ifade etme gibi önemli kazanımlar sağlar.

Velilerimize Öneriler

Ev ortamında da bu becerinin desteklenmesi çok önemlidir:

- Çocuğunuzun "hayır" dediği durumları dinleyebilirsiniz
- Duygularını ifade etmesine fırsat tanıyabilirsiniz
- Kendi sınırlarınızı anlatırken ben dilini kullanabilirsiniz
- Zorlamadan, güvenli alanlar oluşturarak destek olabilirsiniz

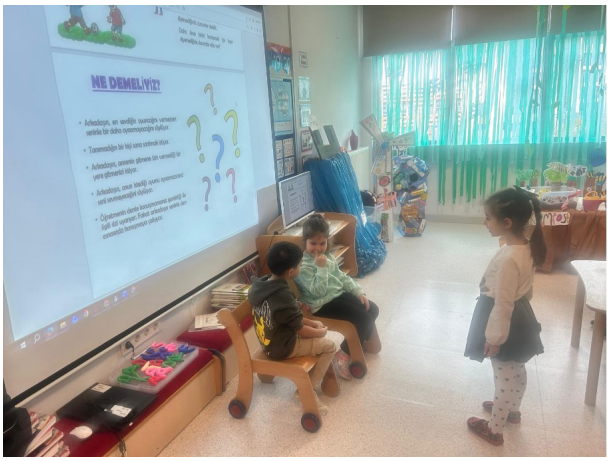
ANAOKULU
PDR ÇALIŞMALARI













ANAOKULU
PDR ÇALIŞMALARI

Rehberlik Derslerimiz
Sağlıklı Besleniyorum

Öğrencilerimizin sağlıklı yaşam bilinci kazanmalarını desteklemek amacıyla Ocak ayı rehberlik dersinde 3 Yaş Grubu öğrencilerimizle "Sağlıklı Besleniyorum" konusunu ele aldık. Öğrencilerimiz; dokunarak ve hissederek besini tahmin etme oyunu oynayarak farklı besinleri tanıma fırsatı bulmuş, sağlıklı besinlerle ilgili hikaye dinleyerek öğrenmelerini pekiştirmiştir. Etkinlik sürecinde sağlıklı beslenmenin vücudumuz için önemi yaş düzeylerine uygun şekilde ele alınmış, çocukların duyusal deneyimler yoluyla öğrenmeleri desteklenmiştir.

Erken çocukluk döneminde kazanılan sağlıklı beslenme alışkanlıkları, çocukların bedensel ve zihinsel gelişimleri açısından büyük önem taşımaktadır. Bu doğrultuda yapılan rehberlik çalışmalarıyla öğrencilerimizin sağlıklı yiyecekleri tanımaları ve günlük yaşamlarında doğru besin seçimleri yapabilmeleri hedeflenmiştir.

Velilerimize Öneriler

Ev ortamında sağlıklı beslenme alışkanlıklarının desteklenmesi, çocuklarımızın bu beceriyi kalıcı hale getirmesi açısından büyük önem taşır:

- Çocuğunuzla birlikte besinleri keşfedin; dokunmasına, koklamasına ve adlandırmasına fırsat verebilirsiniz
- Günlük öğünlerde sağlıklı besinlere düzenli olarak yer vererek olumlu alışkanlıklar kazandırabilirsiniz
- Yemek saatlerini sohbet edilen, keyifli ve paylaşım dolu anlara dönüştürebilirsiniz
- Yeni besinleri tanıtırken sabırlı olun; zorlamadan, küçük denemelerle destekleyin
- Sağlıklı beslenme konusunda rol model olun, çocuğunuzun sizi gözlemleyerek öğrenmesine imkan tanıyabilirsiniz

Küçük yaşta atılan bu adımlar, çocuklarımızın sağlıklı bir yaşam için güçlü temeller oluşturmasına yardımcı olur.





ANAOKULU
PDR ÇALIŞMALARI

5 Yaş Rehberlik Derslerimiz
Güvenli Teknoloji Kullanımı

Öğrencilerimizin teknolojiyi bilinçli ve güvenli kullanma becerilerini geliştirmek amacıyla Şubat ayı rehberlik dersinde 5 Yaş Grubu öğrencilerimizle "Güvenli Teknoloji Kullanımı" konu başlığını ele aldık.

- Güvenli ve güvenli olmayan teknoloji kullanımı ile ilgili hikaye dinlediler.
- Oyun ve drama etkinlikleriyle günlük hayatta karşılaşabilecekleri dijital durumları canlandırdılar.
- Ekran süresi ve uygun içerik kavramlarını öğrendiler.
- Eğlenerek, deneyimleyerek ve yaşayarak öğrenme fırsatı buldular.

Çocukların erken yaşta teknolojiyle sağlıklı bir ilişki kurmaları; bilinçli, kontrollü ve güvenli kullanım alışkanlığı geliştirmeleri açısından büyük önem taşımaktadır.

Anaokulu Döneminde Neden Önemlidir?

Anaokulu dönemi, çocukların alışkanlık geliştirdiği ve temel davranış kalıplarını öğrendiği kritik bir gelişim dönemidir.

Bu dönemde güvenli teknoloji kullanmayı öğrenen çocuklar:

- Ekran süresini dengelemeyi öğrenir
- Gerçek ve dijital dünya arasındaki farkı kavrar
- Uygun olmayan içeriklere karşı farkındalık geliştirir
- İhtiyaç duyduğunda bir yetişkinden yardım isteme becerisi kazanır

"Güvenli Teknoloji Kullanımı" Becerisinin Kazanımları

Bu çalışmalar çocuklara;

- Öz denetim geliştirme
- Sorumluluk bilinci kazanma
- Zaman yönetimi farkındalığı
- Problem çözme becerisi
- Sağlıklı alışkanlıklar oluşturma gibi önemli kazanımlar sağlar.

Velilerimize Öneriler

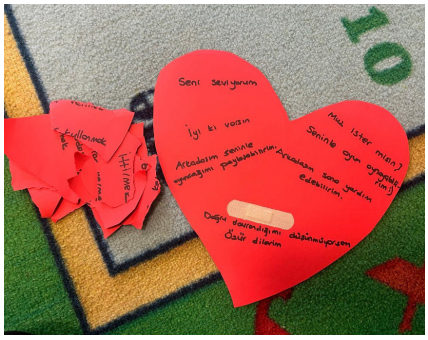
Ev ortamında da bu becerinin desteklenmesi oldukça önemlidir:

- Teknolojik araçlarla geçirilen süreyi yaşa uygun şekilde sınırlandırabilirsiniz.
- Ekran süresi dışında yapılacak etkinlikleri çeşitlendirebilirsiniz (resim, kitap okuma, oyun, aile etkinlikleri vb.).
- Çocuğunuzla birlikte günlük bir plan hazırlayabilirsiniz.
- Hazırlanan programda ders ve sorumlulukların yanı sıra keyif alacağı etkinliklere de yer verebilirsiniz.
- Teknoloji kullanımında model olmayı ve açık iletişim kurmayı ihmal etmeyebilirsiniz.

Teknoloji hayatımızın bir parçasıdır; önemli olan onu doğru, dengeli ve güvenli kullanmayı öğrenmektir.











4 Yaş Rehberlik Derslerimiz

Öz Değer ve Olumlu Arkadaşlık İlişkileri

Öğrencilerimizin öz değer algılarını güçlendirmek ve sağlıklı akran ilişkileri geliştirmelerini desteklemek amacıyla Şubat ayı rehberlik dersinde 4 Yaş Grubu öğrencilerimizle "Öz Değer ve Olumlu Arkadaşlık İlişkileri" konu başlığını ele aldık.

- "Kendimi neden değerli hissederim?" sorusu üzerine düşünerek olumlu özelliklerini ifade ettiler.
- Arkadaşlarına söyleyebilecekleri nazik ve destekleyici sözler üzerine grup paylaşımı yaptılar.
- Güzel sözler duyduklarında "kalplerinin nasıl hissettiğini" konuşarak duygu farkındalığı çalışması gerçekleştirdiler.
- Somut materyaller ve etkileşimli etkinliklerle empati ve nezaket kavramlarını deneyimlediler.
- Eğlenerek, paylaşarak ve yaşayarak öğrenme fırsatı buldular.

Okul öncesi dönemde çocukların kendilerini değerli hissetmeleri ve olumlu sosyal etkileşim deneyimleri yaşamaları, sosyal-duygusal gelişimlerinin temelini oluşturmaktadır.

Anaokulu Döneminde Neden Önemlidir?

Anaokulu dönemi, öğrencilerin benlik algısının şekillendiği ve sosyal ilişki becerilerinin temellendiği kritik bir gelişim evresidir.

Bu dönemde öz değer ve olumlu iletişim becerileri desteklenen çocuklar:

- Kendileriyle ilgili olumlu düşünceler geliştirmeyi öğrenir
- Duygularını ifade etme becerisi kazanır
- Empati kurma kapasitesini geliştirir
- Akran ilişkilerinde daha yapıcı ve uyumlu davranışlar sergiler
- Sosyal ortamlarda kendini daha güvende hisseder

Çalışmanın Kazanımları

Bu çalışmalar öğrencilere;

- Olumlu benlik algısı geliştirme
- Empati becerisi kazanma
- Nazik ve yapıcı iletişim dili kullanma
- Duygusal farkındalık geliştirme
- Sosyal uyum ve ilişki becerilerini güçlendirme gibi önemli kazanımlar sağlamaktadır.

Velilerimize Öneriler

Ev ortamında da bu becerilerin desteklenmesi oldukça önemlidir:

- Gün içinde çocuğunuza kendisiyle ilgili gurur duyduğu bir özelliği paylaşması için fırsat verebilirsiniz.
- Ailece birbirinize olumlu ifadeler söyleyebileceğiniz kısa paylaşım zamanları oluşturabilirsiniz.
- Çocuğunuzun nazik davranışlarını fark edip somut geri bildirimlerle pekiştirebilirsiniz.
- Ev içinde empatik ve saygılı iletişim dili kullanarak model olabilirsiniz.
- Arkadaşlıkla ilgili yaşadığı durumları dinleyerek duygularını ifade etmesine alan açabilirsiniz.

Unutmayalım ki çocuklar, kendilerini değerli hissettikleri ve olumlu iletişim deneyimleri yaşadıkları ortamlarda sosyal ve duygusal açıdan daha güçlü bireyler olarak gelişirler.

3 Yaş Rehberlik Derslerimiz

Olumlu İfade ve Davranışların Arkadaşlık İlişkileri Üzerindeki Etkisi

3 yaş grubu öğrencilerimizle rehberlik dersimizde, öğrencilerimizin duygusal farkındalıklarını artırmak ve nezaket dili kullanımını desteklemek amacıyla yapılandırılmış bir etkinlik gerçekleştirilmiştir. Çalışma kapsamında soyut bir kavram olan "incitici söz ve davranışların duygusal etkisi", somut materyaller ve deneyimsel uygulamalar aracılığıyla ele alınmış; çocukların kendi gelişim düzeylerine uygun biçimde bu kavramı anlamlandırmaları hedeflenmiştir.
Etkinlik sürecinde kalbi temsil eden görseller kullanılmıştır.

• Arkadaşlarına nazik ve olumlu ifadeler kullandıklarında kalbin renginin değişmediği gözlemlenmiştir.
• Kırıcı ve olumsuz sözler söylendiğinde ise kalbin siyah boya ile kaplandığı görselleştirilerek "incinme" kavramı somutlaştırılmıştır.
• Kırmızı ve siyah boya kullanımıyla davranışların duygusal etkileri deneyimsel öğrenme yoluyla desteklenmiştir.

Çalışmanın Kazanımları

Öğrencilerin, sözlü ifadelerin karşı taraf üzerindeki etkisini fark etmeleri amaçlanmıştır.
• Nazik ve yapıcı ifadelerin olumlu duygular oluşturduğu,
• Kırıcı ve olumsuz sözlerin incitici etkiler yaratabildiği,
• Olumlu iletişim dilinin arkadaşlık ilişkilerini güçlendirdiği üzerine grup paylaşımı yapılmıştır.
Etkinlik sonunda öğrenciler birbirlerine olumlu geri bildirimlerde bulunmuş; destekleyici ve kapsayıcı ifadeler kullanarak akran etkileşimini güçlendirmiştir.

Bu etkinlik ile öğrencilerimizin;

• Empati kurma becerilerinin desteklenmesi,
• Duygusal farkındalıklarının artırılması,
• Olumlu ve yapıcı iletişim dili geliştirmeleri,
• Akran ilişkilerinde duyarlılık kazanmaları hedeflenmiştir.

Velilerimize Öneriler

Sosyal-duygusal gelişimin sürekliliği açısından ev ortamında da benzer yaklaşımların sürdürülmesi önem taşımaktadır:
• Günlük yaşam içinde olumlu ve destekleyici ifadelerin bilinçli olarak kullanılması,
• Çocuğun nazik davranışlarının fark edilerek somut geri bildirimlerle pekiştirilmesi,
• Yaşadığı sosyal durumlar hakkında konuşmasına fırsat verilerek duygu ifadesinin desteklenmesi,
• Model olma yoluyla empatik ve saygılı iletişim dilinin sergilenmesi çocukların öz düzenleme ve sosyal uyum becerilerine katkı sağlayacaktır.
Çocuklar; değer gördükleri, anlaşıldıkları ve olumlu iletişim deneyimleri yaşadıkları ortamlarda sosyal ve duygusal açıdan daha sağlam temeller geliştirmektedir.



ANAOKULU **PDR ÇALIŞMALARI**

Duygularım

Öğrencilerimizin duygularını tanıma, ifade etme ve anlama becerilerini geliştirmek amacıyla Mart ayı rehberlik dersinde 5 yaş grubu öğrencilerimizle "Duygularım" konu başlığını ele aldık.

- Temel duyguların (mutluluk, üzüntü, öfke, korku, şaşkınlık gibi) neler olduğunu öğrendiler.
- Yüz ifadelerinin hangi duyguları ifade ettiğini görseller ile keşfettiler.
- Olay ve durumlar karşısında insanların neler hissedebileceğini örnekler üzerinden konuştular.
- Oyun ve drama etkinlikleri ile farklı duyguları canlandırarak empati kurma becerilerini geliştirdiler.
- Duyguların bedenimizde oluşturduğu değişimleri (terleme, gülümseme, gözyaşı vb.) fark ettiler.
- Duygularını uygun yollarla ifade etmenin önemini öğrendiler.

Eğlenerek, deneyimleyerek ve yaşayarak öğrenme fırsatı bulan öğrencilerimiz, duygularını tanıma ve ifade etme konusunda önemli adımlar attılar.

Çocukların erken yaşta duygularını tanımaları ve yönetebilmeleri; sağlıklı iletişim kurmaları, kendilerini doğru ifade etmeleri ve sosyal ilişkiler geliştirmeleri açısından büyük önem taşımaktadır.





Anaokulu Döneminde Neden Önemlidir?

Anaokulu dönemi, çocukların duygusal farkındalık kazandığı ve sosyal becerilerinin temellerinin atıldığı kritik bir gelişim dönemidir.

Bu dönemde duygularını tanıyan çocuklar:
- Kendilerini daha rahat ifade eder
- Başkalarının duygularını anlamaya başlar (empati kurar)
- Duygularını kontrol etmeyi öğrenir
- Sosyal ortamlarda daha uyumlu davranışlar sergiler
- Problem durumlarında daha sağlıklı tepkiler verir

"Duygularım" Becerisinin Kazanımları

Bu çalışmalar çocuklara;
- Duygusal farkındalık geliştirme
- Kendini ifade etme becerisi
- Empati kurma
- Öz denetim kazanma
- Sosyal uyum ve iletişim becerileri geliştirme
- Problem çözme becerisi kazandırma gibi önemli katkılar sağlar.

Velilerimize Öneriler

Ev ortamında da bu becerinin desteklenmesi oldukça önemlidir:
- Çocuğunuzla gün içinde hissettiği duygular hakkında konuşabilirsiniz.
- Duygularını ifade etmesi için onu cesaretlendirebilirsiniz.
- Kitaplar ve hikayeler aracılığıyla farklı duygular üzerine sohbet edebilirsiniz.
- Olumlu ve olumsuz tüm duyguların normal olduğunu anlatabilirsiniz.
- Duygularını ifade ederken model olabilir ve açık iletişim kurabilirsiniz.

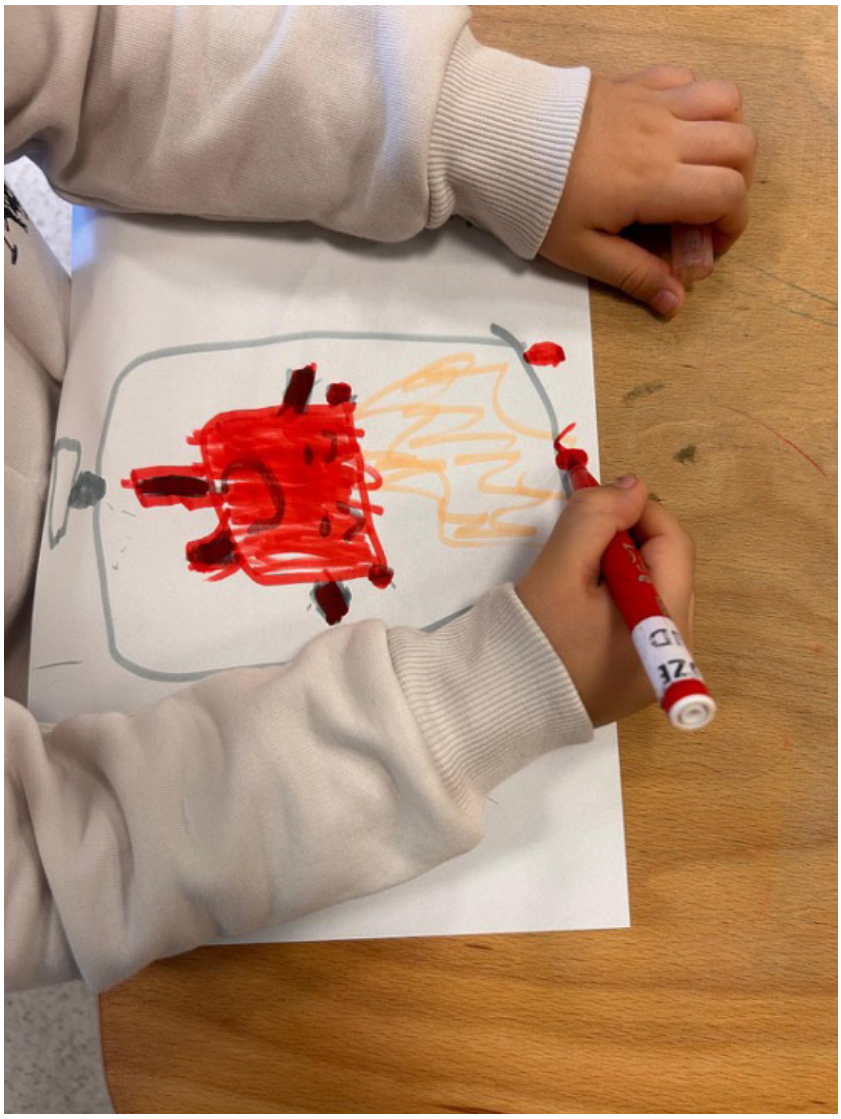
Duygular hayatımızın önemli bir parçasıdır; önemli olan onları tanımak, kabul etmek ve sağlıklı bir şekilde ifade etmeyi öğrenmektir.

Duygularımı Tanıyorum ve Düzenliyorum (Öfke Kavanozu Etkinliği)

Çocukların duygularını sağlıklı bir şekilde düzenleyebilmeleri için öncelikle duygularını tanımaları gerektiği bilinciyle, 4 yaş grubu öğrencilerimizle rehberlik dersinde "Duygularımı Tanıyorum ve Düzenliyorum" konu başlığını ele aldık. Bu kapsamda "Öfke Kavanozu" etkinliği gerçekleştirdik.

- Öncelikle öfke duygusu üzerine sohbet ettik.
- "Kendimizi ne zaman öfkeli hissederiz?" sorusu üzerinden günlük yaşamdan örnekler paylaştık.
- Öğrencilerimiz, öfkelendikleri bir olayı resim çizerek ifade ettiler.
- Çizdikleri resimleri sırayla buruşturup "öfke kavanozu"na atarak duygularını somut bir şekilde dışa vurma fırsatı buldular.
- Etkinliğin sonunda, öfkelendiklerinde kullanabilecekleri bir nefes egzersizi öğrendiler ve birlikte uyguladılar.

Bu etkinlik sayesinde öğrencilerimiz, öfke duygusunu tanıma, ifade etme ve kontrol altına alma konusunda deneyim kazandılar. Eğlenerek ve yaşayarak öğrenme süreciyle duygularını yönetmenin ilk adımlarını attılar.











Anaokulu Döneminde Neden Önemlidir?

Erken çocukluk dönemi, duygusal gelişimin en hızlı olduğu dönemlerden biridir. Bu dönemde duygularını tanımayı öğrenen çocuklar, ilerleyen yaşlarda duygularını daha sağlıklı bir şekilde yönetebilirler.

Bu beceriyi kazanan çocuklar:

- Duygularını fark eder ve adlandırır
- Öfke gibi yoğun duygularla baş etmeyi öğrenir
- Kendini daha uygun yollarla ifade eder
- Sosyal ilişkilerde daha uyumlu davranır
- Problem durumlarında daha sakin kalabilir

Etkinliğin Kazanımları

Bu çalışma çocuklara;

- Duygusal farkındalık geliştirme
- Öfke kontrolü becerisi kazanma
- Kendini ifade etme
- Öz denetim geliştirme
- Rahatlama ve sakinleşme yöntemleri öğrenme gibi önemli katkılar sağlar.

Velilerimize Öneriler

Ev ortamında da bu becerinin desteklenmesi oldukça önemlidir:

- Çocuğunuzun öfkesini ifade etmesine izin verin ve onu yargılamadan dinleyin.
- "Şu an kızgın görünüyorsun" gibi ifadelerle duygusunu fark etmesine yardımcı olun.
- Birlikte nefes egzersizleri yaparak sakinleşme yollarını pekiştirebilirsiniz.
- Alternatif ifade yolları sunabilirsiniz (resim çizme, oyun, konuşma vb.).
- Siz de sakin kalarak çocuğunuza model olabilirsiniz.

Duygular, özellikle de öfke, çocuklar için anlaşılması zor olabilir; ancak doğru yönlendirmelerle çocuklar bu duyguyu tanımayı, kabul etmeyi ve sağlıklı bir şekilde ifade etmeyi öğrenebilirler.

Duygularımı Tanıyorum

3 yaş grubu öğrencilerimizin gelişim özellikleri göz önünde bulundurularak, duygularını tanıma ve ifade etme becerilerini desteklemek amacıyla rehberlik dersinde "Duygularımı Tanıyorum" konu başlığını ele aldık. Bu yaş grubunda duyguları düzenleyebilmenin ilk adımı, temel duyguları fark etmek ve adlandırabilmektir.

- Mutluluk, üzüntü, öfke ve korku gibi temel duygular görseller ve hikayeler aracılığıyla tanıtıldı.
- Basit yüz ifadeleri üzerinden hangi duyguyu hissettikleri üzerine sohbet edildi.
- Ayna çalışması yapılarak öğrencilerin kendi yüz ifadelerini gözlemlemeleri sağlandı.
- "Şimdi mutlu yüz yapalım, şimdi üzgün yüz yapalım" gibi yönergelerle eğlenceli taklit çalışmaları yapıldı.
- Öğrenciler, farklı duyguları oyun yoluyla canlandırarak deneyimledi.
- Öfke duygusuna kısaca değinilerek, "Kızgın olduğumuzda ne yapabiliriz?" sorusu üzerine çözümler konuşuldu.

Etkinlik sürecinde öğrencilerimiz eğlenerek öğrenmiş, duygularını fark etmeye yönelik ilk deneyimlerini kazanmışlardır.



Anaokulu Döneminde Neden Önemlidir?

3 yaş, çocukların duygularını yeni yeni tanımaya başladığı bir dönemdir. Bu dönemde yapılan çalışmalar, ilerleyen yaşlarda duygusal düzenleme becerilerinin temelini oluşturur.

Bu dönemde desteklenen çocuklar:

- Temel duyguları ayırt etmeye başlar
- Duygularını basit ifadelerle anlatır
- Kendini daha güvende hisseder
- Yetişkin desteğini kabul etmeyi öğrenir



Etkinliğin Kazanımları

Bu çalışmalar öğrencilere;

- Duygusal farkındalık geliştirme
- Kendini ifade etme becerisi
- Taklit ve oyun yoluyla öğrenme
- Sosyal etkileşim becerileri geliştirme
- Basit düzeyde sakinleşme yöntemleri öğrenme gibi katkılar sağlar.

Velilerimize Öneriler

Evde de bu sürecin desteklenmesi oldukça önemlidir:

- Çocuğunuzun duygularını anlamasına yardımcı olun.

Resimli kitaplar, çocukların duyguların neye benzeyebileceğini belirlemelerine yardımcı olan güçlü araçlardır. Okurken, duygusal bir olay meydana geldiğinde durup bir karakterin nasıl hissettiği hakkında konuşabilirsiniz.

- Duyguları normalleştirin.

Duygular normaldir. Bazen herkes kendini kızgın, üzgün, mutlu veya korkmuş hisseder. Tüm bu duygular, iç ve dış çevremizle, başkalarıyla bağlantı kurmamıza, tehlikelerden kaçınmamıza veya kayıptan kurtulmamıza yardımcı olabilecek şekillerde iç görü sağlayarak önemli bir amaca hizmet eder. Bu nedenle çocuğunuzun tüm duyguları yaşamasına alan tanımalısınız. Kendi çocukluğunuzdan, korktuğunuz veya üzüldüğünüz zamanlarla ve kendinizi daha iyi hissetmenize yardımcı olan şeylerle ilgili deneyimlerinizi paylaşabilirsiniz.

- Duygularını ifade etmesini sağlayın.

Resim çizmek gibi yaratıcı etkinlikler, çocuğunuzun zor duyguları ifade etmesine ve yönetmesine yardımcı olabilir. Seni ne mutlu hissettirir? Kendimizi güvende hissetmenize ne yardımcı olur? Endişelendiğinde sana ne yardımcı olur? Bu duyguyu vücudunun hangi bölgesinde hissediyorsun? gibi sorularla yardımcı olabilirsiniz.

- Rol model olun.

Günlük hayatımızda herhangi bir duruma sinirlendiğinizde yüksek sesle, öfkeyle kurulmuş cümleler ile anlatmak yerine neye sinirlendiğinizi çocuğunuzun, yaşı ve gelişim düzeyine uygun olarak anlatabilirsiniz. Durum karşısında ne hissettiğinizi normal konuşma ses tonunuzu kullanarak anlatırsanız hem olumsuz duygularınızı doğru bir şekilde ifade etmiş hem de doğru bir rol model olursunuz.

Bu yaş grubunda önemli olan, çocukların duygularını doğru ya da yanlış olarak değerlendirmek değil; onları tanımalarına, ifade etmelerine ve kabul etmelerine destek olmaktır.

ANAOKULU **PDR ÇALIŞMALARI**

Öz Denetim ve Nefes Egzersizleri

5 yaş grubu öğrencilerimizin duygu ve davranışlarını kontrol edebilme becerilerini geliştirmek amacıyla bu ay rehberlik dersinde "Öz Denetim ve Nefes Egzersizleri" konu başlığını ele aldık.

- Öz denetim kavramının ne olduğu ve günlük yaşamda neden önemli olduğu üzerinde duruldu.
- Duygularımız yoğunlaştığında (öfke, heyecan, kaygı vb.) nasıl tepki verdiğimiz üzerine konuşuldu.
- "Kurbağanın Nefes Kesen Konuşması" adlı kitap okunarak öz denetim ve sakin kalabilme üzerine farkındalık kazandırıldı.
- Hikaye üzerinden karakterlerin duyguları ve davranışları değerlendirildi.
- Basit nefes egzersizleri (derin nefes alma-verme, yavaş sayarak nefes alma vb.) uygulamalı olarak deneyimlendi.
- Nefes egzersizlerinin sakinleşme ve düşünmeden tepki vermeyi önleme üzerindeki etkisi fark edildi.

Eğlenerek, deneyimleyerek ve yaşayarak öğrenme fırsatı bulan öğrencilerimiz, kendilerini sakinleştirme ve davranışlarını kontrol etme konusunda önemli adımlar attılar.

Çocukların erken yaşta öz denetim becerisi kazanmaları; duygularını yönetebilmeleri, sağlıklı kararlar alabilmeleri ve sosyal ilişkilerini güçlendirebilmeleri açısından büyük önem taşımaktadır.

Anaokulu Döneminde Neden Önemlidir?

Anaokulu dönemi, çocukların kendilerini kontrol etmeyi öğrenmeye başladıkları kritik bir gelişim dönemidir.

Bu dönemde öz denetim becerisi gelişen çocuklar:

- Duygularını daha kolay yönetir
- Tepkilerini kontrol edebilir
- Sabırlı olmayı öğrenir
- Sosyal ortamlarda daha uyumlu davranır
- Problem durumlarında daha sağlıklı çözümler üretir

"Öz Denetim" Becerisinin Kazanımları

Bu çalışmalar çocuklara;

- Duygularını kontrol edebilme
- Kendini sakinleştirme becerisi
- Sabır geliştirme
- Düşünerek hareket etme alışkanlığı
- Sosyal uyum ve iletişim becerileri geliştirme
- Problem çözme becerisi kazandırma gibi önemli katkılar sağlar.

Velilerimize Öneriler

Ev ortamında da bu becerinin desteklenmesi oldukça önemlidir:

- Çocuğunuza duygularını kontrol etmesi için zaman tanıyın ve sabırlı olmaya çalışabilirsiniz
- Birlikte nefes egzersizleri yaparak sakinleşme yöntemlerini pekiştirebilirsiniz
- Öfke ya da heyecan anlarında nasıl davranılması gerektiği üzerine konuşabilirsiniz
- Günlük yaşamda sabırlı ve kontrollü davranışlar sergileyerek model olabilirsiniz
- Hikayeler üzerinden karakterlerin davranışlarını değerlendirerek farkındalık oluşturabilirsiniz.





Öz denetim, çocukların yaşam boyu kullanacakları önemli bir beceridir. Bu becerinin erken yaşta kazanılması, çocukların hem akademik hem de sosyal yaşamlarında daha başarılı ve dengeli bireyler olmalarına katkı sağlar.

ANAOKULU **PDR ÇALIŞMALARI**

Nefes Egzersizleri ve Duruş Teknikleri

Öğrencilerimizin duygularını fark etme, bedenlerini tanıma ve kendilerini sakinleştirebilme becerilerini desteklemek amacıyla bu ay rehberlik dersinde 4 yaş grubu öğrencilerimizle "Nefes Egzersizleri ve Duruş Teknikleri" konu başlığını ele aldık.

- Farklı duruşlarda (oturarak, ayakta, uzanarak) nefes alma teknikleri tanıtıldı.
- Doğru nefes alıp vermenin nasıl olduğu uygulamalı olarak gösterildi.
- Nefes alırken beden duruşunun (dik durma, omuzları rahat bırakma vb.) önemi vurgulandı.
- Nefesin bedenimiz üzerindeki etkileri (rahatlama, sakinleşme) üzerine konuşuldu.
- Hikaye çalışması ile nefes egzersizleri somutlaştırılarak öğrencilerin anlaması kolaylaştırıldı.
- Oyun yoluyla nefes kontrolü ve farkındalık çalışmaları yapıldı.

Eğlenerek ve deneyimleyerek öğrenme fırsatı bulan öğrencilerimiz, farklı duruşlarda nefeslerini nasıl kullanabileceklerini öğrenerek kendilerini sakinleştirme konusunda önemli adımlar attılar.

Çocukların erken yaşta nefes farkındalığı kazanmaları; duygularını düzenleyebilmeleri ve bedenlerini doğru kullanabilmeleri açısından büyük önem taşımaktadır.

Anaokulu Döneminde Neden Önemlidir?

4 yaş dönemi, çocukların hem fiziksel hem de duygusal farkındalıklarının geliştiği önemli bir süreçtir.

Bu dönemde nefes ve duruş farkındalığı gelişen çocuklar:

- Bedenlerini daha bilinçli kullanır
- Duygularını fark etmeye başlar
- Sakinleşme becerilerini geliştirir
- Duruş alışkanlıklarını erken yaşta kazanır

"Nefes Egzersizleri ve Duruş Teknikleri" Becerisinin Kazanımları

Bu çalışmalar çocuklara;

- Nefes kontrolü geliştirme
- Kendini sakinleştirme becerisi
- Duygu farkındalığı kazanma
- Beden ve duruş farkındalığı geliştirme
- Dikkat ve odaklanma becerisi artırma gibi önemli katkılar sağlar.





Velilerimize Öneriler

Ev ortamında da bu becerinin desteklenmesi oldukça önemlidir:

- Çocuğunuzla birlikte farklı pozisyonlarda nefes egzersizleri deneyebilirsiniz
- Otururken ve ayakta dururken doğru duruşu model olarak gösterebilirsiniz
- Gün içinde kısa nefes çalışmaları yaparak alışkanlık kazandırabilirsiniz
- Hikayeler üzerinden nefes alma ve sakinleşme üzerine sohbet edebilirsiniz
- Duygusal yoğunluk yaşadığı anlarda nefes tekniklerini kullanmasını hatırlatabilirsiniz.

Nefes egzersizleri ve doğru duruş alışkanlıkları, çocukların hem fiziksel hem de duygusal gelişimini destekleyen önemli becerilerdir. Erken yaşta kazanılan bu beceriler, çocukların daha sağlıklı ve dengeli bireyler olarak gelişmelerine katkı sağlar.

ANAOKULU **PDR ÇALIŞMALARI**

Nefes Egzersizleri ve Duygu Farkındalığı

Öğrencilerimizin duygularını fark etme ve kendilerini sakinleştirebilme becerilerini desteklemek amacıyla bu ay rehberlik dersinde 3 yaş grubu öğrencilerimizle "Nefes Egzersizleri ve Duygu Farkındalığı" konu başlığını ele aldık.

- Nefes alıp vermenin vücudumuz için önemi anlatıldı.
- Çiçek koklama oyunu ile derin nefes alma çalışmaları eğlenceli bir şekilde deneyimlendi.
- "Kurbağa Mimo'nun" hikâyesi üzerinden doğru nefes almanın nasıl olduğu öğrenildi.
- Hikayede kurbağa Mimo'nun nasıl nefes aldığı gözlemlenerek öğrenciler tarafından uygulandı.
- Nefes egzersizleri oyunlaştırılarak öğrencilerin aktif katılımı sağlandı.
- Etkinlik sonunda öğrenciler kurbağa Mimo'yu boyayarak süreci pekiştirdiler.

Eğlenerek, deneyimleyerek ve yaşayarak öğrenme fırsatı bulan öğrencilerimiz, nefeslerini fark etme ve basit sakinleşme yöntemlerini öğrenme konusunda ilk adımlarını attılar.

Çocukların erken yaşta nefes farkındalığı kazanmaları; duygularını düzenleyebilmeleri ve kendilerini sakinleştirebilmeleri açısından büyük önem taşımaktadır.

Anaokulu Döneminde Neden Önemlidir?

3 yaş dönemi, çocukların bedenlerini ve duygularını keşfetmeye başladıkları önemli bir gelişim dönemidir.

Bu dönemde nefes farkındalığı gelişen çocuklar:

- Bedenlerini daha iyi tanır
- Sakinleşme becerisi kazanmaya başlar
- Duygusal tepkilerini düzenlemeye ilk adımı atar
- Yönergeleri takip etme becerisi gelişir
- Oyun yoluyla öğrenmeye daha açık hale gelir

"Nefes Egzersizleri" Becerisinin Kazanımları

Bu çalışmalar çocuklara;

- Nefes farkındalığı kazanma
- Basit düzeyde kendini sakinleştirme becerisi
- Duygu farkındalığı geliştirme gibi önemli katkılar sağlar.

Velilerimize Öneriler

Ev ortamında da bu becerinin desteklenmesi oldukça önemlidir:

- Çocuğunuzla birlikte "çiçek koklama" oyunu oynayarak nefes egzersizi yapabilirsiniz
- Nefes alıp verirken onu model olarak yönlendirebilirsiniz
- Hikayeler üzerinden nefes alma ve sakinleşme üzerine sohbet edebilirsiniz
- Duygusal yoğunluk yaşadığı anlarda nefes almasını hatırlatabilirsiniz





Nefes egzersizleri, çocukların kendilerini tanımaları ve duygularını düzenlemeleri için güçlü bir araçtır. Erken yaşta kazanılan bu beceri, ilerleyen dönemlerde daha sağlıklı duygusal gelişimin temelini oluşturur.

ANAOKULU **PDR ÇALIŞMALARI**

Farklılıklara Saygı

Anaokulu grubu öğrencilerimizin bireysel farklılıkları fark etmeleri, farklılıklara karşı saygılı tutum geliştirmeleri ve sosyal uyum becerilerini desteklemek amacıyla bu ay rehberlik dersinde "Farklılıklara Saygı" konu başlığı ele alınmıştır.

Etkinliklerimiz süresince öğrencilerimiz;

• Her bireyin farklı özelliklere sahip olabileceği üzerine sohbet edildi.
• İnsanların fiziksel özellikleri, ilgi alanları, düşünceleri ve duygularının birbirinden farklı olmasının doğal olduğu konusunda farkındalık kazanıldı.
• Boyama etkinlikleri, drama çalışmaları ve hikaye aracılığıyla empati kurma becerilerini geliştirildi.
• Hikayelerde yer alan karakterlerin davranışları değerlendirilerek saygı, hoşgörü ve kabul etme kavramları üzerinde duruldu.
• Grup etkinlikleri sayesinde paylaşma, iş birliği yapma ve arkadaşlarının düşüncelerine saygı gösterme becerileri desteklendi.

Öğrencilerimiz eğlenerek ve deneyimleyerek öğrenme fırsatı bulurken; farklılıklara saygı duymanın sosyal yaşamın önemli bir parçası olduğunu keşfettiler.

Anaokulu Döneminde Neden Önemlidir?

Okul öncesi dönem, çocukların sosyal ilişkiler kurmayı ve toplumsal kuralları öğrenmeye başladıkları önemli bir gelişim sürecidir.

Bu dönemde farklılıklara saygı becerisi gelişen çocuklar:
• Empati kurmayı öğrenir.
• Arkadaş ilişkilerinde daha uyumlu davranır.
• Hoşgörülü olmayı geliştirir.
• Kendilerini ve başkalarını kabul etmeyi öğrenir.
• Sosyal ortamlarda daha sağlıklı iletişim kurabilir.



"Farklılıklara Saygı" Becerisinin Kazanımları

Bu çalışmalar çocuklara;
• Empati geliştirme
• Hoşgörülü davranma
• Arkadaşlık ilişkilerini güçlendirme
• İş birliği yapabilme
• Kendini ve başkalarını kabul etme
• Sağlıklı iletişim kurabilme gibi önemli kazanımlar sağlamaktadır.

Velilerimize Öneriler

Ev ortamında da bu becerilerin desteklenmesi oldukça önemlidir:
• Çocuğunuzun duygu ve düşüncelerini ifade etmesine fırsat tanıyabilirsiniz.
• Farklılıklara saygılı davranışlar sergileyerek çocuğunuza model olabilirsiniz.
• Hikaye kitapları üzerinden karakterlerin davranışları hakkında sohbet edebilirsiniz.
• Paylaşma, yardımlaşma ve iş birliği gerektiren oyunlar oynayabilirsiniz.
• Çocuğunuzu arkadaşlarının farklı özelliklerini kabul etmesi konusunda destekleyebilirsiniz.

Çocuklarımızın sevgi, saygı ve hoşgörü ortamında büyümeleri; sağlıklı sosyal ilişkiler geliştirmeleri açısından büyük önem taşımaktadır.







ANAOKULU **PDR ÇALIŞMALARI**

Yıl Sonu Değerlendirme ve Kendini Fark Etme

Anaokulu öğrencilerimizin bir eğitim yılı boyunca edindikleri deneyimleri değerlendirmeleri, güçlü yönlerini fark etmeleri, yaşadıkları süreçleri ifade etmeleri ve öz farkındalık becerilerini desteklemek amacıyla bu ay rehberlik dersinde "Yıl Sonu Değerlendirme ve Kendini Fark Etme" konu başlığı ele alınmıştır.

Etkinliklerimiz süresince öğrencilerimiz;
- Bu yıl boyunca öğrendikleri yeni bilgi ve beceriler üzerine düşündüler.
- Kendilerini zorlayan durumları ve bu durumlarla nasıl başa çıktıklarını ifade ettiler.
- Yıl içerisinde yaşadıkları mutlu, eğlenceli ve unutulmaz anıları paylaşarak olumlu deneyimlerini hatırladılar.
- Resim ve sözlü paylaşım çalışmaları aracılığıyla duygu ve düşüncelerini ifade etme becerilerini geliştirdiler.

Öğrencilerimiz eğlenerek ve deneyimleyerek öğrenme fırsatı bulurken; geçmiş deneyimlerini değerlendirme, başarılarını fark etme ve kendilerini ifade etme konusunda önemli kazanımlar elde ettiler.

Anaokulu Döneminde Neden Önemlidir?

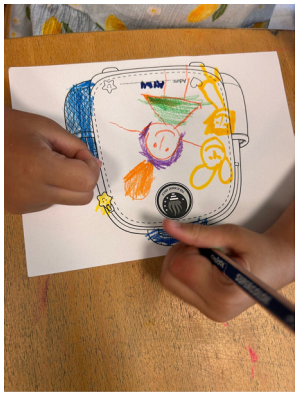
Çocukların kendilerini tanımaya ve yaşantıları üzerine düşünmeye başladıkları önemli bir gelişim sürecidir.
Bu dönemde öz değerlendirme becerisi gelişen çocuklar:
- Güçlü yönlerini fark eder.
- Başarılarını ve gelişimlerini değerlendirebilir.
- Duygu ve düşüncelerini daha rahat ifade eder.
- Karşılaştığı zorluklarla baş etme becerilerini fark eder.
- Kendine güven duygusunu destekler.

Kazanımlar

Bu çalışmalar çocuklara;
- Öz farkındalık geliştirme
- Duygu ve düşüncelerini ifade edebilme
- Güçlü yönlerini keşfetme
- Problem çözme deneyimlerini hatırlama
- Olumlu anıları fark etme
- Geleceğe yönelik hedef ve beklenti oluşturma gibi önemli kazanımlar sağlamaktadır.

Velilerimize Öneriler

Ev ortamında da bu becerilerin desteklenmesi oldukça önemlidir:
- Çocuğunuzla yıl boyunca yaşadığı güzel deneyimler hakkında sohbet edebilirsiniz.
- Başardığı konuları fark etmesine ve ifade etmesine fırsat tanıyabilirsiniz.
- Karşılaştığı zorlukları nasıl çözümlediğini konuşarak problem çözme becerilerini destekleyebilirsiniz.
- Teşekkür etmek istediği kişiler hakkında konuşarak minnettarlık duygusunu geliştirebilirsiniz.
- Yaz tatiline ilişkin hedef ve planlarını paylaşmasına fırsat verebilirsiniz.
- Çocuğunuzun duygu ve düşüncelerini yargılamadan dinleyerek kendini ifade etmesini destekleyebilirsiniz.
- Çocuklarımızın kendi gelişimlerini fark etmeleri, başarılarını değerlendirmeleri ve duygu-düşüncelerini rahatlıkla ifade edebilmeleri; sağlıklı benlik gelişimleri açısın dan büyük önem taşımaktadır.






ANAOKULU **PDR ÇALIŞMALARI**

Motivasyon ve İyi Dilekler

Anaokulu 5 yaş grubu öğrencilerimizin emek, çaba ve öğrenme süreçlerine yönelik olumlu bakış açısı geliştirmeleri, empati kurma ve başkalarına destek olma becerilerini güçlendirmeleri amacıyla bu ay rehberlik dersinde "Motivasyon ve İyi Dilekler" konu başlığı ele alınmıştır.

Etkinliklerimiz süresince öğrencilerimiz;

• Başarı ve başarısızlık kavramları üzerine yaş düzeylerine uygun sohbet çalışmaları gerçekleştirdiler.

• Başarının yalnızca sonuçtan değil, gösterilen emek ve öğrenme sürecinden de oluştuğu konusunda farkındalık kazandılar.

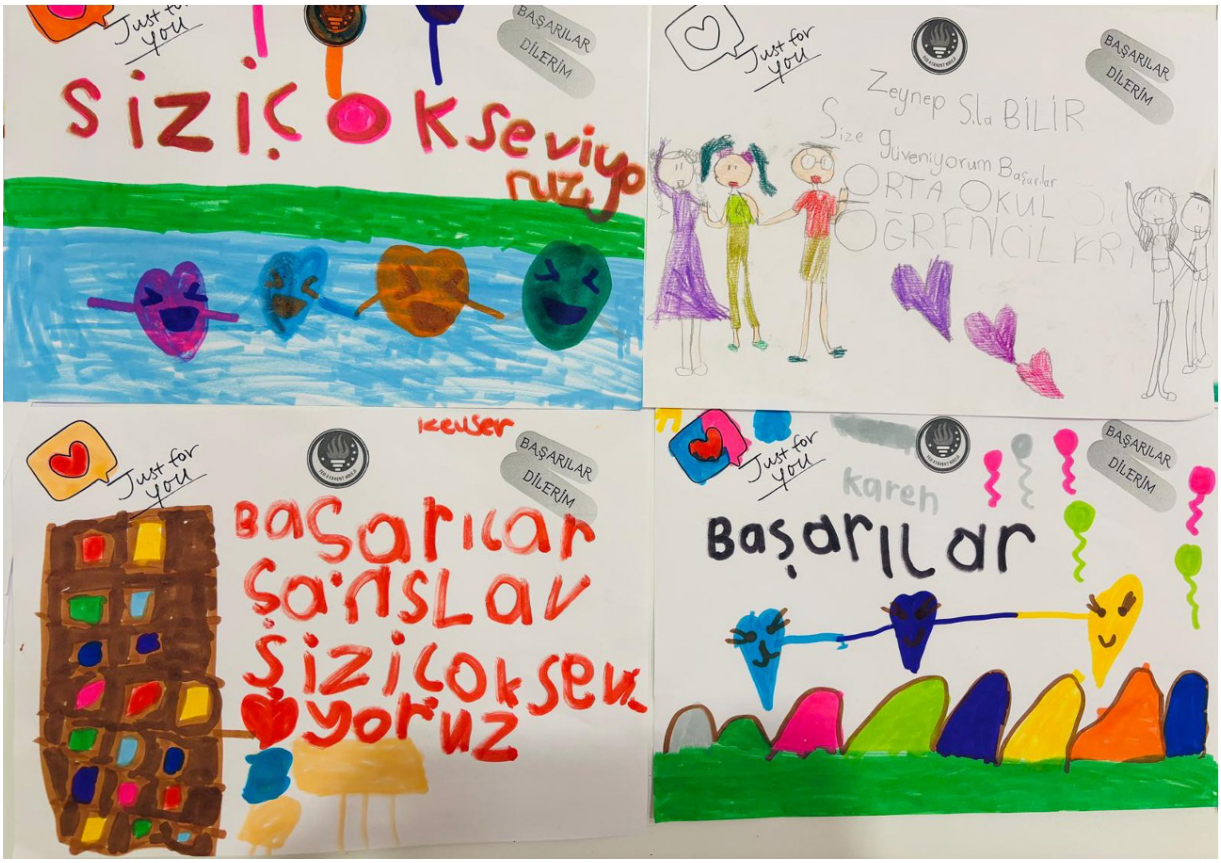
• Hata yapmanın öğrenmenin doğal bir parçası olduğu düşünme fırsatı buldular.

• Başarılı olduklarında ve zorlandıkları durumlarda hissettikleri duyguları ifade etme çalışmaları yaptılar.

• Başkalarına moral vermenin ve destek olmanın önemi üzerine sohbet ettiler.

• Yaklaşan sınav sürecindeki 8. sınıf öğrencileri için iyi dileklerini ve destek mesajlarını resim yoluyla ifade ettiler. Hazırladıkları resimleri üst sınıf öğrencileriyle paylaşarak empati, yardımlaşma ve sosyal sorumluluk becerilerini geliştirdiler.

Öğrencilerimiz eğlenerek ve deneyimleyerek öğrenme fırsatı bulurken; çabanın değerini, başkalarına destek olmanın önemini ve olumlu iletişimin gücünü keşfettiler.





TED ATAKENT KOLEJİ

/tedatakent