

Tatilde, okullar veya merkezler kapandığında, gün içerisindeki akış çokça değişkenlik gösterir ve çocuklar adaptasyon sorunları yaşayarak davranış problemleri sergileyebilirler. Düzenli ve sistematik bir yaşama daha fazla ihtiyaç duyarlar. Bu nedenle hem eğitimi sürdürerek hem de çocuklara keyifli zamanlar yaşatarak yaz tatilini geçirmenin yolları aramak faydalı olacaktır.

Tatil günleri tutarlılıkla düzenlenmelidir

Öncelikle okuldaki eğitim-öğretim dönemi boyunca, haftalık belirli programlar takip eden öğrencilerimizin tatil günlerinin de tutarlılıkla düzenlenmesi gerekir. Sabahtan başlayan akşama kadar sürdürülebilen belli rutin oluşturulduğunda çocuğun gün içindeki aktiviteleri planlanmış olur ve bağımsız hareket etmesi, geçişleri yerine getirmesi sağlanabilir. Günlük veya haftalık programları ise takvim haline getirerek çocuğa sunabilir veya çizelge olarak (düzeye göre resimli veya yazılı) düzenlenebilir.

Örneğin uyandıktan sonra,

- 1) El-yüz yıkama,
- 2) Kahvaltı,
- 3) Ders/Etkinlik saati,
- 4) Serbest oyun,
- 5) Öğle yemeği,
- 6) Serbest oyun,
- 7) Müzik/Etkinlik saati,
- 8) Spor,
- 9) Akşam yemeği,
- 10) Banyo

Belli bir rutin oluşturulduğunda günlük programı şekillendirmek gerekir. Gün içerisindeki bölümlere de bir takım uyarlamalar getirilebilir.

Ders/Etkinlik Saati

Öğrencinin, öğrendiklerini aktif tutmak adına uzaktan eğitim sürecinde öğretmenlerinden gelen videolar, etkinlik önerileri öğrenci ile yapılabilir ve tüm tatile yayılarak çalışılabilir. Rutin olarak ders/etkinlik saatleri düzenlenir ve hemen arkasından öğrencinin keyif alacağı müzikli bir aktivite koyulabilir.

Serbest Oyun Saati

Öğrencinin bağımsız olarak birkaç saat vakit geçirmesi için ev içerisinde bir serbest zaman çizelgesi hazırlanabilir. Bu çizelge, çocuğun kolaylıkla yapabildiği ve keyif aldığı etkinliklerden oluşturularak her etkinlik için ne kadar süre harcanacağını da içermelidir.

Örneğin 2 saatlik bir çizelge; Televizyon izleme (15 dakika), Yapboz yapma, Tablet oyunu (20 dakika), Legolarla oynama (20 dakika), Müzik dinleme (30 dakika), Bisküvi ve meyve suyu (10 dakika), Resim yapma/boyama (20 dakika).

Yemek Saati

Tatil boyunca çocuğa günlük yaşam becerileri kazandırmak için farklı fırsatlar sunulabilir. Masayı düzenleme, yemekleri masaya taşıma, toplama, bulaşıklara yardımcı olma gibi sorumluluklar verilip motor planlama, yaşamsal beceri, ince ve kaba motor alanları gclendirilebilir. Ne kadar fırsat sunulursa ve tekrar yapılırsa öğrencinin bağımsızlık kazanma şansı o kadar yüksek olur.

Spor Saati

Bazı ğrencilerimizde sıkça hareketlilik görülmektedir. Yıl boyunca aşına oldukları tempo doğrultusunda enerjilerini regüle etmektedirler. Ancak pandemi döneminde çalışma yoğunluğunun azalması, evde geçirilen srenin artmasıyla birlikte çocukların hareket etme ihtiyaçlarını karşılamak gerekir. Bu yönde, aileler spor faaliyetlerinden faydalanabilirler (rneğin düzenli yürüyüşler, yaz kamplarına katılım, bir kulübe ye olma). Beden Eğitimi öğretmeninden ve Fizyoterapistinizden gelen video ve etkinlikleri de spor zamanında kullanabilirsiniz.

Son olarak öğrencilerimizin gclk çektikleri sosyal ve iletişim becerilerini geliştirmek için fırsatlar yaratılmalıdır. Çocuğun düzeyine göre ihtiyaçları belirlenerek ve doğal süreçlere dahil ederek, ğretim yapılabilir.

Çok kalabalık olmayan açık ve güvenli alanlarda (park, orman) yapılandırılmış oyunlar oluşturulabilir (rneğin koşmayı çok seven bir çocuğun akranlarıyla, aile bireyleriyle yarışması sağlanabilir), akranlarla vakit geçirme ve etkileşime girme için oyunlar üretilir. (bowling, su savaşı, kitap okuma, evcilik, çeşitli top oyunları vb.)

Aynı zamanda günlük yaşama dair kişisel ve sosyal beceri alanında öğrencinin özel gereksinimine uygun ebeveynin gözetiminde kaşık-atal kullanma, kendine sandviç yapma, kişisel hijyeni sağlama gibi beceriler geliştirilebilir. Buna hazır çorba yapma, yemek yaparken karıştırarak veya bir şeyler ekleyerek destekte bulunma, odasındaki rafları düzenleme, giysilerini gruplandırma, el-yüz yıkama, diş fırçalama, tuvalet sonrası temizlik gibi çalışmalar eklenebilir. Diğer yandan ise daha toplumsal beceriler alanında ev içerisinde alışveriş listesi oluşturulup (resimli veya yazılı) marketten alışveriş yapma, daha sonrasında ödeme yapma, sipariş verme gibi daha kompleks beceriler oyun yoluyla çalışılabilir.

Yaz tatili boyunca her an bir eğitim fırsatına dönüştürülebilir. Ancak unutulmamalıdır ki, ebeveyn olarak çocuklarınıza eğitim-öğretimde destek olurken anne-baba rolnzden çıkmamalı ve iletişiminizin sağlıklı devam etmesine zen göstermelisiniz.

Tüm öğrencilerimize ve siz değerli velilerimize keyif dolu, huzurlu, sağlıklı ve mutlu bir yaz tatili dileriz.

Rehberlik Servisi

Metin Sabancı zel Eğitim Okulları