



Değerli anne babalar ve sevgili öğrenciler:

Uzun bir yaz tatilinin ardından okulların açılmasına sayılı günler kaldı. Okulların açıldığı ilk hafta pek çok öğrencimiz çeşitli oryantasyon sorunları yaşamaktadır. Yaz tatilinde uyku, yemek, oyun ve diğer aktivitelerde esnek zamana sahip olan öğrenciler okul döneminin başlaması ile okul temposuna ayak uydurmakta zorlanabilmektedir. Bu sebeple okul dönemi gelmeden önce yapılması yararlı olacak bazı püf noktalar ilkökul psikolojik danışmanı Ahmet GÖKKAYA tarafından sizlere aşağıda sunulmuştur:

- ✓ **Akademik edinim ve kazanımların denetlenmesi:** Yoğun ve yorucu bir akademik yılın ardından en doğal hakları olan tatili yapan öğrenciler çoğu kez önceki akademik yılın kazanımlarını unutarak geri dönmektedir. Tatil sadece eğlence ve dinlenme olarak görülmemeli aynı zamanda eksikler giderilmeli ve kazanımlar tekrar edilmelidir. Tatil bitmeden öğrenciler geçmiş yılı değerlendirmesi/pekiştirmesi yararlı olacaktır. Özellikler ağustos sonu ve eylül başında kitap okuma, konu eksiklerinin giderilmesi, genel tekrar gibi akademik çalışmalara gün içerisinde ver verilmelidir.
- ✓ **Uyku saat ve süresinin düzenlenmesi:** Yaz tatili dönüşü yaşanan en büyük sorunlardan biri düzensiz olan uyku saatlerinin düzene sokulmaya çalışılması evresidir. Henüz uyku düzenini oturtamayan çoğu öğrenci ilk haftalarda okula karşı isteksizlik yaşamaktadır. Okula geldiğinde ise uykulu olduğu için yeterince adapte olmakta zorlanmaktadır. Okula dönmenden önce çocuklarınızın uykusunu düzenlemesi konusunda anlaşma yapılması ve bu konuda onlara yardımcı olunması çok daha motive bir şekilde yeni eğitim öğretim başlanmasını sağlayacaktır.

ÖZEL MALTEPE GÖKYÜZÜ PDR SERVİSİ

✓ **Yeme alışkanlıklarının düzenlenmesi:** Rahat geçirilen yaz döneminde özellikle kahvaltı atlanabilen bir öğün olabiliyor. Ancak erken başlayan okul döneminde kahvaltı yapmayan öğrenciler hem zihinsel hem de fiziksel olarak tüm potansiyelini kullanamayacaktır.

✓ **Anne baba ile geçirilen zamanın düzenlenmesi:**

Yaz ayları sadece öğrenciler için değil çoğu ebeveyn için de tatil demek. Bu sürede çocuk, zamanının çoğunu ebeveynleri ile birlikte geçirebilir. Bazı durumlarda ebeveyn ile geçirilen vakit öğrencide bağımlı bir kişilik oluşturabilmektedir. Ve özellikle okula yeni başlayan öğrenciler anne ve babasından ayrılma korkusu yaşayabilir. İlk haftalar ağlamalar, histerik hastalıklar veya sinirli ruh hali oluşabilir. Okul başlamadan önce ara ara çocuğa okula başlama tarihinin yaklaştığını ve okulun işlevlerinin



anlatmanızda yarar olduğu gibi yoğun ayrılık kaygısı gibi durumlarda okula önceden gelmek, okulu tanıtmak ve okulla ilgili olumlu dönütlerde bulunmak etkili olacaktır. Okul başladıktan sonra ise yaz tatilinde gösterilen yoğun ilginin tamamen kesilmemesi gerekmektedir.

✓ **Geçmiş yılın değerlendirilmesi ve yeni eğitim döneminden beklentilerin belirlenmesi:** Çocuğun dünyası bazen bir yetişkini anlayamayacağı kadar karışık olabilir. Çocuğunuzun geçtiğimiz eğitim dönemindeki arzuları, üzüntüleri, kaygıları ve sevinçleri gibi pek çok duygusundan konuşmanız ve yeni eğitim yılı için çocuğunuzla birlikte gerçekçi hedefler belirlemek öğrencimizin motivasyonunu artıracaktır.

✓ **Sağlık kontrollerinin yaptırılması:** Okul zamanı öğrencileri etkileyen en önemli etkenlerden biri de devamsızlığa neden olabilecek sağlık sorunlarıdır. Öğrencinin kronik hastalıkları varsa doktorunuzla yıl içinde en az hasar alacağınız şekilde bir tedavi yaptırmak doğru bir adım olacaktır. Ve ayrıca çocuğunuzun duyu organlarında yetersizlik, kaşıntı, sürekli ya da şiddetli ateş, baş dönmesi ve baş ağrısı, karın ağrısı ya da eklem ağrısı gibi şikâyetleri varsa uzman bir doktor kontrolünden geçirilmesi erken tanı ve devamsızlık süresi açısından kolaylık sağlayacaktır.

Yeni bir dönemin başlama heyecanı ile hazırlıklarımızı tamamladığımız 2018-2019 eğitim öğretim yılında ilkokul PDR servisi olarak öğrencilerimizi bekliyoruz. Özel Maltepe Gökyüzü Eğitim Kurumları olarak her çocuğun uygun ortam sağlandığında öğrenebileceğini düşünüyoruz. Ancak her çocuk farklı şekillerde ve farklı hızlarda öğrenir. Bu sebeple geleceğimizin büyükleri olan çocuklarımızı büyütürken her çocuğun mizacına uygun ortamı sağlamak biz eğitimcilerin ve ailelerin görevidir.