GÖNÜLLÜ HİZMET VAKFI EVREN VE AHMET ÖĞÜCÜ ANAOKULU REHBERLİK SERVİSİ  
OKUL ÖNCESİ DÖNEMDE ZAMAN YÖNETİMİ



Evinizde ulaşılabilir, göz önünde  
olan mutlaka büyük renkli bir  
takvim ve sayıları rahat  
okunabilen bir saat bulundurun.  
Dilerseniz çocuğunuz  
ile her ay için kendi takviminizi  
yapabilir, süsleyebilirsiniz.

Çocuğunuz ile o hafta içinde  
olacak olan önemli  
günleri ( doğum günü/gezi  
günü/anneannenin gelişi/filmin  
geliş tarihi vb.)  
işaretleyin, resim çizin…



Çocuğunuz her sabah /akşam  
geçen günün üzerine bir  
çarpı çizebilir, kalan gün  
sayısına bakabilir. Tüm bu  
etkinliklerde mutlaka  
çocuğunuza eşlik edin.

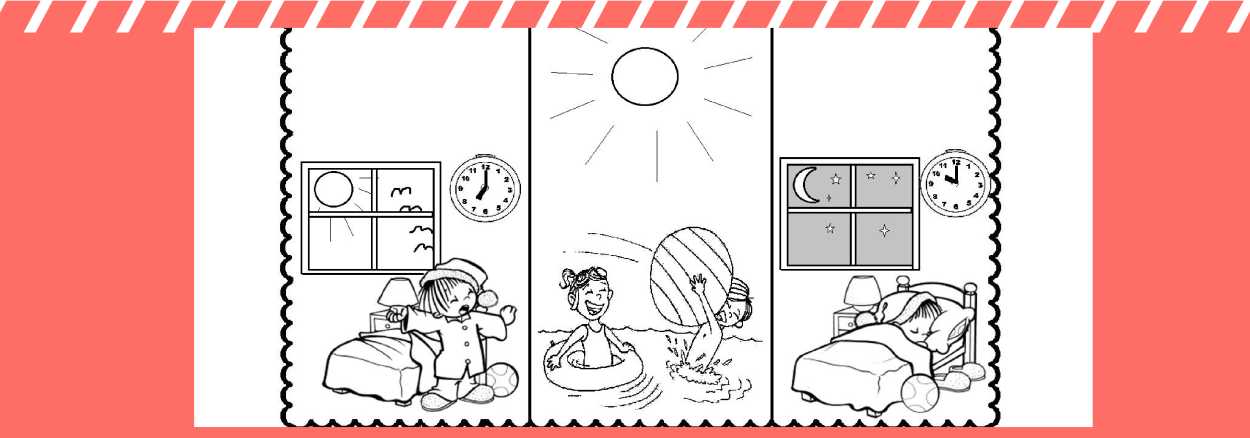
Çocuğunuzun zaman algısını  
oluşturmak için mutlaka sabah,  
öğlen, akşam, sonra, önce gibi  
kavramları kullanın.  
Sonra-önce kavramını  
kullanırken çocuğunuzun bildiği  
bir etkinlik ile birleştirmeniz  
faydalı olacaktır (öğle  
yemeğinden sonra, uyumadan  
önce vb).

Çocuğunuza sabah kahvaltısında o gün neler yapmayı  
planladığınızı anlatın.

Çocuklar önlerini gördüklerinde daha kontrolde hissederler ve  
sakin olurlar, aynı zamanda bu açıklamalar ile günü planlamayı,  
etkinlikleri sıralamayı öğrenirler.

Örneğin: Kahvaltıdan sonra giyinip dışarı çıkacağız.

Oyun parkına yürüyeceğiz orada biraz zaman geçirdikten sonra  
öğle yemeği için eve döneceğiz. Öğle uykundan sonra deden bize  
gelecek.



ÇOCUĞUNUZLA SINIRLI BİR ZAMANDA BİR ETKİNLİK  
BAŞLAYACAK, BİTECEK İSE MUTLAKA ZAMANI SAAT ÜZERİNDE  
GÖSTERİN.

ÖRNEK ÜZERİNDEN GİDERSEK; SAAT 10’DA EVDEN ÇIKMAMIZ  
GEREKİYOR. BAK 10’UN ÜZERİNE ARABA YAPIŞTIRMASI KOYDUM, BU  
EVDEN ÇIKACAĞIMIZ ZAMAN.  
BU KISA KOL ARABAYA GELDİĞİNDE  
AYAKKABILARINI GİYMİŞ BİR ŞEKİLDE EVDEN ÇIKMAYA HAZIR OLMAN  
LAZIM DİYEBİLİRSİNİZ.

BÖYLECE ÇOCUĞUNUZ SAATİ KONTROL EDEREK ZAMANINI YAVAŞ  
YAVAŞ AYARLAMAYI ÖĞRENİR.



Zaman tanıyın. Çocuğunuza yapılması gerekeni o anda söylemeyin. Bir 5-10 dakika önce bir hatırlatmada bulunun.

Örneğin akşam yemeğine 10 dk  
sonra oturuyoruz. 10  
dakika sonra eve gideceğiz.Bu  
sayede çocuğunuz o anda  
yaptığını tamamlayabilir,  
zamanını yönetebilmeyi öğrenir.

İyi bir örnek olun. Zamanlama konusunda ve zamanınızı etkili kullanma konusunda çocuğunuza iyi bir rol model olun. Çocuğunuzu zamanında okuluna götürün, okuldan alın. Söz verdiğiniz saatlere sadık kalmaya çalışın. İşe giderken geç kaldım telaşını, yetiştiremediğiniz bir projeyle ilgili olan kaygınızı çocuğunuzun önünde yaşamamaya özen gösterin.

Çocuğunuz zaman yönetimini iyi  
yapmadığında sonuçlarını çocuğunuzun  
yaşamasına fırsat verin.Çocuğunuza ödev  
zamanını etkin kullanmadığında yapmak  
istediği etkinliklere daha az zamanı kaldığını  
anlatın.

