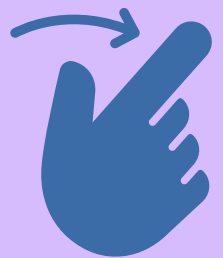




Verimlilik İpuçları

Zaman Yönetimi

5 Etkili
Yöntem

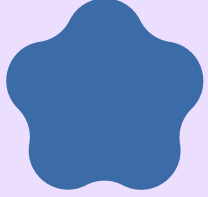


Prof. Dr. Ömer Dinçer İlkokulu
Rehberlik Servisi Ekim Dergisi

Zaman Yönetimi Nedir?



Zamanı etkili biçimde kullanmak



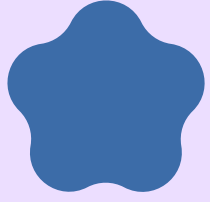
Doğru zamanı doğru etkinliklere ayırmak



Böylece yapılması gereken işleri en verimli şekilde yapabilmektedir.



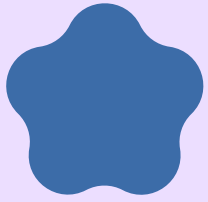
Zaman Yönetimi İpuçları



Öncelikleri belirleyip günlük plan yapın.



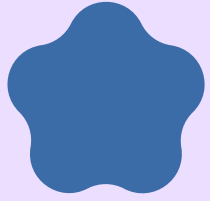
Düzenli mola vererek enerjiyi koruyun



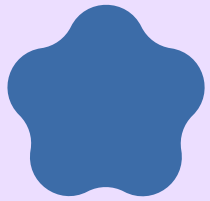
Dikkat dağıtıcı her şeyi uzaklaştırın.



Zaman Yönetimi Konusunda Çocuklarınıza Nasıl Yardımcı Olabilirsiniz?



Çocuğunuzun zaman kavramı ile ilgili zorlanmaları varsa (saat okuyamama, dün ve yarını karıştırma gibi) öncelikle bu kavramlar üzerinde durulmalıdır.



Çocuğunuzu en iyi tanıyan sizlersiniz, dolayısıyla güçlü ve zayıf yönlerini de en iyi sizler biliyorsunuz. Zaman planlamanızda bu durumu mutlaka göz önünde bulundurun.



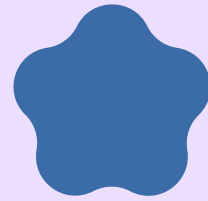
Zaman Yönetimi Konusunda Çocuklarınıza Nasıl Yardımcı Olabilirsiniz?



Çocuklarınızın ilgi alanlarına uygun eğlenceli işler yapabilirsiniz.



Ödev yaparken çocuklarınıza planlama konusunda yardımcı olabilirsiniz.



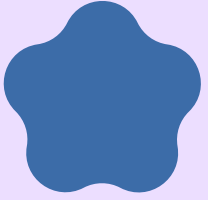
Yapılan planlara ne kadar uyduğu ile ilgili değerlendirme yapabilirsiniz.



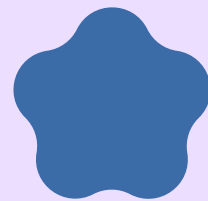
Zaman Yönetimi Konusunda Çocuklarınıza Nasıl Yardımcı Olabilirsiniz?



Çocuklarınızı bu süreçte küçük
ödüllere pekiştirebilirsiniz.



Çocuğunuzu motive edecek sözel
geribildirimlerde bulunabilirsiniz.



Zaman yönetimi ile ilgili
animasyonlar izletebilir, etkinlikler
yapabilirsiniz.



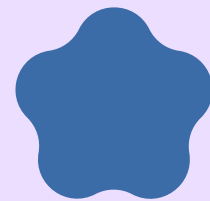
Zaman Yönetimi Konusunda Çocuklarınıza Nasıl Yardımcı Olabilirsiniz?



Çocuğunuz zaman yönetimi becerisini kazanırken eksik veya yanlış yaptığında yargılayıcı olmayın.



Çocuğa karşı suçlayıcı olmadan "ben dili"ni kullanın.



Bu beceriyi kazanmanın ilerde onun için ne kadar faydalı olacağından bahsedin.

