



AİLE EĞİTİM

B Ü L T E N İ

• TEMEL EĞİTİM GENEL MÜDÜRLÜĞÜ

• ERKEN ÇOCUKLUK EĞİTİMİ DAİRE BAŞKANLIĞI

• MART - 2025



OKUL ÖNCESİ DÖNEM ÇOCUKLARDA
DİKKAT GELİŞTİRME

Dikkat Nedir?

Dikkat; bireyin çevresinde olup bitenleri fark etmesi, bilgiyi seçerek işleminden geçirmesi ve belirli bir süre boyunca bir konuya odaklanabilme yeteneğidir. Çocuklarda dikkat gelişimi, sağlam ve güvenli öğrenme süreci ile sosyal ilişkiler için kritik bir unsurdur. Tipik gelişim sürecinde, kısa olan dikkat süresinin yaşla birlikte artış göstermesi beklenmektedir.



Çocuklarda Dikkat Gelişimi Neden Önemlidir?



Dikkat etme; var olan ilgi ve enerjiyi, bir noktaya yöneltmek ve odak noktası saymaktır. Aynı zamanda algılama, hatırlama, öğrenme ve problem çözme gibi tüm zihinsel süreçler için temel bir unsurdur. Bu bağlamda okul öncesi dönemde çocuğun dikkat süreci; bilişsel, sosyal ve duygusal gelişimiyle yakından ilişkilidir. Dikkati iyi gelişmiş bir çocukta gözlemlenebilecek özellikler şöyle sıralanabilir:

- 🌱 Öğrenme ortamlarında daha etkin olur, yönergeleri daha kolay takip eder ve karşılaştığı durumlara uygun tepkiler verebilir.
- 🌱 Oyun ve etkinliklere daha uzun süre katılım gösterebilir.
- 🌱 Sorumluluklarını uygun şekilde yerine getirebilir.
- 🌱 Sosyal ilişkilerinde daha sabırlı ve uyumlu davranışlar sergileyebilir.
- 🌱 Karşılaştığı sorunu tanımlama, analiz etme ve çözüm üretme süreçlerinde daha aktif rol alabilir.

Dikkat Türleri

Dikkat farklı türlere sahiptir. Dikkatin her bir türü, çocuğun farklı durumlarda ilgi merkezine nasıl odaklandığını belirler. Dikkat türleri şunlardır:

Seçici Dikkat



Çocuk, dikkatini belirli bir konuya yöneltir ve ilgisiz uyaranları göz ardı edebilir.

Seçici dikkati kullanan çocuk; sınıfında çok çeşitli ve ilgi çeken oyuncak bulunmasına rağmen etkinlik saatinde sadece o andaki çalışmasıyla ilgilenir ve sınıfındaki oyuncakları göz ardı edebilir; kalabalık bir ortamda ebeveyninin sesini duyup dikkatini ona yönlendirebilir.

Bölünmüş Dikkat



Çocuk, aynı anda birden fazla uyaran veya göreve dikkatini yönleltebilir. Bu beceri okul öncesi dönemde gelişim aşamasındadır.

Bölünmüş dikkati kullanan çocuk; bir etkinlik sırasında bir taraftan sizi dinlerken diğer taraftan etkinlikte yapılması istenen görevi yapabilir; aynı anda hem oyun oynar hem de müzik dinleyebilir.

Sürekli Dikkat



Çocuk, bir etkinlik veya göreve uzun süre odaklanabilir.

Sürekli dikkati kullanan çocuk, okunan bir hikâyeyi sonuna kadar dinleyebilir, okuma boyunca dikkatini sürdürebilir.

Değişen Dikkat



Çocuk, bir görevden başka bir göreve geçiş yapabilir.

Değişen dikkati kullanan çocuk, oyun oynarken yanındaki büyüğüyle kısa bir konuşma yapıp sonrasında oyununu kaldığı yerden sürdürebilir.

Dikkat Eksikliği

Dikkat eksikliği, çocuğun belirli bir konuya odaklanmada ve dikkatini sürdürbilmede zorlanması durumudur. Bu durum, öğrenme sürecini ve günlük yaşamı etkileyebilir. Çocuklar zaman zaman dalgın olabilir. Odaklanma sorunu sürekli hâle gelmişse dikkat gelişimini destekleyici önlemler alınmalıdır.



Unutmayınız!..

Erken çocukluk döneminde dikkat eksikliği ile normal gelişim süreci arasındaki farkı ayırt etmek önemlidir. Küçük çocuklar doğaları gereği hareketli, meraklıdır. Bu yüzden dikkatleri de kısa sürelidir. Tüm bunlar, onların dünyayı keşfetme sürecinin bir parçası olduğu için bir dikkat eksikliği belirtisi olarak değerlendirilmemelidir.

Bir davranışın problem olarak ele alınabilmesi için çocuğun gelişimsel düzeyi mutlaka göz önünde bulundurulmalı, aynı davranışın farklı ortam ve zaman dilimlerinde de devam edip etmediği dikkatle gözlemlenmelidir.

Yaşa Bağlı Değişim

2-3 Yaş

Çocuklar dikkatlerini kısa süreliğine odaklayabilir, sık sık ilgilerini değiştirebilir ve çoğunlukla anlık dürtüleriyle hareket edebilirler.

4-5 Yaş

Dikkat süresi uzamaya başlar, basit kuralları takip edebilir ancak hâlâ hareketli ve keşfetmeye açık olma eğilimindedir.

6+ Yaş

Dikkat kapasiteleri daha belirgin hâle gelir, yönergeleri takip etme ve planlı hareket etme yetenekleri gelişir ancak bireysel farklılıklar görülebilir ve bazı çocuklar bu süreçte ek desteğe ihtiyaç duyabilir.

Her çocuk özeldir ve farklı gelişim özelliklerine sahiptir. Eğer çocuğunuz yönergeleri takip etmekte sürekli zorlanıyor, oyunlara katılmakta güçlük çekiyor ve odaklanmakta yaşitlarına göre zorlanıyorsa çocuğunuzun dikkat süreçlerinin desteklenmesi gerekebilir.

Çocuğunuzun dikkat eksikliği ve odaklanma problemi yaşadığını düşünüyorsanız öncelikle çocuğunuzun davranışlarını farklı ortam ve zamanlarda dikkatlice gözlemleyin. Gözlemler sonucunda çocuğunuzun bu zorlukları **sadece belli durumlarda değil farklı ortam ve zamanlarda** yaşadığını fark ettiğinizde bu durumu sınıf öğretmeniyle paylaşın.

Sınıf öğretmeniniz çocuğunuz ile ilgili gözlemlerini sizinle paylaşacak ve sizi yapması gerekenler konusunda yönlendirecektir. Bu yönlendirmelerden bazıları; evde dikkat süreçlerini destekleyen yöntemlerin uygulanması, okul rehber öğretmeni ya da psikolojik danışmana yönlendirme vb. şeklindedir.

Rehber öğretmen/psikolojik danışman, çocuğunuz ve sizinle görüşme yapar. Gözlem, görüşme ve ihtiyaç hâlinde uygulayacağı test sonuçlarıyla ulaştığı bilgileri sizinle değerlendirerek size danışmanlık yapar. İhtiyaç hâlinde daha detaylı bir değerlendirme için sizi, çocuk ve ergen psikiyatristine yönlendirebilir.

Bu süreçte çocuğunuzun dikkat ve odaklanma becerilerini geliştirmesi zaman alabilir. Lütfen sabırlı olun, çocuğunuzun olumlu davranışlarını pekiştirin ve ihtiyaç duyduğunda ona rehberlik edin.



Dikkat Eksikliğini Engellemek İçin Alınabilecek Önlemler

Çocukların dikkatini sürdürme durumunu desteklemek için alabileceğiniz bazı önlemler vardır:

Dikkat dağıtıcı unsurları azaltmak: Çocuğun çalışma ve oyun alanlarını sadeleştirip düzenli hâle getirebilirsiniz. Çocuğunuz için yaşına uygun olan, dikkat dağıtıcı özellikleri bulunmayan, az sayıda oyuncak seçmeye dikkat edebilirsiniz.

Görsel ve işitsel uyarıları dengelemek: Çok fazla uyarı dikkat dağınıklığını artırabilir. Özellikle erken çocukluk döneminde ekran süresinin uzun olması uyarıların çok daha az olduğu günlük yaşama çocukların uyumunu zorlaştırabilir.

Rutine sadık kalmak: Günlük rutin oluşturulması ve gün içerisinde bir sonraki adımın öngörülebilir olması çocuğun dikkatini daha iyi yönetmesine yardımcı olur.

Basit yönergeler vermek: Çocuklar uzun ve karmaşık yönergeleri akıllarında tutmakta zorlanabilir. Bu nedenle çocuğunuzun düzeyine uygun, kısa ve anlaşılır yönergeler kullanmanız uygun olacaktır.

Dikkat Geliştirme Egzersizleri ve Evde Oynanabilecek Oyunlar

Çocukların dikkat süresini uzatmak ve odaklanma kapasitesini desteklemek için evde oynanabilecek oyunlardan bazıları şunlardır:



Nesne Bulma Oyunu



Karmaşık bir ortamda belirli bir nesnenin bulunmasına yönelik bu oyunlarla çocuğunuzun dikkat gelişimini destekleyebilirsiniz. Örneğin basitleştirilmiş ve oyunlaştırılmış oryantiring (harita kullanılarak hedeflerin bulunması) etkinliği ile çocuklarınızın hem doğada vakit geçirmesini sağlayabilirsiniz hem de bir hedefe odaklanarak problem çözme becerilerinin gelişmesini destekleyebilirsiniz. Böylece seçici dikkat ve görsel dikkat becerilerini geliştirebilirsiniz.

Hikâye Anlatma ve Tamamlama Oyunu



Bir hikâyenin başını anlatıp devamını çocuğun kurguladığı bu oyun ile çocuğunuzun odaklanma süresini artırabilir, yaratıcılık becerilerini geliştirebilirsiniz.

Hafıza Hikâyeleri Oyunu



Çocuğunuza onun da bildiği kısa bir hikâyeyi eksik veya hatalı anlatıp ardından hikâyede eksik veya hatalı anlatılan yerleri söylemelerini isteyerek hafıza çalışmaları yapabilirsiniz.



Labirent Oyunu



Çocuğunuzun düzeyine uygun çizgi çalışmaları yapabilir, labirent ve dikkat odaklı bulmacalar çözmesine rehberlik edebilirsiniz.

İki Resim Arasındaki Farkı Bul Oyunu



Çocuğunuzun gelişim düzeyine uygun, neredeyse birbirinin aynı olan iki görsel belirleyerek bunlar arasındaki farkı/farkları bulmaya yönelik çalışmalar yapabilirsiniz.

Eşleştir Oyunu



Çocuğunuzun görsel hafızasını ve dikkat becerilerini güçlendirmeye yönelik bu oyunda oyun kartlarını çocuğunuzla birlikte tasarlayıp hazırlayabilirsiniz.

Ne Değişti Oyunu



Evin herhangi bir odasında eşyaların yerini değiştirip çocuğunuzdan yeri değiştirilen eşyaları bulmasını isteyebilirsiniz. Yerini değiştireceğiniz eşyaların kolayca fark edilebilir türden olmasına dikkat ediniz. Eğer çocuğunuz yeri değiştirilen eşyayı bulmakta zorlanırsa ona ipucu vererek eşyayı bulmasına yardımcı olabilirsiniz.

Okul Öncesi Dönem Çocuklarda Dikkat Geliştirme

Sessiz Sinema Oyunu



Hareket ve dikkat gerektiren bu oyun, çocuğunuzun odaklanma süresini artırabilir.

Sesi Taklit Et Oyunu



Farklı hayvan veya doğa seslerini dinleyip ayırt etmeye çalışmak çocuğunuzun işitsel dikkatini güçlendirebilir.

Ses Tanıma Oyunu



Gözleri kapalıyken çocuğunuza farklı sesler dinletip bu seslerin ne sesi olduğunu tahmin etmesini isteyebilirsiniz (Örneğin kapı sesi, köpek havlaması vb.).

Komut Takip Oyunu



"İki kez alkışla sonra zıpla!" gibi komutlarla çocuğunuzun işitsel dikkatini destekleyebilir ve hareket etmesiyle eğlenmesini sağlayabilirsiniz.



Kuş Gözlemciliği Oyunu



Çocuğunuzun doğada belirli bir kuşu veya böceği gözlemlemesini, gözlemlerini paylaşmasını ve evde bu canlının resmini çizip boyamasını isteyebilirsiniz.

Alışveriş Listesi Oyunu



Market alışverişine gittiğinizde çocuğunuza basit bir alışveriş listesi verip markette bu ürünleri bulmasını isteyebilir, bulamadığı ürünler için destek olabilirsiniz.

Seçilecek Oyun ve Etkinliklerde Dikkat Edilmesi Gereken Unsurlar

🧸 Oyunlarda kullanılan içerikler çocuğunuzun gelişim düzeyine uygun olmalıdır. (Örneğin kullanacağınız ses ve resimler çocuğunuzun gelişim düzeyine uygun seçilmelidir.)

🧸 Görevler kolaydan zora olacak şekilde sıralanmalıdır.

🧸 Oyun veya etkinlik seçilirken çocuğun ilgisine dikkat edilmeli, hatta birlikte karar verilmelidir.

🧸 Bazı çocuklar doğada oyun oynamaktan hoşlanırken bazıları masa başı etkinlikleri tercih edebilir.

🧸 EBA'da "Erken Çocukluk Eğitimi" sekmesinde yer alan içerikleri inceleyerek çocuğunuzun yaş gelişimine uygun olanlardan (365 Gün Oyun, Öyküler vb.) yararlanabilirsiniz.



Kıymetli Ebeveynler,

Çocuklarda dikkat, bilişsel olgunlaşma ve uyum ile gelişir ancak unutulmamalıdır ki büyüme ve gelişme süreci her çocukta farklı ilerler. Her çocuğun ihtiyaçları farklıdır; bazı çocuklar daha fazla yönlendirme ve desteğe ihtiyaç duyabilir. Ebeveynler olarak çocuğunuzun gelişim sürecini sabırla takip edin. Onu destekleyin ve uygun yönlendirmeler yaparak dikkat becerilerinin güçlenmesine yardımcı olun.



Anadolu Parsı



Çizgili Sırtlan



Anadolu Yaban Koyunu



Boz Ayı



Çengel Boynuzlu Dağ Keçisi



Vaşak



TEMEL EĞİTİM
GENEL MÜDÜRLÜĞÜ

100 EĞİTİMİN
YÜZYILI

Eşini Bul!

Dikkat ve Hafıza Oyunu



TEMEL EĞİTİM
GENEL MÜDÜRLÜĞÜ

100 EĞİTİMİN
YÜZYILI

Eşini Bul!

Dikkat ve Hafıza Oyunu



TEMEL EĞİTİM
GENEL MÜDÜRLÜĞÜ

100 EĞİTİMİN
YÜZYILI

Eşini Bul!

Dikkat ve Hafıza Oyunu



TEMEL EĞİTİM
GENEL MÜDÜRLÜĞÜ

100 EĞİTİMİN
YÜZYILI

Eşini Bul!

Dikkat ve Hafıza Oyunu



TEMEL EĞİTİM
GENEL MÜDÜRLÜĞÜ

100 EĞİTİMİN
YÜZYILI

Eşini Bul!

Dikkat ve Hafıza Oyunu



TEMEL EĞİTİM
GENEL MÜDÜRLÜĞÜ

100 EĞİTİMİN
YÜZYILI

Eşini Bul!

Dikkat ve Hafıza Oyunu



Anadolu Parsı



Çizgili Sırtlan



Anadolu Yaban Koyunu



Boz Ayı



Çengel Boynuzlu Dağ Keçisi



Vaşak



TEMEL EĞİTİM
GENEL MÜDÜRLÜĞÜ

100 EĞİTİMİN
YÜZYILI

Eşini Bul!

Dikkat ve Hafıza Oyunu



TEMEL EĞİTİM
GENEL MÜDÜRLÜĞÜ

100 EĞİTİMİN
YÜZYILI

Eşini Bul!

Dikkat ve Hafıza Oyunu



TEMEL EĞİTİM
GENEL MÜDÜRLÜĞÜ

100 EĞİTİMİN
YÜZYILI

Eşini Bul!

Dikkat ve Hafıza Oyunu



TEMEL EĞİTİM
GENEL MÜDÜRLÜĞÜ

100 EĞİTİMİN
YÜZYILI

Eşini Bul!

Dikkat ve Hafıza Oyunu



TEMEL EĞİTİM
GENEL MÜDÜRLÜĞÜ

100 EĞİTİMİN
YÜZYILI

Eşini Bul!

Dikkat ve Hafıza Oyunu



TEMEL EĞİTİM
GENEL MÜDÜRLÜĞÜ

100 EĞİTİMİN
YÜZYILI

Eşini Bul!

Dikkat ve Hafıza Oyunu



Eşini Bul! – Dikkat ve Hafıza Oyunu Rehberi

Sevgili Ebeveynler,

Bu oyun, çocuğunuzun dikkat, görsel hafıza ve eşleştirme becerilerini desteklerken, aynı zamanda birlikte keyifli vakit geçirmenize yardımcı olmak amacıyla hazırlandı. Oyunun temel amacı, kapalı kartlar arasından aynı görselleri bularak eşleştirmektir. Görsellerin içinde, ülkemizde yaşayan ve nesilleri tükenmekte olan hayvan türleri bulunmaktadır. Bu türlerin neslinin tükenmemesi için neler yapabileceğimizi konuşmak, hem oyun sırasında keyifli bir sohbet ortamı oluşturur hem de çevre bilincinin gelişmesine katkı sağlar.

Hazırlık Aşaması:

1. Sayfanın sonunda yer alan kartları yazdırın.
2. Kartları keserek toplam 6 çift (12 kart) olacak şekilde hazırlayın.
3. Kartların yüzü kapalı olacak şekilde masaya yerleştirin.

Oyun Nasıl Oynanır?

1. Oyun sırayla oynanır. Başlangıçta çocuğunuza örnek olması için iki kart açarak nasıl oynandığını gösterin.
2. Eğer açılan kartlar birbirinin eşi ise, bu kartlar açık kalır ve oyuncu bir kez daha kart açma hakkı kazanır.
3. Kartlar eşleşmezse, yeniden kapatılır ve sıra diğer oyuncuya geçer.
4. Tüm kartlar eşleştirilene kadar oyun devam eder.
5. Oyunun sonunda en fazla eşleşmeyi yapan oyuncu kazanır.

Oyun Süresince Dikkat Edilmesi Gerekenler:

- Çocuğunuzu cesaretlendirin; doğru ya da yanlış tahminlerinde yapıcı ve sabırlı bir tutum sergileyin.
- Çocuğunuz oyunun kurallarını öğrendikten sonra, zaman sınırlı bir şekilde oynanarak oyuna heyecan katabilirsiniz.
- Çocuğunuzla, farklı kartlar hazırlayarak aynı oyun kurallarını uygulayıp oyunu yeniden oynayabilirsiniz.
- Oyun kartlarını çocuğunuzla birlikte hazırlamak, çocuğunuzun psikomotor gelişimine katkıda bulunacaktır.

Oyun Sonrası Minik Sorularla Etkileşim:

- Bu kartı hatırlıyor musun, daha önce nerede açmıştık?
- Eşleşen iki kartın benzer yönleri neler?
- En kolay hatırladığın kart hangisiydi?

Bu tür sorular, çocuğunuzun dil gelişimi ve dikkat becerileri üzerindeki farkındalığını artırmak açısından önemli katkılar sunacaktır. Ayrıca, çocuğunuzun, ülkesinde nesli tükenmekte olan hayvanlar konusunda bilgi sahibi olmasına da olanak tanıyacaktır.

Keyifli oyunlar ve birlikte kaliteli zamanlar dileriz!

GÖRSEL KAYNAKÇA

Bu bültende kullanılan görseller <https://tr.123rf.com/> adresinden telif bedeli ödenerek kullanılmıştır.



TEMEL EĞİTİM GENEL MÜDÜRLÜĞÜ

tegm.meb.gov.tr



@mebtegm

Atatürk Blv. No 98 Milli Eğitim Bakanlığı
Kat 2 Blok A/B ve Kat 5 Blok A Kızılay
Çankaya/ANKARA