

# bizden

“Okuldan aileye, aileden öğrenciye”



“Hepimiz çoğu kez fark bile etmeden ‘kendi ihtiyaç duyduğumuz mükemmel anne baba’ olmanın peşinde koşarız. Bu koşuşturmaca içinde de ne yazık ki ‘çocuğumuzun ihtiyacı olan anne babayı’ iskalayabiliriz.”

## EĞİTİMİN 5N1K'Sİ

“ZEKÂ OYUNLARI”

### NE?

Zekâ oyunları; akıl yürütme, hızlı düşünme, verilen ipuçlarını değerlendirebilme ve yaratıcı düşünme gibi becerileri kullanarak oynanabilen ve çözülebilen sorular olarak tanımlanmaktadır. Zekâ oyunları kendi içinde sayısal, görev, mantık, sözel, şekilsel gibi kategorilere ayrılır. Örneğin görev oyunlarından sudoku, erken çocukluk, ilkökul, ortaokul ve lise seviyesindeki çocukların hem ipuçlarını değerlendirebilme hem de akıl yürütme becerilerinin geliştirilmesine katkı sağlar.

### NE ZAMAN?

Erken çocukluk dönemi itibarıyla anne ve baba olarak bizler de çocuklarımızla beraber zekâ oyunlarını tanımaya ve çözmeye başlayabiliriz. Kısacası her yaşta bireyin bilişsel becerilerinin gelişmesine büyük ölçüde yardımcı olan zekâ oyunları her zaman oynanabilir.

### NEREDE?

Zekâ oyunlarını çözmek için özel bir yere gerek yoktur. Kolay ulaşılabilir. Satranç, sudoku, labirent, anagram ve pek çok farklı zekâ oyunlarına ilgili internet sitelerinden ücretsiz olarak ulaşılabilir ve oynatabilirsiniz. Bu alanla ilgili geliştirilen mobil uygulamalardan, gazetelerin bulmaca eklerinden, süreli dergilerden de zekâ oyunlarını öğrenerek oynayabilirsiniz.

### NASIL?

Zekâ oyunlarını kavramak kimilerimiz için kolay, kimilerimiz için zordur. Ama önemli olan hangi alanlarda kendimizi geliştirebildiğimizi keşfetmemizdir. Zekâ oyunlarının her yaşta birey için bilişsel becerilerin gelişimini sağlamanın en büyük şartı, düzenli oynanmasıdır. Belki de her gün çözeceğiniz bir mantık sorusu, problemlere farklı açılardan yaklaşabilmenize yardımcı olacaktır.

### NİYE?

Bu oyunlar hem çocuklar hem de büyükler için hafıza gelişimine, konuşma ve iletişim kurma becerilerine büyük katkı sağlamaktadır. Ayrıca zekâ oyunları, her yaşta bireyin farklı alanlarda kendini tanımasına ve eksik yönlerini keşfetmesine yardımcı olmaktadır.

### KİM?

Zekâ oyunları erken çocukluk döneminden başlayarak herkes için keyifli ve farklı alanlarla bağ kurabileceği bir deneyim alanıdır. Arkadaşlarınızla, yakınlarınızla, öğrencilerinizle ya da sadece tek başınıza bile çözebileceğiniz zekâ oyunları, eğlenceli olduğu kadar öğreticidir de.



## “MARKA TAKINTISI” İLETİŞİM SORUNU OLABİLİR Mİ?

Marka takıntısı, bireylerin kullandıkları her ürün için sürekli olarak belirli markaları kullanma isteğidir. Çocuğun devamlı olarak çevresinde gördüğü bir ürünü istemesi, üzerinde ünlü bir çizgi film karakteri olan ürünün alınması konusunda ısrar etmesi, marka takıntısının sinyallerinden sayılabilir.

İlkokul döneminde yeni bir çevreyle çocukların karşılaşması ve popüler kültürle daha iç içe olması ile başlayan marka takıntısı süreci, ergenlikte bireylerin kendilerinin farklı olduklarını kanıtlama yolu ya da arkadaş çevresine dâhil olma çabası ile devam etmektedir.

Marka takıntısı esasen bir iletişim sorunu olabilir. Kendisini ifade sorunu yaşayan bireylerde daha sıklıkla gözlenebilir. Ürünün kalitesini ve işlevini gölgede bırakan marka takıntısına karşı çocuklarımızın farkındalığını artırmak için:

- Çocuğunuzun suçlamayın. Önce marka takıntısının neden oluştuğunu anlamaya çalışın.
- Marka ürünler giymenin kişisel ilişkilerde kısa vadeli etkiler oluşturacağını, uzun vadeli ilişkilerin, dostlukların güvenle oluşacağını somut örneklerle anlatın.
- Ortaokul ve lise dönemindeki çocuklarınızın kendi alışverişlerini kendilerinin yapmalarına izin verin. Harcama limitleri belirleyin. Tasarruf yaptıklarında ödüllendirin.
- Ürünün markasından çok işlevine ve kalitesine bakması için yöntemler öğretin. Örneğin, bir kıyafetin kumaş içeriğine bakmasını sağlayabilirsiniz.
- Çocuklarımızla alışveriş rutinlerinizi azaltın.
- Çocuğunuzun ihtiyaçları için alışverişlerinizde kasa ödemelerinde sizin yanınızda olmasına dikkat edin.
- Satın almak istediği ürünleri harçlıklarını biriktirerek almasına yönlendirin, bu sayede hem birikim yapmayı hem de ürünün gerçek maliyetini öğrenecektir.



## ZIYA ÖĞRETMEN DİYOR KI

Sevgili Anneler Babalar;  
Baharın başlangıcında hepinize bir kez daha merhaba.

Tabiatın yeniden canlandığı, ağaçların çiçek açtığı, dağın taşın yeşerdiği bu dönemde çocuklarınızın dikkatinin dağılması, gayet normal. Sizin işinizin biraz zorlaştığının, çocuklarınızın okula, derslere, evdeki sorumluluklarına odaklanması için çabaladığınızı

farkındayız. Bu yüzden yeni bültenimizde işinize yarayacağını düşündüğümüz bazı ipuçlarını sizlerle paylaşıyoruz. Zekâ oyunları bu konuda işinize yarayacak nitelikli bir eğitim aracı olabilir. Çocuklarınızın gelişim düzeylerine uygun oyunlar, odaklanmasına da yardımcı olacaktır. Marka takıntısı, bültende ele aldığımız diğer bir önemli konu. Bunun temelde bir kendini ifade etme sorunu olduğunu aklınızdan çıkarmayın.

Sizin ve çocuğunuzun sağlığı için yer verdiğimiz koronavirüs bilgilendirmelerimizi de dikkatle incelemenizi öneririm. Sevgiyle...

*Ziya Öğretmen*



**Eğitim Takvimi Uygulamasını**  
cep telefonunuza indirebilir,  
sosyal medyadan takip edebilirsiniz.



## "KORONAVİRÜS" NEDİR?

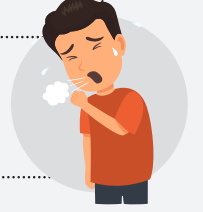
Koronavirüs, soğuk algınlığından çok daha ciddi hastalıklara sebep olabilen büyük bir virüs ailesidir. İlk olarak 1960'lı yıllarda görülen bu virüs grubu, 2002'de çıkan SARS ve 2012'de çıkan MERS virüsleriyle aynı ailedendir. Yeni Koronavirüs (2019-nCoV) ise ilk olarak Aralık 2019'da Çin'in Wuhan kentinde ortaya çıkmış ve hızla dünyaya yayılmaktadır. Koronavirüs; hayvanlardan insanlara bulaşan bir virüs türüdür. Koronavirüsün belirtileri ateş, nefes darlığı, öksürük ile başlayıp zatürreye, ciddi solunum yolu hastalıklarına, böbrek yetmezliğine ve ölüme bile yol açmaktadır. Virüsün kuluçka süresi 2 ila 14 gün arasındadır. Hastalık ilk olarak hafif seyretmekte genellikle yedi günden sonra ağırlaşmaktadır. Koronavirüsten korunmak için:

## KORONAVİRÜSTEN KORUNMAK İÇİN



Ellerinizi sık sık sabunla en az 20 saniye yıkayın. Ellerinizi yıkamadan özellikle gözünüze, burnunuza ve ağızınıza dokunmaktan kaçınınız. Eğer sabunla ellerinizi yıkayamayacak bir ortamdaysanız alkol bazlı el antiseptiği kullanabilirsiniz.

Öksüren ya da hapsiren kişilerden en az 1 metre uzakta olmaya dikkat edin.



Hapşırıldığınızda ya da öksürdüğünüzde hemen kullandığınız mendilli çöpe atın.

Nefes almakta zorlanıyorsanız, ateş ve öksürüğünüz varsa mutlaka bir doktora görününüz.



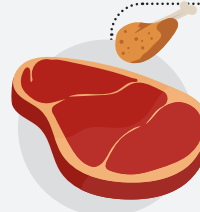
Evlerinizi, iş yerlerinizi, sınıflarınızı sık sık havalandırın.

Yemeklerden, tuvalet kullanımından önce ve sonra ellerinizi yıkayın.



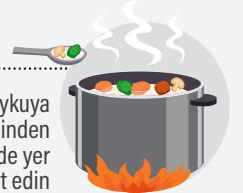
Gerekmediği sürece tokalaşma, sarılma gibi yakın temas selamlaşmalardan kaçınınız.

Eğer herhangi bir solunum yolu rahatsızlığınız varsa maske kullanın. Hasta değilseniz maske kullanmanıza gerek yoktur.



Kırmızı et, tavuk gibi çiğ hayvansal gıdalara dokunduktan sonra mutlaka ellerinizi yıkayın ve et kesme tahtalarınızı iyi bir şekilde temizleyin.

Sağlıklı beslenmeye ve düzenli uykuya özen gösterin. Özellikle C vitamininden zengin sebze ve meyvelerin menünüzde yer almasına ve bol sıvı tüketimine dikkat edin



Kaynak: Sağlık Bakanlığı ve Dünya Sağlık Örgütü kaynaklarından yararlanılarak hazırlanmıştır.