



## DİKKAT GELİŞTİRİCİ ETKİNLİKLER

Mustafa ÖZTÜRK  
Okul Psikolojik Danışmanı



Değerli Velimiz, dikkatini toplamakta güçlük yaşayan öğrencilerimiz için birtakım etkinlik ve oyun önerileri paylaşacağım. Bu konuda evde uygulayabileceğiniz örnekler derledim. Çocuklar için dikkat artırma ve diğer zihinsel gelişim süreçlerinde en güçlü araç oyundur. Dikkat geliştirici oyun ve çalışmalara bakalım.

### DİKKAT PROBLEMLERİ NELERDİR?

- Derslere odaklanamama,
- Anlatılanları dinlerken bir anda başka hayallere dalma,
- İlginin başka bir yöne kayması ile asıl konuyu kaçırma,
- Eşyaları koyduğunuz yeri unutma veya eşyalarınızı sağda solda unutarak kaybetme,
- Detayları gözden geçirip basit hatalar yapma,
- Konuşurken konuyu toparlayamama, konuyu dallandırıp uzamasına sebep olma,
- Ödev ve benzeri konsantrasyon gerektiren etkinliklerden uzaklaşma isteği.

### DİKKAT GELİŞTİRMEK İÇİN...

Dikkat artırıcı çalışmaları yapmak için belli bir yaş sınırı yok. İlköğretim çağındaki her çocuk bu çalışmalar için ideal. Her çocuğun yaşına uygun çeşitli oyunlar var. Mesela 4 yaşındaki bir çocuğa fark bulmada kolay olan 3-4 ayrıntılı fark bulmaca gösterilirken, 10 yaşındaki bir çocuğa biraz daha zor 12 ayrıntısı olan fark bulmaca gösterebilirsiniz.

Çocuklarınızda gördüğünüz davranışlardaki problemlere yönelik neden bu çocuk böyle demek yerine "bu çocuk için ne yapabilirim"i düşünmek daha doğru olur.

- Akşamları evinizde TV etrafında toplanma yerine bir masa etrafında toplanıp son harf oyunu oynayabilirsiniz. Böylelikle çocuğunuzun kelime haznesini geliştirmesine yardımcı olursunuz. Bu tip çalışmaları yapmak için aile içindeki bütün bireylerin aynı anda evde olması şart değil. Sadece annenin veya babanın evde olması ve çocuğuna zaman ayırmasıyla da yapılabilir. Mesela belli bir süre içinde karmaşık harfler içinden istenen kelimeleri bulma gibi.
- Çocukları bilgisayarda öylesine oyunlar oynaması için bırakma yerine ona eğitici ve öğretici oyunlar bulup bunlarla oynamasını sağlayabilirsiniz. Örneğin, internetten indirebileceğiniz oyunlardan "bu sesi tanı", "bu ilin haritadaki yerini bul" veya "kelimeyi tamamla" gibi oyunlar hem çocuklarda dikkatli olmaya davet eder hem de zamanını değerlendirmiş olur.



- Dikkatini artırması için "bak oğlum/kızım ....." gibi başlayan cümlelerle nasihat etme yerine onu anlamaya çalışabilir, eksikliğini ona da fark ettirebilirsiniz.

- Evinize misafir geldiğinde çocukları bir odaya alıp onları kendi hallerine bırakma yerine onlara oyun kurdurabilirsiniz. Hadi anlat bakalım, isim-şehir oyunu gibi...
- Çocuklarınıza aldığınız oyuncaklar ve oyunların onların eğitimlerine katkıda bulunacak eğitim setlerini tercih edebilirsiniz. Mesela Puzzle ve kelime oyunu gibi.
- Şişirilmiş balonu avucunun içinde düşürmeden ev içinde dolaştırması istenebilir.
- Anne-baba tarafından bir kâğıt üzerine birtakım geometrik ya da çocuğun seviyesine uygun basit şekiller çizilerek çocuktan bu resimlere bir süre bakması istenir. Daha sonra resim kapatılır ve çocuktan hatırladıklarını çizmesi istenebilir.
- Boya kalemleri, çubuklar, bardaklar, kaşıklar, çakıl taşları gibi pek çok eşya bir araya getirilir. Bu nesnelere herhangi birinden oluşan bir grubu masaya yayılır ya da hakkında konuşabilecek nesne grupları bulunur. Çocuktan bu nesnelere uzunluk, ağırlık, adet ve renklerine göre sıralaması istenebilir.
- Yılan şeklinde uzatılmış ipin üzerinden yürüme çalışması için yönlendirilebilir. Çocuğunuza şu talimatı veriniz: "Ben sana soru soracağım, sen de cevap vereceksin ama ben 'söyle' dediğimde cevap verebilirsin. Söyle demeden cevaplırsan oyunu kaybedersin." Bu açıklamadan sonra oyuna başlanır (Örneğin "Bugün günlerden ne?" diye sorulur. Ara verilir ve çocuğun cevap vermemesi beklenir. "Söyle" denildiğinde cevap vermesi beklenir.). Bu oyun veya bu tarz oyunlar

çocuğun acelesini önlemek ve dürtüselliliği kontrol için kullanılabilir.

### SATRANÇ, DAMA, SUDOKU



Bu tür oyunlar zihni dinç ve sağlıklı kılar, üretici düşünceyi geliştirir.

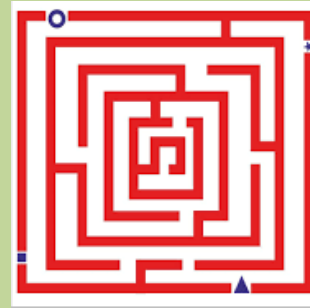
Stratejiyi, öngörü yeteneğini, olasılıklı düşünmeyi, olayları farklı pencereden değerlendirmeyi sağlar.

### TANGRAM, YAPBOZ, LEGO

Görsel, uzamsal yeteneğin gelişmesini ve ince kas gelişimini sağlar. Bir nesneyi farklı amaçlar doğrultusunda kullanabilmeyi sağlayarak görsel ve uzamsal dikkati, geometrik algılama yeteneğini ve parça-bütün algısını geliştirir.

### LABİRENT OYUNLARI

Kâğıt üzerine çizilmiş labirentin bir girişi ve birçok çıkışı vardır. Amaç girişten yolu takip ederek en az hata ile doğru çıkışı bulmaktır. Bu oyunun aşamalı olarak kolaydan zora doğru seviyeleri vardır.



### FARK BULMA

Fark bulma egzersizleri, ayrıntıları çabuk fark etmeyi ve bulmayı, dikkati dar alanlarda iyi kullanabilmeyi sağlar. Evin bir odası seçilir ve çocuğa etrafındaki eşyalara dikkatlice bakması

söylenir. Çocuk odadan çıkınca eşyalardan biri saklanır. Çocuk, odaya döndüğünde saklanan eşyayı bulmaya çalışır.

### HİKÂYE, FIKRA VB.

Dinlediği hikâye ya da fıkrayı kendisinin anlatması istenebilir.

### TEKERLEMELER

İşitsel dikkat çalışmak amacıyla önceden tekerlemeler belirlenir ve hazırlanır. Tekermeyi bir kişi çocuğa okur veya söyler, çocuk da bu tekerlemeleri doğru tekrar etmeye çalışır.

### HAFIZA KARTLARI

Hafıza jimnastiği yapmak için kartlar hazırlanır. Bu kartlarda resimler vardır. Kartlardaki resimler çocuğa gösterilir. Resimlere bakıldıktan sonra kartlar kapatılır. Çocuktan bu resimleri kartlara bakmadan hafızasından tekrar etmesi istenebilir.



### DOKUNSAMAL OYUNLAR

Çocuğa gözleri kapalı bir şekilde eli, kolu, ayağı vb. organları ile nesnelere dokunarak tanıması çalışmasıdır. Bunlar; kıyafet, meyve, sebze gibi her türlü nesne olabilir. Bu da çocukta dokunsal algıyı geliştirir.