

Günlük Yaşam Becerileri



ÖZEL EĞİTİM
HİZMETLERİ BÖLÜMÜ

Günlük Yaşam

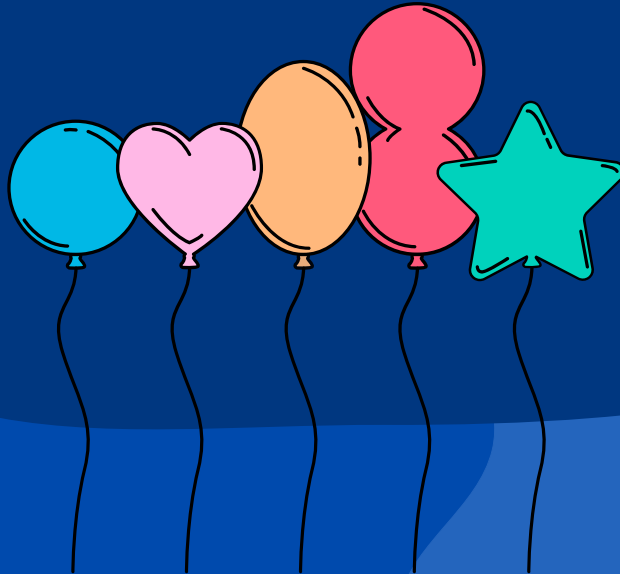
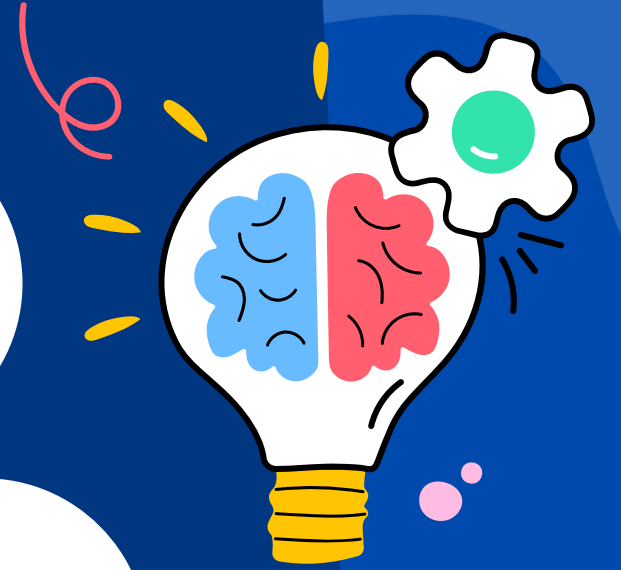
Özel gereksinimli çocukların bağımsız yaşam sürdürebilmeleri için temel becerilerin kazandırılması büyük önem taşır. Günlük yaşam becerileri, bireyin kendi ihtiyaçlarını karşılayabilmesi, sosyal hayata uyum sağlayabilmesi ve bağımsızlaşabilmesi için gereklidir.

BİREYSEL FARKLILIKLARI TANIYIN

Her çocuğun gelişim
düzeyi, öğrenme hızı ve
ilgileri farklıdır.

Çocuğun güçlü ve
desteklenmesi gereken
yönleri belirlenmeli.

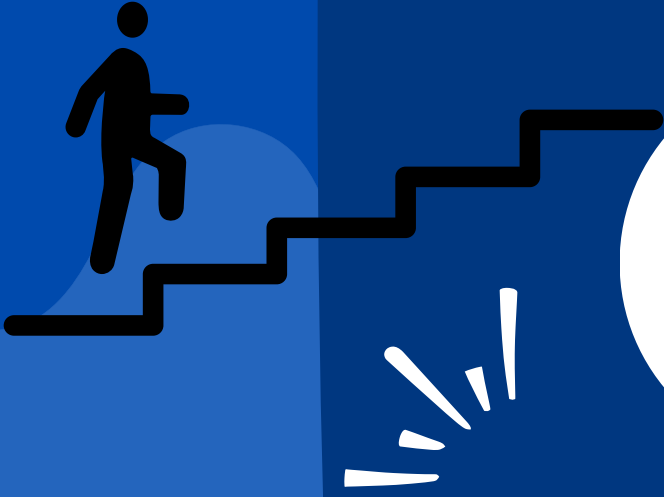
Gelişim düzeyine uygun
hedefler belirlenmeli.



AMAÇ BELİRLEYİN VE ADIM ADIM İLERLEYİN



Karmaşık beceriler
küçük, basit adımlara
bölünmelidir



Örneğin: "Üstünü giyme"
→ önce tişört giyme →
sonra pantolon giyme
→ sonra çorap...

Her adım başarıyla
öğrenildikçe bir sonraki
aşamaya geçilmelidir.



MODEL OLUN VE GÖSTEREREK ÖĞRETİN

Çocuk, becerileri taklit ederek öğrenebilir.

Yetişkin önce beceriyi yaparak göstermeli, ardından çocuğa yaptırmalıdır

Gerekirse birlikte yaparak desteklenmelidir (eşli uygulama).



TEKRAR, RUTİN VE TUTARLILIK SAĞLAYIN



Günlük tekrarlar
becerinin kalıcılığı
açısından çok önemlidir.

Her gün aynı saatte ve
aynı sırayla yapılan işler,
çocuk için anlamlı hâle
gelir.

Ev ve okul ortamlarında
tutarlılık sağlanmalıdır



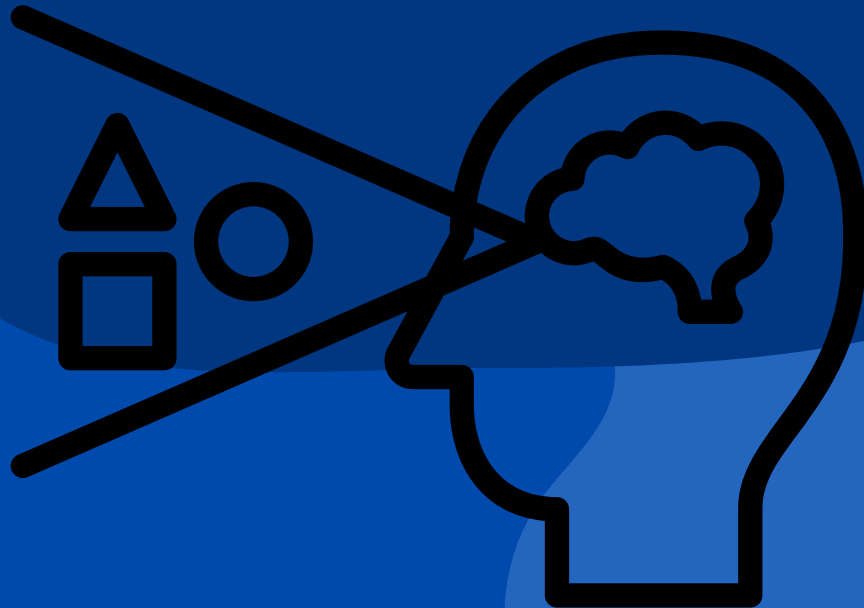
GÖRSEL DESTEKLER KULLANIN



Görsel kartlar, resimli
yönergeler, çizelgeler
çocuklara rehberlik eder

Özellikle otizm
spektrumundaki
çocuklar için görseller
çok etkilidir.

Örneğin: El yıkama
adımları – 1. Musluğu aç
2. Elleri ıslat 3. Sabunla
4. Ovalayıp durula...





OYUN VE ETKİNLİKLERLE ÖĞRETİN



Beceriler eğlenceli hale
getirilirse öğrenme daha
kalıcı olur

Kuklalarla diş
fırçalama, giyinme
yarışmaları gibi oyunlar
kullanılabilir



EV ORTAMINDA SORUMLULUK VERİN

Ev içinde basit görevler verilerek günlük yaşam becerileri geliştirilebilir:

- Çamaşırları ayırma
- Sofra kurma
- Oyuncakları toplama
- Kıyafetlerini hazırlama

Bu görevler, özgüveni ve bağımsızlığı destekler.



GÜNLÜK YAŞAM BECERİLERİ ETKİNLİK ÖNERİLERİ

Kişisel Bakım	• Diş fırçalama • Eldini yıkama • Saç tarama
Ev İşleri	• Çamaşır katlama • Mutfak işleri • Ekmeği kesme
Sosyal Beceriler	• Basit yemek hazırlama • İnsanların isimlerini öğrenme • Kıyafetleri seçme