

Yönetici fonksiyon problemleri için endişe uyandırabilecek Bazı olası belirtiler

- ☐ Zaman yönetiminde zorluk
- ☐ Görevleri kendi başlarına başlatma zorluğu
- ☐ Organize olamama
- ☐ Bellekten bilgi alıp kullanma zorluğu
- ☐ Kuralları çabucak unutma
- ☐ Bir projeyi tamamlama ve planlamada güçlük
- ☐ Katı rutinleri takip etmek gerekir
- ☐ Değişikliklerden hoşlanmama
- ☐ Dürtüsel davranma
- ☐ Duygusal durumunu control etmeden yetersizlik
- ☐ Bir görevi sonlandırmada ve başlamada zorluk

Yönetici Fonksiyon becerileri öğrenilen becerilerdir. Uygulama ve biraz yardım ile, tüm çocuklar yönetici işlevlerini geliştirebilirler. Pratik daha iyi yapar!

Çocuğunuzun gelişimi hakkında herhangi bir endişeniz varsa, sağlık uzmanınızla görüşün.

www.Pathways.org adresini ziyaret edin!

Pathways.org'un tüm gelişim kilometre taşları Amerikan Pediatri Akademisi bulguları tarafından desteklenmektedir.

Pathways.org'un 300'den fazla oyununun tümü lisanslı pediatrik terapistler tarafından geliştirilmiştir.



Pathways.org çocuğın iletişim, duyu ve motor gelişimini ne iyi düzeye çıkarmak için aileler ve sağlık profesyonelleri için tamamen ÜCRETSİZ araçlar ve kaynaklar sağlar.

800-955-CHILD (2445)
friends@pathways.org
www.pathways.org



Pathways.org, 501(c)(3)' e göre kar amacı gütmeyen bir organizasyondur.

Edited by Prof. Dr. Mintaze Kerem Günel, Translated by Hacettepe University, Unit of Cerebral Palsy and Pediatric Rehabilitation and Association of Turkish Child Physiotherapists.



Yönetici fonksiyon



Çocuk gelişimini en üst düzeye çıkarmak için ÜCRETSİZ araçlar

Pathways.org, 501(c)(3)' e göre kar amacı gütmeyen bir organizasyondur.

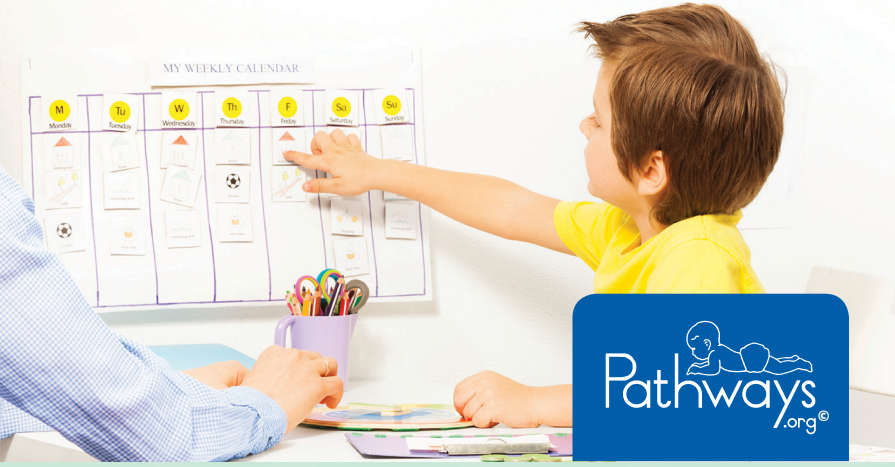
Ücretsiz kopyalayabilirsiniz.

DEĞİŞTİRMEYİN,
PATHWAYS.ORG'U KAYNAK
OLARAK BELİRTİN

Bu çalışmanın herhangi bir kısmını kullanma izni Pathways.org'dan alınmalıdır. Materyaller hiçbir ücret ödmeden sağlanmaktadır. Önceden yazılı onay alınmaksızın Pathways.org malzemelerinden herhangi bir ücret talep edilemez.
© Telif hakkı 2019

Yönetici Fonksiyon Becerileri nelerdir?

Yönetici Fonksiyon becerileri bilgiyi organize etmemize, zamanı yönetmemize, uygun şekilde hareket etmemize ve bir hedefe ulaşmak için adımları tamamlamamıza yardımcı olur.



Yönetici Fonksiyonun Temel Alanları

İşler Bellek

- Yeni bilgi alır ve bir görevi tamamlamak için kullanır
Örneğin, hatırlatıcı olmaksızın yetişkinlerin basit talimatlarını takip eder
- Faaliyetler için önemli bilgileri hatırlar ve düzenler
Örneğin, kuralları kullanarak bir masa oyunu oynar

Kendi kendine (öz) kontrol

- Hareket etmeden önce düşünür ve duyguları kontrol altında tutar
Örneğin, bağırarak yerine derste elini kaldırır
- Gerektiğinde etkinlikleri başlatarak ve tamamlayarak zamanı yönetir
Örneğin, dikkat dağılmadan giyinmek gibi bir sabah rutini başlar

Zihinsel Esneklik

- Özellikle işler planlandığı gibi gitmediğinde değişen durumlara uyum sağlar
Örneğin, oyun saatinden yemek saatine kolayca geçiş yapar
- Farklı bakış açılarını dikkate alır
Örneğin, ev ödevi hatasını düzeltmek için problem çözme kullanır

Not: Bunlar yönetici fonksiyon alanında genellikle üçlü olarak tanınırlar.

Yönetici fonksiyon yeteneklerini geliştiren aktiviteler

Çocuğunuzun yönetici fonksiyon yeteneklerini geliştirmek için, sosyal etkileşimler ve oyun zamanı içinde hergün aktiviteler. Çocuğunuzun yönetici fonksiyon becerilerini öğrenmesine ve geliştirmesine yardımcı olmak için yapabileceğiniz bazı ipuçları ve aktiviteler.

6-12. Aylar

- Bir nesnenin nerede olduğunu hatırlamak için Cee-ee oyununu oynayın, görülemez bile
- Dikkat çekmek ve odaklanma becerilerine yardımcı olmak için sıklıkla bebeğinizle konuşun
- Bebeğin keşfetmesi için yaşına uygun oyuncakları ve kaşık veya tencere gibi ev eşyalarını kullanabilirsiniz
- Taklit oyunlarını kullanın, örn. Hafıza becerilerini geliştirmek ve bebeğinizin sizi taklit etmesi için onu alkışlayın

13-24. Aylar

- İşaretçi oyunları oynayın, örn. İşaret ve nesnelerin ismini söyleme, dikkat etme ve kelimelerle nesnelerin nasıl ilişkilendiğini öğrenme
- Dinleme becerilerini geliştirmek, talimatları hatırlamak ve yeni görevler başlatmak için basit yönergeler verin
- Yaratıcı düşünmesini teşvik etmek için parmak boyaları ile farklı renklerde boyama yapın
- Kepçeyle bir kovadan diğerine kuru fasulye taneleri koymak çocukların belirli bir göreve konsantre olmayı öğrenmesine yardımcı olabilir

2-3. Yaşlar

- Şarkılar söyleyin ve talimatları içeren oyunlar oynayın, bir durumu tamamlaması için kelimeleri hatırlaması ve pratik yapmasını sağlamak için cümleler seçin, örn. Anne olabilir miyim? gibi
- Yeni deneyimlere uyum sağlamak için farklı ortamlarda oynayın
- Organizasyon becerilerini geliştirmeye yardımcı olmak için oyundan sonra oyuncakları ve oyunları bir kenara koyun
- Dinleme becerilerini geliştirmek, yönergeleri takip etme ve bir dönüş için nasıl beklemeyi öğrenmek için lideri takip etme oynayın

4-5. Yaşlar

- Karar verme pratiğini yapmak için hayali oyunu teşvik edin
- Yaratıcı düşünme becerilerini geliştirmek için zaman kazandırın
- Düzen ve olayların ayrıntılarını yansıtmak için hikaye anlatımı kullanın
- Adımları düşünebilme becerisine yardımcı olmak için bulmacaları veya oyunları tamamlarken sorular sorun
- Planlama becerilerini geliştirmek ve birden çok adımla görevleri tamamlamak için yapı blokları veya kil ile birlikte şekiller oluşturun

5+ Yaşlar

- Go fish oyunu gibi hatırlama ve sıralama, eşleştirme kullanabileceği oyunlarla oynatın
- Talimatlara uymasını gerektiren aktiviteler için teşvik edin. Örneğin, masa oyunları
- Kuralları hatırlamasını gerektiren örneğin Simon Says gibi oyunlar seçin farklı senaryolara uyum sağlamak için esnek düşünmek
- Odaklanmış dikkat becerileri oluşturmak için grup futbolu gibi yapılandırılmış fiziksel aktiviteler kullanın
- Bir resmi nasıl tamamlayabileceğine karar vermek gibi pratik karar verme fırsatları tanıyın
- Daha önceki tahminleri hatırlamak ve oyunun son amacını anlamak için Spy gibi tahmin oyunları oynayın



Çocuk gelişimi konusunda daha fazla ÜCRETSİZ kaynak bulmak için lütfen www.Pathways.org adresini ziyaret edin.

Pathways.org, 501(c)(3)' e göre kar amacı gütmeyen bir organizasyondur.