

BİLNET

GÜNGEL



EKİM 2025

Mutluluk Her Zaman ‘Hemen’ Gelmez: Sınırlarla Güçlenen Çocuklar

Sevgili Velilerimiz,

Çocuğunuzun mutlu, öz güvenli ve sorumluluk sahibi bir birey olarak yetişmesi için sevgi kadar önemli bir unsur da “sınır” koyabilmektir. Sınırlar, çocukların dünyasında güvenli alanlar, beklenen davranış rehberleri ve duygusal gelişimleri için yapı sağlar. Araştırmalar, çocuk yetiştirme stillerinden “otoritatif (rehberlikle birlikte otorite)” stilin en sağlıklı sonuçlara fırsat tanıdığını göstermektedir.

Bu stil; net sınırlar koyarken açıklama yapmayı, duygusal desteği sürdürmeyi ve çocuğun duygu-düşüncelerini dikkate almayı içerir. Yani; yalnızca “hayır” demek ya da her isteğe “evet” demek değil, “Neden hayır? / Neden evet?” olduğunu gösterebilmek önemlidir. Çocuğun isteğini hemen yerine getirmek o anı kolaylaştırır da uzun vadede “bekleyebilme”, “öz denetim” ve “sabır” gibi becerilerin gelişimini engelleyebilir. “Marshmallow Testi” olarak bilinen araştırmalar, ödülü erteleyebilen çocukların ilerleyen yıllarda akademik başarı, sağlık ve duygusal dayanıklılık açısından daha olumlu sonuçlar gösterdiğini ortaya koymuştur. Ancak son çalışmalar, bu ilişkinin her durumda geçerli olmadığını; aile tutarlılığı, stres düzeyi ve sosyoekonomik koşullar gibi çevresel etkenlerin de belirleyici olduğunu vurgulamaktadır.

Çocuklar 3–5 yaş döneminde yürütücü işlevler ve öz denetim süreçlerini geliştirir; bu süreçler rehberlik ve destekle güçlenir. Bir isteğini “şimdi” değil de “sonra” kazanabileceğini fark eden çocuk, sabretmeyi, planlamayı ve alternatif düşünmeyi öğrenir. Sınırlarla büyüyen çocuk, yalnızca “kurala uymak”la değil, kuralı anlamak, duygusunu tanımak ve çözüm üretmekle gelişir. Bu noktada duygu koçluğu yaklaşımı önemlidir. Ebeveynin çocuğunun duygularını fark etmesi, adlandırması, kabul etmesi ve çözüm araması duygusal düzenlemeyi destekler. Araştırmalar, duygu koçluğu yaklaşımını benimseyen ebeveynlerin çocuklarında öz denetim ve sosyal becerilerin güçlendiğini göstermektedir.

Buna karşılık, yalnızca ceza temelli sınır koymak stresli ortam yaratabilir ve çocuğun adalet algısını zedeleyebilir. Dolayısıyla etkili sınırlar, “sevgi, açıklama, tutarlılık, anlayış” dengesini içermelidir.

Bu denge hem güvenli bağlanmayı hem de öz denetimi birlikte geliştirir. Sevgiyle desteklenen net sınırlar, çocukların sağlıklı, sorumlu ve dengeli bireyler olarak yetişmesine katkı sağlar.

Aşağıda siz değerli velilerimizin günlük hayatta uygulayabileceği, çocukla çatışmayı en aza indirerek sınır koymayı destekleyebileceği bazı öneriler yer almaktadır:

Az ama net kurallar koyun.

Çok fazla kural yerine, en temel 3–5 kurala odaklanın (örneğin: yemek masasında oturmak, oyuncak paylaşmak, el yıkamak, uyku saatine uyum).

Yaşa uygun beklentiler belirleyin.

3 yaşındaki bir çocuktan aynı kurala 5 yaşındaki gibi tepki beklememek gerekir. Her yaşın bilişsel ve duygusal kapasitesi farklıdır.

Önceden uyarın verin.

“5 dakikaya bırakacağız. / Oyunu bitireceğiz” gibi geçiş uyarıları vererek çocuğa hazırlık şansı tanıyın.

Sınırlar içinde seçim hakkı sunun.

Örneğin, “Bu iki tişörtten birini seçebilirsin.” gibi sınır içinde seçim özgürlüğü verin. Bu, çocuğun kontrol duygusunu destekler.

Olumlu davranışı pekiştirin.

Çocuk sınırı kabul ettiğinde veya beklemeyi başardığında anında olumlu geri bildirim verin: “Bekledin, harika iş çıkardın.”

Tutarlı olun.

Bir gün “evet”, diğer gün “hayır” demek çocukta kafa karışıklığına neden olur. Anne-baba arasında tutarlı duruş olması önemlidir.

Duygularını kabul edin ve adlandırın.

“Bu kararı hoşlanmadığımı anlıyorum, zor geliyor.” demek, çocuğa duygusuyla bağlantı kurma fırsatı verir.

Küçük roller verin.

Örneğin, sofrada yapılması gerekenleri birlikte düzenlemek, çocuğa sorumluluk hissi kazandırır.

Kuralın nedenini paylaşın.

“Küçük parçaları ağza atmamak lazım, boğulma riski var.” gibi mantıklı açıklamalar, çocuğun itiraz etme ihtimalini azaltır.

Çocuğun güvenli bir ortamda hata yapmasına ve sonucu deneyimlemesine fırsat verin.

Bu süreçte isteğini ertelemeyi ve sınırlarını tanımayı öğrenmesi, içsel denge ve öz denetim becerilerini güçlendirir.

BİRLİKTE OYNAYALIM

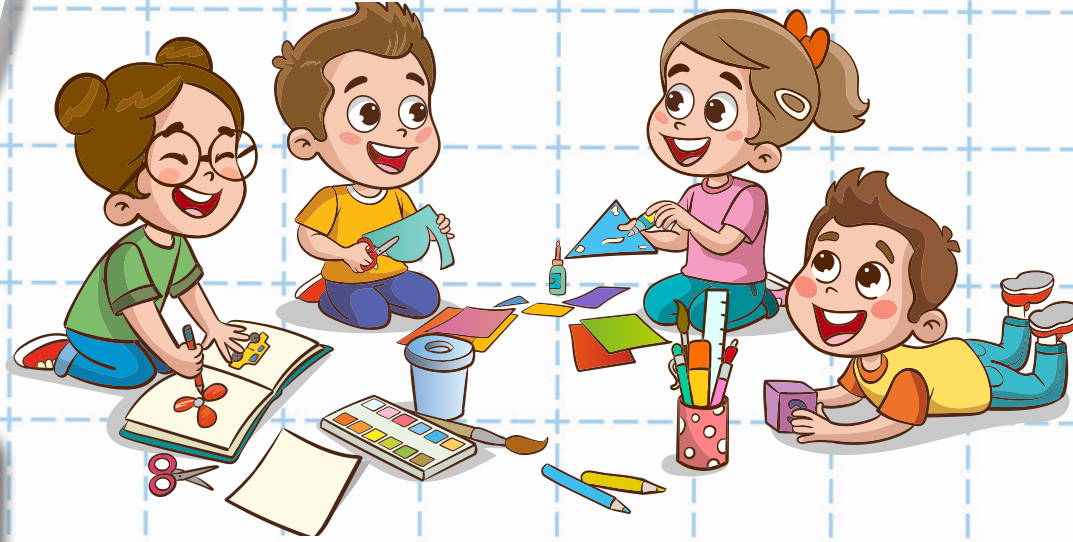


DUYGU KİTABI

Malzemeler: A4 kâğıtları, boya kalemleri, zimba.

Uygulanış:

Duygu kitabı oluşturmak için üst üste konulan A4 kâğıtları ortadan ikiye katlanarak zımbalanır. Örneğin, “Mutluluk Kitabı” yapıyorsanız kitabın sayfalarına sizi mutlu hissettiren şeyler çizilip boyanabilir veya dergi, gazete sayfalarından seçilip kesilen görseller yapıştırılabilir. Bu etkinlikte çocuğunuzla birlikte keyifli vakit geçirirken, birbirinizi mutlu eden şeyleri tahmin etmeye çalışmak ya da herkesi mutlu eden şeylerin farklı olabileceğini görmek, çocuğunuza duygu farkındalığı konusunda deneyim kazandıracaktır.



KUTULARDAN ŞEHİRLER

Malzemeler: Boş kutular, renkli fon kartonlarından hazırlanan rulolar, bant, yapıştırıcı, makas, boya kalemleri.

Uygulanış:

Evdeki boş kutuları bir araya getirerek çocuğunuzla birlikte kendi “hayalî şehrinizi” oluşturun. Her kutu bir bina, köprü veya araç olabilir. Şehre bir isim verin ve şehir tabelasını birlikte hazırlayın. Çocuğunuz binaları boyayabilir, kendi evini ya da okulunu oluşturabilir. Bu etkinlik planlama, iş birliği ve yaratıcılığı desteklerken aynı zamanda üretken düşünmeye de teşvik eder.

HAYAL KUTUSU

Malzemeler: Küçük bir kutu, evde bulunan çeşitli eşyalar (kaşık, toka, oyuncak araba, taş, kalem vb.).

Uygulanış:

Kutunun içine farklı küçük nesneler yerleştirin. Çocuğunuzla sırayla kutudan üç nesne çekin ve bu nesneleri kullanarak kısa bir hikâye oluşturun. Örneğin; “Bir gün kaşık ormanda kaybolmuş, karşısına konuşan bir taş çıkmış! Meğer taş aslında gizlenmiş bir kaplumbağaymış.” Çocuğunuz hikâyeyi anlatırken ses tonunu, mimiklerini kullanabilir; siz de hikâyeye yeni karakterler ekleyebilirsiniz. Bu oyun, çocuğunuzun hayal gücünü ve anlatma becerisini güçlendirirken birlikte bol kahkahalı bir zaman geçirmenizi sağlar.

29 Ekim Cumhuriyet Bayramı

Kutlu Olsun





Bilnet Anaokulları olarak, Cumhuriyetimizin 102. yılını büyük bir coşkuyla ve gururla kutladık. Öğrencilerimiz, söyledikleri şarkılar ve okudukları şiirler ile bizlere duygu dolu anlar yaşattı.

Cumhuriyet sevincini yüreğinde hisseden çocuklarımızla geleceğe umutla bakıyoruz!





ÖĞRENCİLERİMİZE SORDUK!

Cumhuriyet ne demek?



Atatürk demektir.

Mutluluk demektir.

Bayram demektir.

Neşe demektir.

Adalet demektir.

Şiir okumaktır.

Yönetim şekli demektir.

Herkesin özgürce konuşabilmesi demektir.

Hayat demektir.

Kırmızı-beyaz kıyafetler giyinmektir.

Hepimizin eşit olmasıdır.

Fenerlerimizle yürümektir.

En büyük bayramdır.



29 Ekim Cumhuriyet Sergisi

Bilnet Anaokulu öğrencilerimiz, Cumhuriyetimizin 102. yılını coşkuyla kutlamak için hazırlanan "29 Ekim Cumhuriyet Sergisi"nde birbirinden güzel sanat etkinlikleri gerçekleştirdi.

Cumhuriyetimizin coşkusunu yüreğinde yaşayan tüm küçük sanatçılarımızı kutluyoruz.





Bilnet Anaokullarında “Branş Etkinlikleri” Başladı!

Öğrencilerimiz, eğlenceli ve öğretici branş etkinliklerine büyük bir heyecanla başladı. Branş etkinlikleri sayesinde minik Bilnetliler, keşfederek öğrenmenin mutluluğunu yaşıyorlar.



4 EKİM Hayvanları Koruma Günü

Öğrencilerimiz,
Hayvanları Koruma Günü
kapsamında düzenlenen
etkinliklerde duyarlılık
ve yaratıcılıklarını
bir araya getirdiler.
Geri dönüştürülebilir
malzemelerle
mama kapları ve
kulübeler tasarlayan
öğrencilerimiz, hem çevre
bilincini hem de hayvan
sevgisini pekiştirdiler.



HAYVANLARIN DÜNYASI PARTİSİ



Bilnet Anaokulu öğrencileri,
4 Ekim Hayvanları Koruma
Günü'nü "Hayvanların Dünyası"
isimli partiyle kutladı!
Doğayı ve hayvan dostlarımızı
korumanın önemini eğlenerek
öğrendik.



Küçük Kas Çalışmaları

HAVUÇ DİKİŞİ

Malzemeler

Karton
Delgeç veya kalem yardımıyla açılmış delikler
Turuncu yün veya kalın ip
Yeşil kurdele

Yapılışı

Kartondan üçgen şeklinde bir havuç şekli kesin.
Kenarlarına delgeçle delikler açın.
Çocuğunuzdan yünü deliklerden geçirerek havucu "dikmesini" isteyin.
Üste yeşil kurdeleleri ekleyerek yaprağı tamamlayın.



MINİ ÇAMAŞIR ASMA OYUNU

Malzemeler

İki adet sandalye
İp veya kurdele
Küçük mandallar
Keçeden hazırlanan kıyafetler

Yapılışı

İpi iki sandalyenin arasına bağlayın.
Çocuğunuzdan keçeden hazırlanan kıyafetleri küçük mandallarla ipe asmasını isteyin. Sonrasında "İpe kaç tane kıyafet astık?, Kıyafetleri örüntü şeklinde asalım., En az/en çok hangi kıyafetten astık?" gibi sorular sorarak etkinliği çeşitlendirebilirsiniz.



RENKLİ LASTİK BALIK AVI

Malzemeler

Geniş bir kap veya kâse
Su
Renkli küçük lastikler
Çubuk, pipet veya maşa

Yapılışı

Kâseyi suyla doldurun ve içine renkli lastikleri atın.
Çocuğunuzdan çubuk veya maşa yardımıyla lastikleri tek tek sudan çıkarmasını isteyin. Daha eğlenceli hale getirmek için "Sadece sarı lastikleri yakalayalım." gibi yönergeler verebilirsiniz. Etkinliği çeşitlendirmek için, toplanan lastikleri sayma, renklerine göre gruplandırma ve az-çok olanı belirleme çalışmaları yapabilirsiniz.



ENGLISH TIME!



HAPPY REPUBLIC DAY!
29th October

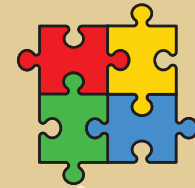
Learning English is a joyful adventure!
We make it fun and engaging through
songs, stories, and interactive games.



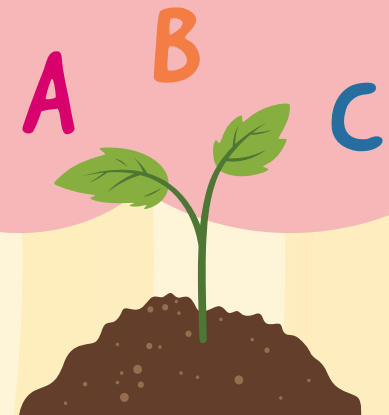
Catchy tunes and simple lyrics turn
English into a song-filled, happy
learning experience!



Our little learners, At Bilnet
Preschools, join in exciting activities
like naming objects and word games
that make English come alive!



Repetition helps children build their
English vocabulary, gain self-confidence
and progress in fundamentals of English
for future learning.



Repetition is the key to learn English!
Repeating actions like clapping,
stomping or jumping help children
remember words and improve
coordination.



Our mission is to create a warm, playful
environment where every child enjoys
learning English with curiosity and joy.





WHY ACTION VERBS?



At Bilnet Preschools, we provide a nurturing and enriching environment via our curriculum.

We encourage the understanding of action verbs.

We develop the vocabulary of children through engaging activities.

We develop the vocabulary of children through engaging activities.

We prepare successful children in a bilingual environment.



COMPREHEND

When learners understand the meaning of action verbs, they can grasp the meaning of sentences and instructions.

Action verbs are fundamentals of English in our schools and help children.

EXPRESS

They can express what they do, see, feel using action verbs. It is useful for effective communication.



LEARN AND EXPLORE

It promotes active learning and exploration as children can discuss the actions they observe and perform.



COMMUNICATE

Action verbs play an important role in social development and make interaction easier.

NARRATE

Action verbs help children enhance their storytelling skills. They can narrate stories and experiences easily.

World Animal Day

World Animal Day at Bilnet Preschools!

Our students explored the importance of caring for animals, discovered ways to help them, and embraced the idea that love is a need shared by all living beings



ÇOCUK AKLIM

**Bir kuş olsaydın, gökyüzünde
uçarken neleri görmek isterdin?
Neden?**

- ❁ Evimi görmek isterdim. Çünkü, evim çok güzel.
- ❁ Oyun parkı görmek isterdim. Çünkü, parkta oyun oynamak çok eğlenceli.
- ❁ Arabaları görmek isterdim. Çünkü, arabaların nasıl hareket ettiğini merak ediyorum.
- ❁ Ağaçları görmek isterdim. Çünkü, yorulduğumda dinlemek istiyorum.
- ❁ Bana bakan insanları görmek isterdim. Çünkü, bana gülümseyerek bakmaları hoşuma gider.
- ❁ Renkli balonlar görmek isterdim. Çünkü, beni heyecanlandırır.
- ❁ Gökkuşuğu görmek isterdim. Çünkü, renkleri çok güzel.

Seni en çok şaşırtan şey nedir?

- ❁ Renkli bir kuş görmek.
- ❁ Kardeşimin olması.
- ❁ Annemin en sevdiği pastayı yapması.
- ❁ Yazın kar yağması.
- ❁ Bana sürpriz yapılması.
- ❁ Gökkuşuğu görmek.
- ❁ Tırtılın kelebeğe dönüşmesi.
- ❁ Kuşların uçuşması.
- ❁ Dişimin çıkması.
- ❁ Akvaryuma gitmek.
- ❁ Palyaço görmek.
- ❁ Hayvanat bahçesine gitmek.

Üç tane gözün olsaydı ne olurdu?

- ❁ Herkesi çok daha iyi görürdüm.
- ❁ Uzaylıya benzeyebilirdim.
- ❁ Her şeyi görürdüm.
- ❁ Hem oyun oynar hem de televizyon izlerdim.
- ❁ Nereye baktığımı bilemezdim.
- ❁ Kafam karışırdı.
- ❁ Komik görünürdüm.
- ❁ Arkamdaki şeyleri bile görürdüm.
- ❁ Beni doktora götürürlerdi.



Ne zaman mutlu hissedersin?

- Beni okuldan annem aldığı zaman mutlu hissederim.
- Okulda kitap çalışmaları yaparken mutlu hissederim.
- Tüm gün oyun oynadığım zaman mutlu hissederim.
- Annem bana kek pişirdiğinde mutlu hissederim.
- Doğum günüm olduğu zaman mutlu hissederim.
- Pasta yaparken mutlu hissederim.
- Annem beni öptüğünde mutlu hissederim.
- Paten ile kaydığım da mutlu hissederim.
- Okulda parti olduğunda mutlu hissederim.
- Yürüyüş yaptığım da mutlu hissederim.
- Dondurma yediğimde mutlu hissederim.

Ellerin kocaman olsaydı ne yapardın?

- Yemeğimi daha hızlı yerdim.
- Saçımı kendim toplayabilirdim.
- Öğretmenime daha fazla sarılabılırdım.
- Kocaman bir pastayı tek başıma taşırdım.
- Tüm oyuncakları tek seferde toplardım.
- Kaşığı çok zor tutardım.
- Aynaya bakıp kendime gülerdim.
- Sihir yapardım.
- Ağaçlara tırmanırdım.
- Balonları patlatırdım.





Bilnet Okulları'nda eğitim yolculuğunun sonu yoktur.