



# REHBERLİK BÜLTENİ



**SAYI**  
**11**

## Yaz Tatili

 @Parisegitim

 @Parisegitim

 @Parisegitimataseligi



"Dinlenme sanatı da çalışma sanatının bir kısmını oluşturur."

Çalışmak gibi dinlenmenin de başarı üzerindeki etkisi büyüktür. Öğrencilere genelde nasıl çalışmalarını gerektiğini söyleriz, ancak nasıl dinlenmeleri gerektiğinden bahsetmeyiz. Halbuki verimli çalışma gibi verimli dinlenmek de başarılı olmak için önemlidir.



2019-2020 eğitim-öğretim yılındaki son sayımızı dinlendirici bir yaz olması ümidi ile yaz tatiline ayırdık. Öğrencilerimiz de bu sene hepimiz gibi değişik bir süreçten geçtiler, uzaktan eğitim ile tanıştılar. Öğretmenlerinden ve arkadaşlarından uzakta, öğrenimlerini evden devam ettirmeye gayret ettiler. Bu uzaktan eğitim dönemi hem veliler hem de öğrenciler için oldukça yorucu bir süreç oldu. Önümüzdek eğitim dönemini verimli geçirebilmek için öğrencilerimiz iyi bir dinlenmeyi hak ettiler.

Bu sayımızda öğrencilerimizin önümüzdeki eğitim-öğretim yılına hazır olmaları için ihtiyaç duyacakları dinlenmenin öneminden bahsedeceğiz ve sizlere bu konuda önerilerde bulunacağız.





Tatile başlarken çocuğunuzla birlikte okul dönemini, sene içerisinde yaptığı çalışmaları ve okul başarılarını, değerlendirebilirsiniz. Sene içerisinde güçlü olduğu ve geliştirmesi gereken yönleri hakkında yargılayıcı olmadan, onu zorlamadan sohbet edebilirsiniz. Ancak sonrasında tam olarak dinlenmenin gerçekleşebilmesi için başarı, başarısızlık gibi konulardan tatil döneminde olabildiğince uzaklaşmakta fayda vardır. Başarı için çalışmak kadar uzaklaşmak ve dinlenmek de önemlidir.

Okul zamanlarında verimli çalışmanın gerçekleşebilmesi için tatil dönemlerinde öğrencilerin iyi bir şekilde dinlenmeleri gerekir. Derslerde başarılı olmak için nasıl tüm dikkat verilerek çalışılması gerekiyorsa; dinlenirken de tüm dikkatimizi dinlenmeye vermemiz önemlidir. Çünkü iyi bir çalışma ancak iyi bir dinlenme sonrası gerçekleşir.

Peki dinlenmek sadece yatmak ya da sadece eğlenmek midir? Kesinlikle değil. Kişi bir yandan yapmaktan keyif aldığı, bir yandan da kendini geliştirebildiği etkinlikler sırasında da dinlenir. Öğrenciler tatil dönemlerinde kendilerini fiziksel, zihinsel, duygusal ve sosyal alanlarda geliştirecek etkinliklerle zamanlarını geçirmelidirler. Okul zamanı genellikle akademik becerilerin önemli olduğu bir dönemdir. Bu yüzden tatil dönemi daha çok kültürel, sanatsal, fiziksel ve sosyal etkinliklerin yoğun olduğu bir dönem olmalıdır. Bu şekilde öğrencinin gelişimi için gerekli her türlü aktiviteye yıl içerisinde zaman ayrılmış olur.

Tatil dönemi aynı zamanda öğrencilerin çalışmak dışındaki boş zamanlarını nasıl değerlendirebileceklerini öğrendikleri bir zaman dilimidir. Sevdikleri ve ilgilendikleri konuları, ne tür etkinliklerden hoşlandıklarını, sıkıldıkları zamanlarda kendilerini nasıl oyalayabileceklerini öğrenmeleri için bir fırsattır. Bunları bilmek ise başarılı olmak için çok önemlidir.



## Öneriler

Ders döneminde koyduğunuz kısıtlamaları uygun şekilde tatil döneminde genişletebilirsiniz.

Çocuğunuzun isteği doğrultusunda yatma kalkma saatleri, internette vakit geçirme, televizyon izleme sürelerini kontrollü şekilde arttırabilirsiniz. Ancak internet ve televizyonda maruz kaldıkları içeriklerin yaşlarına uygun olup olmadığı her zaman kontrol edilmelidir.

Çocuk enerjisini boşaltabileceği spor ve oyun aktivitelerine yönlendirilmelidir. Arkadaşları ile vakit geçirmesi için izin verilmeli, sosyalleşmesi için fırsatlar yaratılmalıdır.

Derste öğrendikleri bilgiler gezerek, okuyarak, dinleyerek, izleyerek, oynayarak pekiştirilmelidir. Örneğin bir müze gezerken tarih ve bilim hakkında okulda öğrendiği bilgileri hatırlamasına yardımcı olabilirsiniz.

Kitap okuması için onu teşvik edin. Bir kitapçı ya da kütüphaneden beğendiği kitabı almasını sağlayabilirsiniz. Tüm ailenin kitap okuduğu zamanlar yaratabilirsiniz. Çocuğunuzun okuma alışkanlığı yoksa ilgisini çeken bir konuda, daha çok resimli bir kitap olarak öncelikle kitap ile vakit geçirmeyi sevmesini sağlayabilirsiniz.

Tatil planları yaparken çocuğunuzun da fikrini mutlaka almalısınız, tatil dönemi planlarından onu da haberdar etmelisiniz. Çocuk, ailedeki her birey gibi kendisinin de fikir ve isteklerinin değerli olduğunu ve ailenin önemli bir parçası olduğunu hissetmelidir.

# Etkinlik Önerileri

## Yapalım

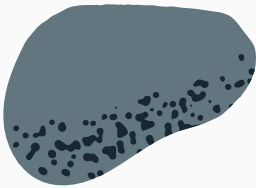
Yukarıdaki düdük simgesine tıklayarak nasıl yapılacağını anlatan videoyu izleyebilirsiniz.

Çocuğunuz, bu sayfadaki yönergeleri takip ederek, zihinsel çaba ve dikkat gerektiren bir aktivite yapmış olacaktır. Ayrıca yaz aylarında dışarıda oynarken kendi yaptığı düdüğü ile eğlenceli vakitler geçirebilir. Düdük yapımı için 1 adet balon, 12 cm boyunda PVC boru, makas, bant ve 7 cm boyunda pipet gereklidir.



## Boyayalım

Taş boyama, hem çocuğunuzun yaratıcılığını ve el becerlerini geliştirecek hem de yaparken keyifli vakit geçireceğiniz bir etkinlik olacaktır. Doğadan düz ve yassı taşları toplayın. Bir parça akrilik boyayı bir palet ya da krem kabına koyun ve az miktarda su ile boyaları inceltin. Bir kaptaki farklı renkteki akrilik boyaları karıştırıp yeni renkler de elde edebilirsiniz. Yıkayıp, kuruladığınız taşları fırça yardımı ile boyayın, üzerine desenler yapın. Taşlar iyice kuruduktan sonra üzerine şeffaf oje sürerseniz renkler daha canlı gözükecektir ve ürününüz daha dayanıklı olacaktır.



T.C. Paris Eğitim Ataşeliği Rehberlik Servisi tarafından hazırlanmıştır.

Ayşegül DEMİR

Fisun Nezihe ÇAVUŞOĞLU

Murat BAYKAN

designed by M. Can TOK