

OCAK'25

PEMA KOLEJİ 2024-2025 EĞİTİM VE ÖĞRETİM YILI REHBERLİK BÜLTENİ



BÜLTEN

YARI YIL TATİLİ



Bizi takip edin ↘
📱 🌐 📺 📷 pemakoleji

Değerli velilerimiz; heyecanla başladığımız bir dönemi geride bıraktık. Çocuklarınız bir dönem boyunca kişisel, sosyal ve akademik olarak kendilerine katkıda bulunacak birçok şey öğrendiler. Yarıyıl tatili, çocuklarınız için hem dinlenme hem de kendilerini geliştirme zamanıdır. Eğitimin sadece okul ortamında değil, evlerinizde de devam ettiğinin bilinciyle, yarıyıl tatilini çocuklarınızın hem zihinsel hem de fiziksel olarak gelişimleri için bir fırsat olarak değerlendirebilirsiniz.

Çocuklarınızın duygusal ve sosyal gelişimleri, akademik başarıları kadar önemlidir. Ebeveynler olarak çocuklarınızın potansiyellerini keşfetmelerine ve huzurlu bir tatil dönemi geçirmelerine katkıda bulunabilirsiniz. Yarıyıl tatilinin, hem dinlendirici hem de öğretici bir deneyim olması için atacağınız her adım, onların daha parlak bir geleceğe adım atmalarına yardımcı olacaktır.



AİLENİN ROLÜ

Aile, insanlık tarihi boyunca var olan, toplum ve birey yaşamını şekillendiren evrensel bir kurumdur. Sağlıklı aile ortamı; mutlu, başarılı ve erdemli bireylerin yetişmesinin en önemli unsurlarından biridir. Sağlıklı bir aile ortamı; gençlerin değerlilik, güven, aidiyet, yakınlık, dayanışma, sevgi ve saygı gibi olumlu duygular kazanmasını sağlar. Tatiller çocuklarımızla ilişkilerimizi güçlendirmek, eğlenceli aktiviteler gerçekleştirmek, kaliteli sohbetler yapmak ve çocuklarımızın akademik başarısını desteklemek için fırsattır.

Yarıyıl Tatilinde Çocuğumuzla Nasıl Kaliteli Zaman Geçirebiliriz?

1. Yarıyıl tatilinin başında yapacağımız aile toplantısında birlikte geçireceğimiz zamanı planlayabiliriz.
2. Birlikte kitap okuyup, sohbet edebiliriz.
3. Dışarıda vakit geçireceğimiz zamanı birlikte planlayıp, isterse arkadaşını da davet edebiliriz.
4. Aile üyeleriyle yürüyüş, yüzme, futbol gibi sportif aktiviteler ile tiyatro, sinema, kültürel gezi, film

izleme vb. sosyal aktivitelerde bulunabiliriz.

5. Gün içerisinde en az bir öğünü tüm aile üyelerinin birlikte olduğu zamanda yiyebiliriz.
6. Yaptığımız işlere çocuklarımızı dâhil edip, onlardan yardım isteyebiliriz.
7. Birlikte mutlu olduğumuz anlarda fotoğraf ya da video çekip hatıralarımıza ekleyebiliriz.
8. Ortak ilgi alanımız olan bir konuda birlikte etkinlik yapabiliriz.
9. İlgilerine değer verdiğimizizi gösterip ilgi ve yeteneklerini destekleyici adımlar atabiliriz.

Önemli olan çocuğumuzla ne kadar zaman geçirdiğimiz değil, zamanı ne kadar anlamlı ve nitelikli kullandığımızdır. Günlük yaşamdaki aktiviteleri çocuklarımızla keyifli bir şekilde geçirerek zamanımızı daha anlamlı hâle getirebiliriz. Çocuklarımızın duygu ve düşüncelerini rahatlıkla ifade edebileceği, kendisini huzurlu ve güvende hissedebileceği bir aile ortamına ihtiyacı olduğunu unutmayalım.



TEKNOLOJİNİN KULLANIMI

Teknoloji; hayatımızın her alanında aktif olarak kullandığımız bir unsur hâline gelmiştir. Çocuklarımızın fiziksel, bilişsel, duygusal ve sosyal gelişimlerini pek çok açıdan etkileyen teknoloji kullanımı; ebeveynler olarak bizlere de farklı sorumluluklar yüklemektedir. Teknolojinin yararlı ve zararlı etkilerinin farkında olmak, çocuklarımıza bilinçli teknoloji kullanımını konusunda rehberlik etmek bu sorumlulukların başında gelmektedir. Yarıyıl tatilinin başlamasıyla birlikte teknoloji kullanımındaki sınırlamalarda bazı aksaklıklar meydana gelebilir. Bu durum, çocuklarımızın dijital ortamlarda denetimsiz ve sınırsız zaman geçirmesine neden olabilir.

Yarıyıl Tatilinde Çocuğumuzun Teknolojiyi Bilinçli Kullanması İçin Neler Yapabiliriz?

1. Teknolojinin nasıl ve ne kadar kullanılacağı hususunda ortak kararlar alalım.
2. Teknoloji kullanımını yasaklamak yerine, dijital cihazları bilinçli kullanmayla ilgili bilgi sahibi olalım.
3. Teknolojiyi bilinçli kullanmak, teknolojiden tamamen soyutlanmak demek değildir. Sınırlı, güvenli ve verimli kullanım konusunda rehberlik ederek gelişimlerine katkı sunalım.
4. Teknolojiyi bilinçli kullandıklarında onları takdir edelim.
5. Arkadaşlarıyla sadece teknolojik aygıtlar üzerinden değil, yüz yüze iletişim kurmasını teşvik edelim.
6. Eğer çalışan anne-baba isek yarıyıl tatili sürecini çocuklarımızla geçiremeyebiliriz. İş dışındaki vakitimizi ekrandan bağımsız, birlikte kaliteli aktiviteler yaparak değerlendirelim.
7. Dijital teknolojinin riskleri, bu konuda alınabilecek önlemler ile ilgili bilgi sahibi olalım ve çocuklarımıza bilgi verelim.
8. Riskleri en aza indirmek için güvenlik tedbirleri alalım, internet için güvenlik filtreleri kullanalım ve bunları neden kullandığımızı çocuklarımıza açıklayalım.
9. Sosyal medya mahremiyeti konusunda çocuklarımızı bilgilendirelim. Kişisel bilgilerin ve şifrelerin gizliliğinin önemini vurgulayalım.
10. Siber zorbalık konusunda bilgi sahibi olalım. Çocuklarımızla bu konuda konuşarak oluşabilecek sorunların önüne geçelim.
11. Bizler de teknolojiyi bilinçli kullanmaya özen göstererek iyi bir model olalım.
12. Tüm çabalarımıza rağmen problemlerle dolu bir teknoloji kullanımı gözlemliyorsak altında yatan sebeplere odaklanalım, gerekirse destek alalım

Yarıyıl tatili çocuklarımızın dinlenmesi, geçirdikleri dönemleri değerlendirmesi, dönem içerisinde yapmaya zaman bulamadıkları aktiviteleri gerçekleştirmesi için bir fırsattır. İyi bir planlama yaparak bu süreci değerlendirmeleri konusunda yardımcı olalım. Doğru bir biçimde yapılan zaman planlaması, çocuklarımızı teknolojinin esiri olmaktan korur.



SINAV-AİLE-TATİL ÜÇLÜSÜ

Sınavlara hazırlık süreci sadece çocukları değil aileleri de etkilemektedir. Ebeveynlerin çocuklarıyla kurduğu ilişkiler, onların akademik ve sosyal gelişimlerini olumlu ya da olumsuz yönde etkileyebilmektedir. Çocuklar; sınavlara hazırlık sürecinde sınav stresi, duygusal iniş çıkışlar, gelecek kaygısı vb. durumlar yaşayabilir. Böyle durumlarda anne ve babanın ortaya koyacağı olumlu yaklaşımlar, çocuklara olası problemlerle başa çıkmalarında yardımcı olabilir.

Sınava Hazırlanan Çocuğumuza Yarıyıl Tatili Sürecinde Nasıl Yardımcı Olabiliriz?

1. Yarıyıl tatilinde yapacağımız aile toplantısında sınava hazırlık süreciyle ilgili gerekli kararları birlikte alalım. Çocuklarımızın bizden beklentilerini dinleyelim.
2. Yarıyıl tatili süresi boyunca sadece ders çalışmalarını beklemeyelim.
3. Sınavlara hazırlık, zorlu bir mücadeleyi gerektirir. Bu süreçte sınav sonucu ne olursa olsun her zaman onların yanında olduğumuzu hissettirelim.
4. Ders çalışma gayretini önemseyelim. Eksikleri büyütüp sorun hâline getirmeyelim.
5. Eksiklerini telafi edebilmesi için beraber neler yapılabileceğimizi gözden geçirelim.
6. Uyku ve beslenme düzenlerine dikkat edelim.
7. Güçlü olduğu yönlerini takdir edelim, özgüvenlerini destekleyelim.
8. Eksik olduğu yönlerini telafi edebilmesi için yararlanabileceği kaynaklarla (OGM Materyal, ÖDS, EBA vb.) ilgili farkındalıklarını artıralım.
9. Sağlık sorunları, sınava hazırlık sürecini olumsuz etkileyebilir. Gerekli durumlarda çocuklarımızın sağlık kontrollerini yaptırılalım.
10. Her insanın yeteneklerinin sınırı vardır. Çocuklarımızı, sınırlarının üstünde zorlamayalım; ulaşamayacağı hedefler konusunda ısrarcı olmayalım.
11. Çocuklarımıza yönelik davranışlarımızda tutarlı olalım.
12. Teknolojik araçları bilinçli kullanması için anlaşma yapalım.
13. Çocuğumuzun dinlenmesi ve diğer etkinliklere (sinema, spor, tiyatro vb.) zaman ayırması için destek olalım. Ders dışı aktivitelerine de değer verdiğimizizi fark etmesini sağlayalım.
14. Ebeveynlerin kaygısı çocuklarına yansiyabilir. Bu nedenle sınavla ilgili aşırı stres ve kaygımızı çocuklara yansıtmamaya gayret gösterelim.
15. Sınavlara hazırlık sürecinde okul rehberlik servisinden destek alabileceğimizin bilincinde olalım.

Unutulmamalıdır ki her çocuk özeldir ve sınavlar çocukların kişiliklerini değil sadece bilgiyi ne kadar öğrendiklerini ölçer.



Yarıyıl Tatili İçin Kaliteli Zaman Geçirme Önerileri

Aşağıda çocuğunuzun tatili daha verimli geçirmelerini sağlayacak aktivite örneklerine yer verilmiştir. Bu listedeki aktiviteleri yapması için çocuğunuzu teşvik ederek destekleyebilirsiniz.

- Temiz hava alabileceği yerlere gidebilir, doğa yürüyüşlerine katılabilir.
- Doğa fotoğrafları albümü oluşturabilir.
- Yapmaya vakit bulamadığı aktiviteleri tatilde yapabilir ,bunun için yapılacaklar listesi oluşturabilir.
- Kitap listesi oluşturabilir. Listedeki kitapları tatil sürecinde okuyabilir. Listeyi arkadaşlarıyla paylaşabilir.
- İlinizde bulunan kütüphaneleri ve sanal kütüphaneleri ziyaret edebilir.
- Deneme, öykü ve şiir yazabilir.
- Duygularını, düşüncelerini, fikirlerini, sıkıntılarını, yaşadıklarını, anılarını yazabileceği bir defter edinebilir.
- Yaşadığı yerdeki doğal güzellikleri, tarihi mekânları, anıtları, müzeleri yeniden keşfedebilir. Gidemediği müzeleri, sanat galerilerini, tarihi mekânları sanal gezilerle ziyaret edebilir.
- Bulunduğu ildeki sosyal aktiviteleri takip edebilir, gençlik merkezlerine gidebilir, atölyelere katılabilir.
- Gelecekte ulaşmak istediği hedefleri listeleyebilir. Bunlara nasıl ulaşabileceğine ilişkin plan yapabilir.
- Kendi blogunu oluşturabilir. İlgilendiği bir konuyu araştırma, metin yazarlığı, özetleme gibi becerilerini geliştirebilir.
- Kullanmadığı, iyi durumdaki eşyaları ve kitaplarını ihtiyacı olan kişilerle paylaşmak için hazırlayabilir.

- Artık kullanmadığınız kıyafetlerin kumaşlarından ve geri dönüşüm malzemelerinden yararlanarak sıfırdan kıyafetler üretebilir.
 - Mutfakta farklı tarifler deneyebilir. Çevrimiçi yemek kurslarından yararlanabilir.
 - Farklı ülkelere ve kültürlere ait yemekleri yapmayı deneyebilir.
 - Ev işlerine katkı sağlayabilir.
 - Ünlü ressamın resimlerini çizmeyi deneyebilir.
 - Bir roman karakteri oluşturup çizmeyi deneyebilir.
 - Bir bitki yetiştirebilir ya da evdeki bitkilerin bakımını üstlenebilir.
 - Origami yapmayı öğrenebilir.
 - İlgili alanlarına hitap eden yüz yüze ve çevrimiçi eğitimlerle bilgi düzeyini arttırabilir.
 - Düzenli olarak egzersiz yapabilir.
 - İlgi duyduğu meslekleri araştırabilir, meslek elemanlarını işyerlerinde ziyaret ederek daha ayrıntılı bilgiler edinebilir.
 - Ekran süresine dikkat ederek gelişimine katkı sağlayacak belgesel, dizi ve film izleyebilir.
 - Farklı dünya dillerini araştırıp, öğrenmeye çalışabilir.
 - İşaret dili öğrenebilir.
 - İlinizde bulunan imkanlar dahilinde seramik, çömlek ve takı atölyelerine katılabilir.
- Sonuç olarak; yarıyıl tatili hem aile bağımızı güçlendirecek olan hem de başarıyı destekleyecek olan bir fırsattır. Doğru değerlendirilmesi gereken bir nefeslenme alanıdır.**