

REHBERLİK SERVİSİ

TATİL PLANI YAPTIN MI?





TATİL denince akla
Ne bütün gün **TEMBEL TEMBEL**
yatmak
Ne de bütün gün oyun oynamak
,sosyal medya da sörf yapmak
geldiğini sanmıyorum.
İçi **ÇEŞİTLİ AKTİVİTELERLE** dolu
olmayan bir tatil, zaten **TATİL**
DEĞİLDİR.

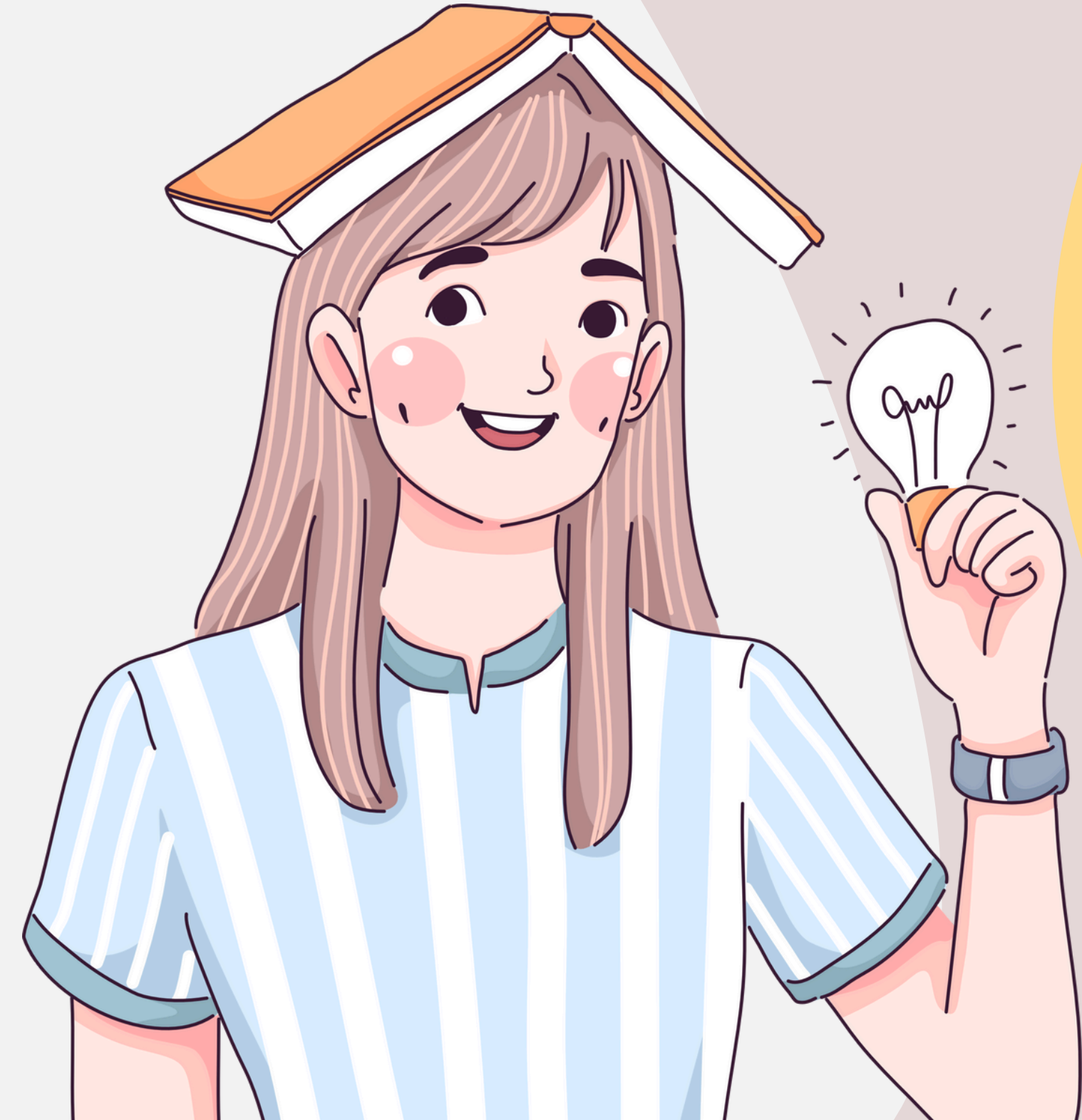


9. ve 10 sınıflar gelecekte başarınızı daha da arttırmak ve konuları daha iyi anlamak için eksiklerinizi tamamlamalı, geçmiş konulara göz atmalısınız. Tatili yeni döneme hazırlanmak ve geçmiş dönemi gözden geçirmek için çok önemli bir FIRSAT olarak görmelisiniz.



11. ve 12.sınıflar derslerin hafiflemesinden yararlanmalı TYT,AYT sınav hazırlığını sürdürmelidir. Bol bol soru çözümlü olan , konu bitirme programı yapmalıdır.





VERİMLİ TATİL ÖNERİLERİ

1-KENDİ AKADEMİK BAŞARI DURUMUNA UYGUN BİR PLAN YAP

1-Dönem hangi konuların halledildi, hangi konuların eksik kaldı gözden geçir ; buna göre yarı yıl tatilinde yapacaklarını planla. Planında hem konu tekrarlarına hem de soru çözümlerine yer ver.

2-Döneme planlı çalışmayı alışkanlık haline getirecek şekilde başla.

3-Konu eksiği çok fazla olmayan öğrencilerim de tatil boyunca ortalama 2-3 deneme sınavı çözerek konu tekrarı yapabilirler.

2-EKSİK KONULARINI HALLET

Unutmayı ortadan kaldırmanın en iyi ve en etkili yolu yapılacak tekrarlardır.

- **Eksik konularını öncelikle tespit et ve gün gün planla.**
- **Her güne konu yerleştir ve onları mutlaka hallet. Bu planlama seni hem akademik hem de psikolojik olarak rahatlatacak.**
- **Konuları planına yerleştirirken de en çok hata yaptıkların olmasına dikkat et. Çünkü ilerleyen zamanlarda belki de bu kadar uzun süreli bir tatil dönemin olmayacak.**



3-NEYE NE ZAMAN ÇALIŞMALISIN?

A- Öncelikle notlarının düşük olduğu derslerden eksik olduğunun konuları bütünlük sırasına göre bir kâğıda yazarak somutlaştır. Daha sonra tatil günlerine göre konuları dağıt ve o gün geldiğinde o konularla ilgili çalışmalarını **MUTLAKA** yap.





3-NEYE NE ZAMAN ÇALIŞMALISIN?

B- Önemli olan, ders başında geçirdiğiniz sürenin miktarı değil, o sürenin amacına uygun kullanımudur. Başarıyı sağlayan, çok değil, en uygun saatlerde, en verimli şekilde çalışmaktır.

Verimli olduğunuz saatlerde zorlandığınız dersleri çalışmaya özen gösterin. Birçok insan için bu saatler sabah saatleridir.

3-NEYE NE ZAMAN ÇALIŞMALISIN?

C-Artık bu kısır döngüyü kırmanın zamanı geldi. Sabırlı davranın, konu tekrarından sonra bol bol soru çözün, yapamadıklarınızı mutlaka sorun. Yapabildiklerinizden çok yapamadığınız sorular çok önemlidir, daha önce yapamadığınız sorular 2-3 tane arka arkaya çıkınca moraliniz bozulup, ders çalışmayı bırakıyordunuz. (duygusal yaklaşım), Şimdi artık yapabildiklerinizi bir kenara bırakıp yapamadıklarınıza konsantre olmanın ve yapamama nedenlerinizi araştırarak, gerektiğinde yardım alarak, eksiklerinizi gidermenin vakti geldi (akılcı yaklaşım).



curious
cardinals

Haydi bugün
öğrendiğimiz
başlıca çıkarımlara
bir göz atın.



3-NEYE NE ZAMAN ÇALIŞMALISIN?

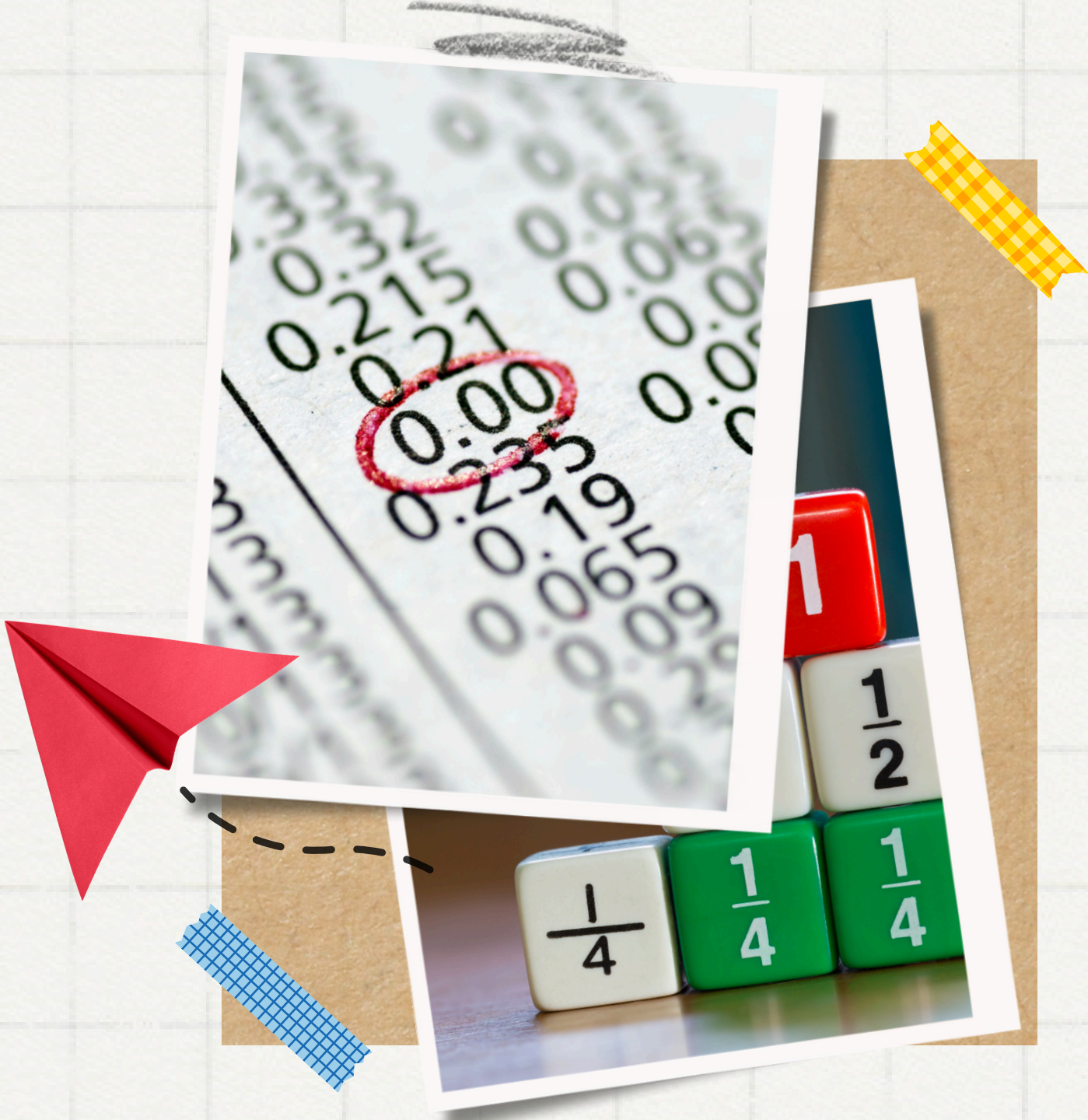
D- Önceden planladığınız gün içerisinde çalışacağınız dersleri içeriklerine göre sıralayabilirsiniz.

Derse başlamakta zorlanıyorsanız, ders çalışmaya sevdiğiniz dersle başlayabilirsiniz.

Bir gün içerisinde 9,10 ve 11 sınıflar 3 derse 12. sınıflar 4 ders türüne ağırlık verebilir.

4-BİLDİĞİN KONULARIN ÜZERİNDEN GEÇEREK TEKRAR ET

- **Konu tekrarı yapmak kadar soru çözmek de çok önemli. Çünkü yaptığımız çalışmaları ne kadar kavradığımızı ancak çözdüğümüz soru aracılığıyla aldığımız dönüşlerden görebiliriz.**
- **Her güne belli bir soru çözüm sayısı koymayı unutma. Çözeceğin soru sayısı o gün yapacağın çalışmalara göre değişebilir.**
- **Konu ağırlıklı çalıştığın bir günde çok fazla soru çözemeyebilirsin. Ama yine de en azından o günkü konuyu ne kadar öğrendiğini görme açısından belli oranda soru çözüm çalışması yapmalıyız.**



%32

0,6281

5- DENEME SINAVI ÇÖZ

Diyelim ki Türkçe dersini büyük oranda hallettin. 40'ar soruluk hazırlanmış Türkçe dersi denemeleri çözebilirsin. Bu çözümler sırasında mutlaka süre çalışması yap. 40 Türkçe sorusunu kaç dakikada çözdüğüne bak ve daha sonraki hedefini mümkünse birkaç dakika daha az sürede çözebilme şeklinde belirle.

1/4
2/4

6,392

%37



6- KİTAP OKU

TYT okuma-anlama-yorumlama İSTER. Bir şiiri, romanı ya da öyküyü okuduğumuzda orada olanlar üzerine düşünmeye başlıyoruz. Bazen olay çok etkiliyor bizi, bazen de yazarın üslubu. Bazen ikisini de beğenmiyor ve bunun üzerine yorumlarımızı düşünüyoruz. Tüm bu süreç için bir şeyleri okumak, anlamak ve yorumlamak gerekiyor. Bu TYT Türkçe ve matematikte istenen şey! Bu yüzden sınav senesini beklemeden kitap okumayı alışkanlığı kazanmalı.

6-KİTAP OKU

Kitap okumak planı uygulamak için gerekli olan düzeni sağlar.
Ekrandan uzak kaldığın için gözlerin dinlenir.Sadece kitaba odaklandığın için kaygı ve stres de azalır. Belli bir zaman belirlediğinde, o zamanda kitap okuyacağını bildiğinden geriye kalan zamanlarını daha iyi değerlendirebilirsin!



6-KİTAP OKU

**Dikkat sürenizin uzun olması gerekiyor
Kitap okumak odaklanma problemin olup olmadığını
görmenin belki en önemli yoludur. Kitap okudukça, ve
odaklanmaya kendini zorladıkça dalgınlığın azalacak. Sayfa
sonuna geldiğinde geri dönmek için odaklanmaya
çalışacaksın ve zaman geçtikçe dikkatini verme süren
artacak. Dolayısıyla TYT Türkçeyi çözerken çoğu paragrafı
tek sefer okuman yetecek, böylece zaman sıkıntın da
ortadan kalkacak. Sayfalarca kitap okumuş birisi için artık
paragraflar hiç de korkutucu olmadığı için 40 tane Türkçe
sorusu da çok kolay gelecek ve bir nefeste bitecek.**



6-KİTAP OKU

Test çözmeme gerekirken ben kitap okuyorum stresi yaşamak kitaptan uzaklaştırır.

Kendini başkaları ile kıyaslamak bu hayatta kendimiz yapabileceğin en büyük kötülük .

Peki, kitap okuyarak diğerlerinden geri mi kalıyoruz?

Tabii ki, hayır! Kimse 24 saat ders çalışmıyor ve elbette herkesin kaçamakları oluyor. Üstelik kitap okumanın

birikerek ilerleyen ve gözle görülmeyen faydalarını düşündüğünde bu strese kapılmak gerçekten yersiz!

Moralinin bozulup dersten soğumana neden olur aman dikkat!!!

7- İKİNCİ DÖNEM İÇİN YENİ HEDEFLER BELİRLE

Hedefe ulaşmak için güçlü yanlarım neler?

Güçlü yanlarınız kişilik özellikleriniz ya da becerileriniz olabilir. Örneğin; azimliyim, disiplinli ve düzenli bir biçimde ders çalışabiliyorum. Ya da hedefe ilişkin bilgi ve donanımların olabilir. Örneğin hedefin doktor olmaksızın biyoloji, kimya gibi derslerinizin iyi olması gerekir. Ya da basketbol oyuncusu olmak istiyorsanız, güçlü yanın basketbol takımında olmak olabilir.

7- İKİNCİ DÖNEM İÇİN YENİ HEDEFLER BELİRLE

Hedefe ulaşmak için hangi yanlarını geliştirmen ya da ne tür yeni beceriler edinmen gerekiyor?

Biraz önceki örneğe geri dönersek, doktor olmak istiyorsun ama matematiğin istediğin düzeyde değil. O zaman ne yapman gerekiyor? Daha fazla matematik çalışman ve bu konuda sana yardımcı olacak birini bulman gerekiyor. Ya da hedefin arkadaş edinmek ama utangaçsın diyelim, o zaman yeni beceriler edinmen gerekiyor.

7- İKİNCİ DÖNEM İÇİN YENİ HEDEFLER BELİRLE

Daha önceki başarılarınızı düşünün. Bunlar küçük ya da büyük başarılar olabilir. O zaman o başarıya nasıl ulaştığınızı, hangi becerilerinizi kullandığınızı, kimlerden yardım aldığınızı düşünün. Ayrıca bu başarılar sizin motivasyonunuzu artıracaktır.

Belirlediğimiz bir hedefe ulaşmak için atmamız gereken adımların planlanması gerekir. Plan, bizi hedeflerimize ulaştıran bir yol haritasıdır.

Hedeflerimizden bazıları kısa, bazısı orta bazısı da uzun dönemde ulaşılacak hedeflerdir. Kısa dönemden kasıt, günlük ve haftalık hedeflerdir.

7- İKİNCİ DÖNEM İÇİN YENİ HEDEFLER BELİRLE

KISA DÖNEMLİ HEDEFİM PLANIM

- 1.....
- 2.....
- 3.....

UZUN DÖNEMLİ HEDEFİM PLANIM

- 1.....
- 2.....
- 3.....
- 4.....

ORTA DÖNEMLİ HEDEFİM PLANIM

- 1.....
- 2.....
- 3.....
- 4.....

Hedeflere ulaştığımda kendime vereceğim ödül:.....

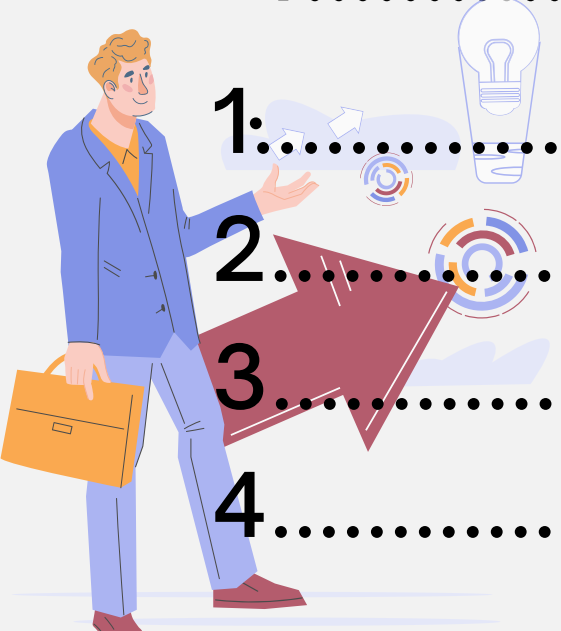
Planlarımı aksattığımda

.....

TARİH:.....

...

AD-SOYAD:.....



8-KENDİNE VE KEYİF ALDIĞIN ŞEYLERE VAKİT AYIR



Tatil demek sadece ders çalışmak değil. Birkaç gününü de tatil, dinlenme ve hobilerin için ayırmalısın. Sadece ders çalışmakla geçirilecek bir tatil dönemi deşarj olmanı ve dinlenmeni engeller. Bu yüzden kendine ayıracağın özel zamanlar da olmalı.

Kitap okumak,
Müzik dinlemek,
Televizyon izlemek,
İnternette sörf yapmak da planlarının içinde olabilir
fakat en önemlisi neye ne kadar zaman ayıracağını
bilmen.





**ODANIN TEMİZLİĞİYLE ,VARSA
ÇİÇEKLERİN BAKIMIYLA
İLGİLENEREK
AİLENLE VAKİT GEÇİREREK
SPOR YAPARAK HEM BEDENEN
HEM ZİHNEN
RAHATLAYABİLİRSİN.
UNUTMA FARKLI FAALİYETLER
BEYİNİ DİNLENDİRİR.**



**YOUTUBE' DEN
İZLEDİĞİN TARİFLERİ
YAPIP AİLENE İKRAM
EDEBİLİR .**

**KENDİNE UĞRAŞACAK HOBİLER
EDİNEBİLİRSİN.**





**TELEFON VE TABLETİNLE
DERS HARİCİ ZAMANLARDA
SÜRE TUTARAK UĞRAŞABİLİRSİN.**





**ŞİMDİ SORUYORUM
TATİLİNİ
PLANLI VE VERİMLİ
GEÇİRİP GEÇMİŞTEKİ
KAYBETTİKLERİNİ Mİ
KAZANACAKSIN?**

**YOKSA AYNI
ALIŞKANLIKLARLA
ÖNÜNDEKİ MAÇLARA MI
BAKACAKSIN?**



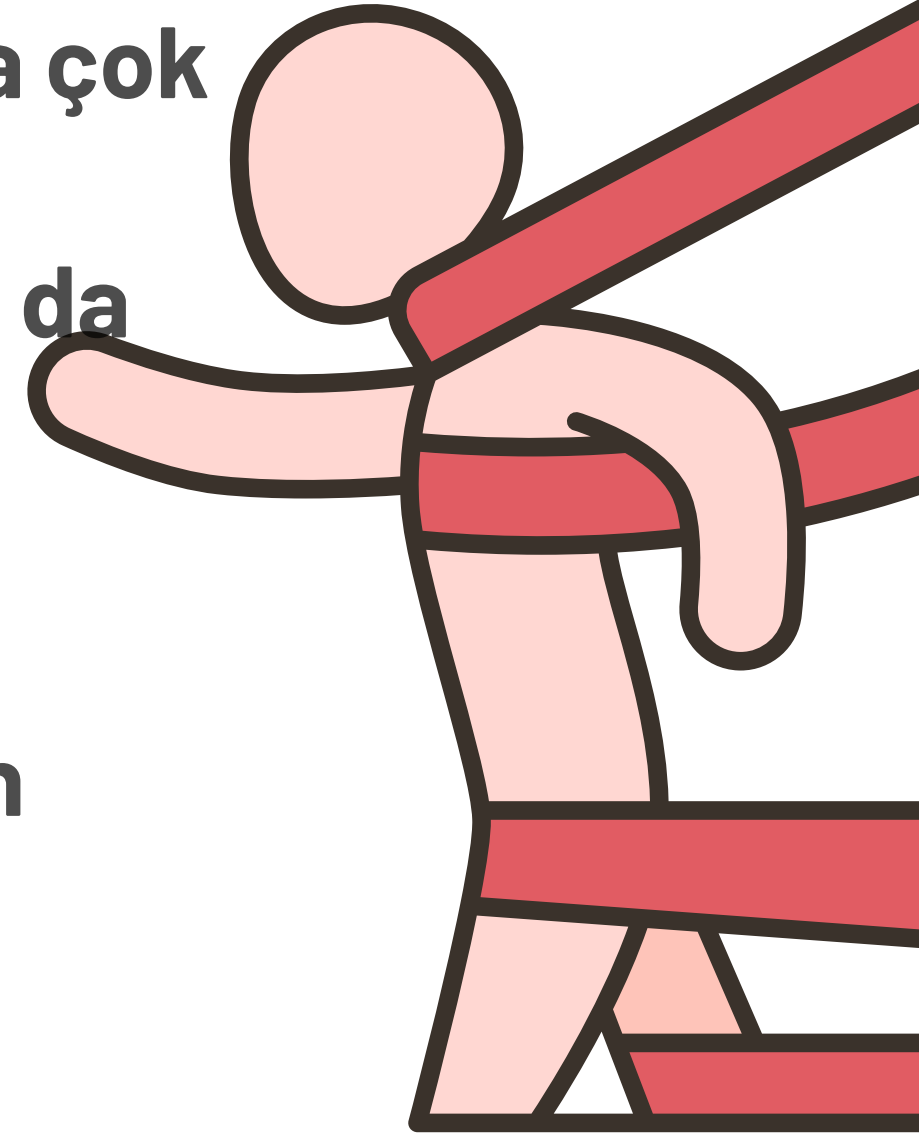


Okulda ilk dönem çok iyi geçmedi, pek çalışmadım ve eksiklerim fazla diyorsan bu yarıyıl tatili çok büyük bir **FIRSAT**.

ÖNCELİKLE buna karar vermen ve inanman gerekir. Türkiye futbol süper liginde 2009-2010 sezonunda goller en çok 76. ve 90. dakikalar arasında atılmış. Maç bitti ve sen soyunma odasına mı gidiyorsun yoksa maç halen devam ediyor ve üstelik gol atacağın daha çok dakikalar mı var ?

Sanırım mağlup olmuş bir futbol takımı hocası ya da oyuncularının kullandığı klasik bir yorum olan "Artık **ÖNÜMÜZDEKİ MAÇLARA** bakacağız " demeyi kimse istemez.

Şimdi yapacağın tek şey, geçmişi bırakıp yaptığın **PLANLA** önüne bakmalı yürümeyle yetinmeyip koşmalısın.



ŞİMDİ SIRA SENDE

“Rehberlik Servisinin hazırladığı TATİL PLANI’ na mutlaka göz at ve uygulamaya çalış.

TATİL DÖNÜŞÜ HAZIRLAMIS VE UYGULAMIS OLDUĞUN PROGRAMI REHBER ÖĞRETMENİNLE DEĞERLENDİR !!!



UNUTMA !!!! tatil dönüşü çalışmalarını değerlendirmek için seni bekliyor olacağım...

**Başarı için gereken değişim ve
gelişim arzusunun sahip olmanız
dileęiyle
İYİ TATİLLER, İYİ EĞLENCELER ...
REHBERLİK SERVİSİ**

