

PDR BÜLTENİ

Anaokulu | İlkokul | Ortaokul | Lise



- **Anaokulu "Tatilde Neler Yapabiliriz? "**
- **İlkokul "Tatile Çıkıyoruz"**
- **Ortaokul "Yaz Tatili"**
- **Lise "Tatile Girerken"**

PDR BÜLTENİ

Anaokulu | İlkokul | Ortaokul | Lise

TATİLDE NELER YAPABİLİRİZ?



Anaokulu

Okul dönemi öğrenci, öğretmen ve ebeveynler için heyecanlı, ve keyifli olduğu kadar yorucu bir süreçti. Bu nedenle yaz tatili süresince bedenen ve ruhen dinlenmek önceliğimiz olmalıdır. Unutulmamalıdır ki tatil herkes için dinlenme ve rahatlama sürecidir.

Öğrencilerimiz yıl boyunca bilgi ve beceriler kazanmakta birçok alanda emek, sabır ve gelişim göstermektedir. Eğitim-öğretim yılı sonunda çocuğunuzla birlikte bu süreci değerlendirmeniz, gösterdiği çaba ve gelişimle ilgili bir değerlendirme sohbeti yapmanız kıymetli olacaktır. Bu yaklaşım çocuğun öz değerlendirme yapabilme ve yeni hedefler koyabilme becerisini destekleyecektir.

PDR BÜLTENİ

Anaokulu | İlkokul | Ortaokul | Lise

Çocukların neşe ve heyecanla karşıladığı ve dinlenmek için bir vesile olan yaz tatili, kimi zaman ebeveynlerin iyi değerlendirmek ve verimli geçirmekle ilgili kaygı taşıdığı bir süreç olabilmektedir. Ebeveynlerin tatil dönemine dair ortak kaygısı çok fazla boş vakti olan çocuğun uzun saatlerini teknolojik aletlerle geçirmesi ve okul döneminde kazanılan alışkanlıkların bırakılması yönündedir. Gerçekten de belirli bir rutin ve kurallar bütünü sağlayan okul ortamından uzaklaşıldığında, çocuk tarafından edinilen kazanımların sürdürülmesi doğru ebeveyn rehberliği gerektiren bir süreçtir.

Tatilde ebeveynler çocuklarını nasıl desteklemelidir?

- Her şeyden önce tatilin öncelikli amacının çocuğun dinlenmesi ve iyi haline katkı sağlanması olduğu unutulmamalıdır. Tatil sürecinde beklediğimiz çocuğun bilgi yüklenmesi değil, okulda edindiği bilgi ve becerileri kullanabileceği fırsatların sunulmasıdır.
- Ailece geçirilen zamanın arttığı tatil dönemi ortak bir planlama yapılarak, hem ebeveynin hem de çocuğun birlikte paylaşımlarda bulunabileceği şekilde organize edilmelidir.
- Okul döneminde takip edilen günlük rutinler yaz tatiline uygun şekilde güncellenerek sürdürülmeye devam edilmelidir. Rutinler döneme ya da ihtiyaca göre değişebilir ya da esneyebilir ancak çocuğun sağlıklı gelişimi için mevcudiyetine her zaman ihtiyaç vardır.
- Yaz ayları çocukların bolca kültür-sanat ve spor aktivitelerine katılabilmelerine olanak sağlayan zaman dilimleridir. Çocuğun kişisel ilgi ve ihtiyaçları gözetilerek bu doğrultuda yönlendirmeler yapılabilir.
- Teknolojik alet kullanımının içerik ve süre bakımından ebeveyn tarafından denetlenmesi her zaman olduğu gibi tatilde de gereklidir. Ekran kullanımını azaltmak için çocuğa keyifle dahil olabileceği gerçek yaşam deneyimleri sunmak gerekecektir.
- Okulda sosyal ilişkiler bakımından zengin bir ortama sahip olan çocuk, tatilde de akranları ile zaman geçirebileceği, ilişki kurma-ait olma duygusunu doyurabileceği ve problem çözme becerilerini geliştirebileceği yeni ortamlara ihtiyaç duyar. Yeni insanlarla tanışmak, aile büyükleri ile zaman geçirmek, farklı yaş ve özelliklerdeki kişilerle iletişim kurmak için fırsatlar yaratılması sosyal-duygusal gelişim için önemlidir.
- Okul döneminde olduğu gibi yaz döneminde de evde çocuğun yaşına uygun sorumluluklar üstlenmesi hem sorumluluk duygusunun devamlılığı için hem de çocuğun boş vaktinin yapılandırılması için önem taşır. Kendi odasının, kişisel bakımının ya da bir canlının sorumluluğunu alan çocuk faydalı olmayı ve değer üretmeyi öğrenir.

PDR BÜLTENİ

Anaokulu | İlkokul | Ortaokul | Lise

Aile ile Paylaşımlı Etkinlik Önerileri

- Birlikte müze, sinema, tiyatroya gitmek
- Doğa yürüyüşü yapmak
- Uçurtma uçurmak
- Aile albümü ve eski fotoğrafları incelemek
- Mutfak etkinlikleri yapmak
- Kitap okuma saati yapmak
- Aile büyüklerini ziyaret etmek
- Kutu oyunu oynamak

Sorumluluk Duygusunu Geliştiren Etkinlik Önerisi

- Çiçek büyütme
- Ağaç dikme
- Kendi odasını düzenlemek/toplamak
- Ev işlerine yardımcı olmak
- Evcil hayvan beslemek
- Sokak hayvanları için yiyecek ve su kabı hazırlamak
- Yardıma ihtiyacı olan birine destek olmak



PDR BÜLTENİ

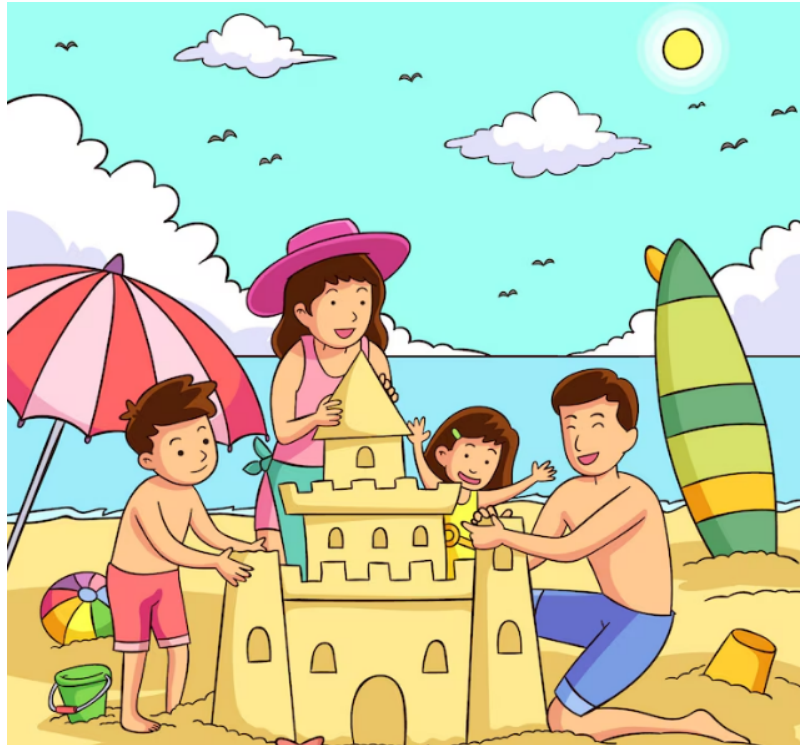
Anaokulu | İlkokul | Ortaokul | Lise

Yaratıcılık ve Kendini İfade Becerilerine Katkı Sağlayan Etkinlik Önerileri

- Taş boyamak
- Artık malzemelerden tasarımlar yapmak
- Resim yapmak
- Takı tasarlamak
- Mektup yazmak
- Günlük tutmak
- Anılarını yazdığı/resimlediği bir kitapçık hazırlamak
- Hikaye ve şiir yazmak

Kültürel Zeka ve Uyum Becerisine Katkı Sağlayan Etkinlik Önerileri

- Farklı kültürleri araştırmak
- Yeni bir dil öğrenmek
- Farklı coğrafyaları ziyaret etmek



PDR BÜLTENİ

Anaokulu | İlkokul | Ortaokul | Lise

Bedensel Gelişime Katkı Sağlayan Etkinlik Önerileri

- Futbol, basketbol, yüzme, tenis gibi spor dalları ile ilgilenmek
- Bisiklete binmek
- Scooter/kaykay sürmek
- Ağaca tırmanmak
- Yürüyüş yapmak
- Parkta oynamak
- Dans etmek

Ev İçi Etkinlik Önerilerimiz:

- Evde bozulan bir şeyi tamir edebilirler.
- Ev işlerinde küçük görevlere dâhil edebilirler.
- Sevilen bir yemek ya da tatlı birlikte hazırlanabilir.
- Çiçek ekebilir, evinizdeki çiçekleri sulayabilir, topraklarını birlikte değiştirip çiçeklere bakım yapabilirsiniz.
- Odalarında kullanmadıkları eşyaları ayırabilir ve odalarını yeniden dizayn edebilirler.
- Çevrim içi atölyelere katılabilirler.
- Bilim projesi yapabilirler.
- Eski eşyalar ile yeni ürünler ortaya çıkarabilirler.
- Online Müze gezebilirler.

Kısacası tatil dönemi çocuğun dinlenmesine olduğu kadar, edindiği bilgi ve becerileri kullanmasına ve geliştirmesine katkı sağlamalı, sevdikleriyle keyifli anlar biriktirebileceği bir fırsat olarak görülmelidir.

PDR BÜLTENİ

Anaokulu | İlkokul | Ortaokul | Lise

TATİLE ÇIKIYORUZ



İlkokul

Yaz tatili, çocuklar için dinlenme ve eğlenme zamanı olmanın yanı sıra, öğrenmenin de devam ettiği bir dönemdir. Bu süreci, akademik, sosyal ve psikolojik açıdan dengeli ve verimli bir şekilde geçirmek için çeşitli öneriler sunmak istiyoruz.

PDR BÜLTENİ

Anaokulu | İlkokul | Ortaokul | Lise

Akademik Açıdan:

Okuma Alışkanlığı: Çocuklarınızı kitaplarla buluşturun. Onlara, ilgi alanlarına uygun kitaplar seçmelerine izin verin ve düzenli okuma alışkanlığı kazanmalarını teşvik edin. Yaz tatili, yeni kitaplar keşfetmek için harika bir fırsattır. Bilim dergileri de keyifli okumalar için alternatif sağlayacaktır.

Matematik ve Bilim Etkinlikleri: Eğlenceli matematik ve bilim oyunları oynayarak çocukların bu alanlardaki yeteneklerini geliştirmelerine yardımcı olun. Basit ev deneyleri yaparak bilimsel meraklarını canlandırabilirsiniz.

Yazı ve Sanat Faaliyetleri: Çocuklarınızın hayal güçlerini geliştirmeleri için yazı ve sanat faaliyetlerine teşvik edin. Günlük tutmalarını veya hikaye yazmalarını sağlayın. Ayrıca, resim yapma, boyama veya el sanatlarıyla ilgili etkinliklere katılmalarını destekleyin.

Sosyal Açıdan:

Aile Zamanı: Ailecek vakit geçirmek, çocukların duygusal gelişimi için son derece önemlidir. Ortak aktiviteler düzenleyin, pikniklere gidin, bisiklet sürün veya doğa yürüyüşleri yapın. Bu, aile bağlarını güçlendirecek ve çocukların kendilerini değerli hissetmelerini sağlayacaktır. Geniş ailenizdeki kişilerle görüşmeler sağlayarak bu bağları da kuvvetlendirin.

Arkadaşlarla İletişim: Çocuklarınızın arkadaşlarıyla iletişimini sürdürmelerini teşvik edin. Onları parklara veya oyun alanlarına götürün, sosyal becerilerini geliştirmelerine yardımcı olun. İletişimlerinin sadece online uygulamalarda kalmasına izin vermeyin

Toplumsal Sorumluluk: Yardımlaşma ve empati duygularını pekiştirmek için toplumsal sorumluluk projelerine katılmalarını teşvik edin. Çevre temizliği, hayvan barınaklarında gönüllü çalışma gibi etkinliklere katılarak çocuklarınızın başkalarına yardım etme duygusunu güçlendirin.



PDR BÜLTENİ

Anaokulu | İlkokul | Ortaokul | Lise

Psikolojik Açıdan:

Duygusal İfade: Çocukların duygularını ifade etmelerine ve yönetmelerine yardımcı olun. Onlarla açık bir iletişim kurun, duygularını dinleyin ve onlara destek olun. "Sıkıldım" sözcüğünü duymaya izin verin ve bu anlarda üretim yapmasını sağlayın.

Stres Yönetimi: Yaz tatili, çocuklar için stresin azaldığı bir dönem olabilir, ancak bazen farklı türden streslerle başa çıkmaları gerekebilir. Onlara stres yönetimi teknikleri öğretin, nefes egzersizi, yoga veya meditasyon denemelerini teşvik edin.

Oyun ve Eğlence: En önemlisi, çocuklarınızın tatilin tadını çıkarmalarına izin verin. Oyun oynamalarına, hayal güçlerini kullanmalarına ve kendi kendilerine eğlenmelerine olanak tanıyın. Bu, onların ruh sağlığı için son derece önemlidir.

Yaz tatili, çocuklarınızın yeni şeyler keşfetmesi, öğrenmesi ve gelişmesi için harika bir zaman dilimidir. Yukarıdaki önerileri göz önünde bulundurarak, onların bu süreci en verimli şekilde değerlendirmelerine yardımcı olabilirsiniz.



PDR BÜLTENİ

Anaokulu | İlkokul | Ortaokul | Lise

Önemli!

Tatilin verdiği rahatlık ve zaman zaman çocukların ısrarları sebebiyle teknoloji kullanımında esneklik sağlanabiliyor. Ancak, çocuklarımızın yaz tatilinde teknoloji kullanımını dengelemeye ve kontrol altında tutmaya özen göstermeliyiz.

Tutarsız ve Aşırı Ekran Kullanımında Olumsuz Etkiler:

Bağımlılık: Aşırı tablet ve internet kullanımı, çocukların bağımlılık geliştirmesine neden olabilir. Sürekli olarak ekran başında vakit geçirmek, diğer aktivitelere ilgi duymama ve sosyal ilişkileri zayıflatma riskini artırabilir. Bu da okul dönüşünde çocukların ekrandan ayrılma ve okula adaptasyonlarını geciktirerek okul ilişkilerini zayıflatır.

Fiziksel Sağlık Problemleri: Uzun süreli ekran maruziyeti, çocuklarda göz yorgunluğu, boyun ve sırt ağrıları gibi fiziksel sağlık problemlerine yol açabilir. Ayrıca, hareketsizlik ve obezite riskini artırabilir.

Eğitim Performansının Düşmesi: Aşırı teknoloji kullanımı, çocukların dikkat dağınıklığına ve öğrenme eksikliklerine neden olabilir. Bu da eğitim performanslarını olumsuz etkileyebilir.

Öneriler:

Sınırlı ve Kontrollü Kullanım: Çocuklarınızın tablet ve internet kullanımını sınırlı ve kontrollü bir şekilde yönetin. Günlük olarak belirlediğiniz ekran süresini belirleyin ve bu süreyi aşmamalarını sağlayın.

Alternatif Aktiviteler: Çocuklarınıza tablet ve internet dışında alternatif aktiviteler sunun. Kitap okuma, açık hava oyunları, el işi etkinlikleri gibi farklı etkinliklerle zaman geçirmelerini teşvik edin.

Aile İçi Kurallar: Aile olarak, tablet ve internet kullanımıyla ilgili ortak kurallar belirleyin. Örneğin, öğle yemeği ve akşam yemeği sırasında ekranların kapatılması gibi kurallar koyarak aile içi iletişimi güçlendirin.

Örnek Olun: Çocuklarınıza teknolojiyi dengeli bir şekilde kullanmanın önemini örnek davranışlarınızla gösterin. Kendi ekran sürenizi de kontrol altında tutun ve çocuklarınıza sağlıklı bir model olun.

Unutmayın ki, çocuklarımızın sağlıklı bir şekilde gelişmeleri için teknoloji kullanımını dengelemek önemlidir. Tablet ve internetin yanı sıra, çocuklarımızın sosyal ilişkiler kurmaları, fiziksel aktivitelerde bulunmaları ve yaratıcı faaliyetlerle uğraşmaları da önemlidir.

PDR BÜLTENİ

Anaokulu | İlkokul | Ortaokul | Lise

YAZ TATİLİ



Ortaokul

Keyifli ve aynı zamanda yorucu bir yılı geride bırakıyoruz. Çocuklarımız yıl boyunca becerilerini geliştirdiler, eğlendiler, öğrendiler, bazen de yoruldular. Birkaç hafta sonra, emeklerinin karşılığını alacakları karneleriyle birlikte heyecanla evlerine gelecekler. Biliyoruz ki sizler de en az çocuklarımız kadar heyecan içindesiniz. Onları ve sizi harika bir yaz tatili bekliyor. Yazın çocuğunuz ile birlikte yapabileceklerinize dair bazı önerileri aşağıda bulabilirsiniz.

PDR BÜLTENİ

Anaokulu | İlkokul | Ortaokul | Lise

Yaz tatili, bir yıl süresince yeni bilgi ve beceriler edinmiş, performans göstermiş olan öğrenciler için dinlenme fırsatıdır. Tatil başladığında öncelikle, geçirdiğimiz yılı değerlendirmek üzere çocuğunuzla gösterdiği çabadan, sorumluluklarını yerine getirip getirmediğinden, bunların sebeplerinden, duygu ve düşüncelerinden ve geleceğe yönelik yeni hedef ve kararlardan konuşabilirsiniz.

Bu noktada çocuklarımızla karne hakkında konuşmaya öncelikle iyi olan derslerinden başlamalı ve başarısını takdir etmeliyiz. Başardığı şeyin gerçekten önemli olduğunu vurgulamalı ve “Başarılı olma kapasiten olduğu bu notlarından anlaşılıyor.” mesajını vermeliyiz. Daha sonra beklentilerimizin altında kalan dersler hakkında konuşmaya başlamalıyız. Böylece çözüm odaklı bir yaklaşım sergilemiş ve olumlu olana odaklandığımızı çocuğumuza hissettirmiş oluruz.

Çocuklar tatil süreci içinde de bir düzene, plana ihtiyaç duyar. Bu planlama yapılırken mutlaka onların da görüşleri dikkate alınmalıdır. Önemsendiklerini bilmek hem onların düzene sadık kalmalarına hem de değerli hissetmelerine katkı sağlar.

Yapacağınız planın gezme, eğlenme, doğayla iç içe olma, oyun, kitap okuma ve sanat, spor alanlarında çocuğun ilgisi ve yeteneği olan bir konuda hobi edinme gibi etkinlikleri içermesi önerilmektedir. Aynı zamanda yıl boyunca öğrenilenlerin unutulmaması ve yeni dönemde derslere uyumda zorlanılmaması açısından, ağır olmayan bir program çocuklara yol gösterici olabilir ve öğrenme motivasyonlarını destekleyebilir.



PDR BÜLTENİ

Anaokulu | İlkokul | Ortaokul | Lise

Teknoloji kullanımı, çocukların pasif kalmasına neden olabildiğinden, onlarla yapacağımız anlaşmayla, bu kullanımı sınırlandırmalı, bunların yerine aktif ve üretken olabilecekleri uğraşlar sunmalıyız.

Yaz okullarının programlarını inceleyerek çocuğunuzun ilgisine göre bir aktiviteden faydalanmasını sağlayabilirsiniz. Bunun gibi grup çalışmalarının yapıldığı ortamlar çocukların sosyal becerilerini ve duygusal zekâlarını geliştirmelerine katkı sağlar.

Ailecek güzel bir tatil geçirmenizi diliyoruz.



PDR BÜLTENİ

Anaokulu | İlkokul | Ortaokul | Lise

TATİLE GİRERKEN



Lise

Uzun bir tatil için öğrencilerin beklediği güne, karne almaya geri sayım başladı. Resmi tatiller, ara tatiller ya da kışın dört gözle beklenen kar tatilleri yeterli değildir öğrenci için. Sadece yaz tatilini tatil olarak düşünürler çünkü; kesintisiz, dolu dolu dinlenerek geçirileceğini hayal ettikleri bir “yaz” dır onlar için asıl tatil. Bu hayallerle yaklaşan tatilin bir de karne gerçeği vardır tabi ki. Bazı öğrencilerde ailelerin de beklentilerini karşılayarak bir karneyi hak etmenin hafifliği varken bazı öğrenciler için durum tam tersidir.

PDR BÜLTENİ

Anaokulu | İlkokul | Ortaokul | Lise

Günlük hayatımızda sürekli olarak önemli olanın hayat başarısı ve iyi bir insan olmasıdır deriz. Karnede ki notları gördüğümüzde ise bu söylemlerin yerini başarısızın genellemeleri alır ve beraberinde de tatili çocuk için cezaya çeviren yaptırımlar gelir. Aslında dönem sonunda toplu olarak görülen not ortalamaları ebeveynleri şaşırtmamalı. Dönem boyunca nasıl bir karnenin geleceği okulla iletişim halinde olan bir veli için sürpriz olmayacaktır.

Ebeveyn olarak yapılan en büyük hata sadece sonuca odaklanılıp sürecin değerlendirilmemesidir. Öğrencinin dönem içerisinde başarısızlığına neden olan etmenlerin üzerinde durulması oldukça önemlidir. Ön ergenlik ve ergenlik dönemlerinde öğrencilerin önceki okul başarılarını devam ettirememesinin nedenlerinden biri de bu dönemin genel özellikleridir diyebiliriz. Aynı zamanda arkadaş ilişkileri, yeni okul ortamları, aile içi sorunlar da okul başarısını etkileyen diğer önemli etkenler arasındadır.

Dış faktörler dışında okul başarısızlığı öğrencide zamanında ailesinin desteği ile oluşturamadığı sorumluluk bilincinin olmaması, hedef belirleyememesi, bilgisayar – cep telefonu gibi ders çalışmasını engelleyecek alışkanlıklarının olmasından kaynaklanabilir. Eğitim dönemi içerisinde okul-aile işbirliği aslında bu noktada önem teşkil etmektedir. Okulda takip edilen öğrenci evde aynı takibi hissetmiyorsa başarıyı yakalamak neredeyse imkansızdır.



PDR BÜLTENİ

Anaokulu | İlkokul | Ortaokul | Lise

Tüm imkanları sınırsız sunarak, ya da yaptığı her yanlış davranışı ergenlik diyerek geçiştiriyorsak en önemlisi de sorumluluk vermiyorsak çocuklarımızın elinden yavaş yavaş geleceklerini alıyoruz demektir. Her fırsatta uzmanların vurguladığı küçük yaşta sorumluluk almanın öğretilmesi ve hazzın ertelenmesi (bir oyuncak istediğinde hemen almak yerine belirli bir tarih verip o tarihte almak) sağlıklı birey gelişiminde en önemli iki durumdur.

Velilere Öneriler:

- Karnenin sadece o eğitim - öğretim dönemi içerisinde öğrencinin belirli ders konularındaki başarısını gösteren not çizelgesi olduğunu unutmamak gerekir. Başarısız olunan derslerde nedenler üzerinde hep birlikte konuşarak çözüm yolları bulmaya çalışın.
- Çocuğunuza her ne olursa olsun onu koşulsuz sevdiğinizi hissettirin.
- Karnesini sizin değil onun değerlendirmesine izin verin.
- Davranış notlarının da sizin için çok önemli olduğunu vurgulayın.
- Başarılı bir karne için ödüllendirmeyin. Öğrenci olarak derslerinde başarılı olmanın onun sorumluluğu olduğu öğretmek, sadece ödülle başarılı olacak bir çocuk yetiştirmenizin önüne geçecektir.
- Yapılacak en büyük hatalardan biri ise çocuğunuzu başkaları ile kıyaslamak olacaktır. Ne kendi çocukluğunuzla ne de arkadaşları ya da akraba çocukları ile karşılaştırma yapmayın.
- Asla suçlayıcı konuşmayın. **“sen” dili** kullanmamaya özen gösterin.
- Çocuğunuzu sadece rakamlardan oluşan çizelgeye bakarak **ETİKETLEMİYİN**.



PDR BÜLTENİ

Anaokulu | İlkokul | Ortaokul | Lise

TED İzmir Koleji PDR Birimi İletişim Bilgileri

Anaokulu ve İlkokul 1. Sınıflar Okul Psikolojik Danışmanı ve Rehberlik Birimi

Gizem Şen

E-posta : gizem.sen@tedizmir.k12.tr

Dahili No : 118

İlkokul Psikolojik Danışmanı

İlayda Özpolat

E-posta : ilayda.ozpolat@tedizmir.k12.tr

Dahili No:139

Ortaokul Psikolojik Danışmanı

Ecem Özaltın

E-posta : ecem.sarp@tedizmir.k12.tr

Dahili No : 154

Lise Hazırlık, 9. ve 10.Sınıflar Okul Psikolojik Danışmanı

Arzu Hacıoğlu

E-posta : arzu.hacioglu@tedizmir.k12.tr

Dahili no : 113

Lise 11. ve 12. Sınıflar Okul Psikolojik Danışmanı

Veda Önsoy

E-posta : veda.onsoy@tedizmir.k12.tr

Dahili No:155