

2016

2017

YAZ TATİLİ REHBERİ



**PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK
VE REHBERLİK BİRİMİ**

SEVGİLİ ÖĞRENCİLER; YAZ TATİLİ YAKLAŞIRKEN...

2016-2017 eğitim öğretim yılını 09 Haziran Cuma günü tamamlayacağız. Öğrencimizin notları ne şekilde olursa yoğun ve yorucu bir dönem sonrası dinlenmeye ve tatili verimli geçirmeye ihtiyaçları olacaktır. Bu süreçte öğrencilerimizin kendilerine zaman ayırarak tatilin tadını çıkarmaları ama bir dönem boyunca yapılan çalışmalarını unutmamaları içinde tekrarlar yapmaları önemlidir.

Uzun bir yaz tatil sizleri bekliyor. Elbette dinleneceksiniz, arkadaşlarınız ve ailenizle vakit geçireceksiniz. Ama sadece dinlenmek ve eğlenmek de sıkıcı olabilir. Tatili hem dinlenme ve eğlenme hem de kendinizi geliştirme fırsatı olarak görebilirsiniz.

İşte tatilinizi değerlendirme ile ilgili birkaç öneri:

KİTAP OKUYUN: Her gün düzenli olarak kitap okumanız algılama yeteneğinizin gelişmesine, duygu ve düşüncelerinizi rahat ifade etmenize, bilgi ve kelime hazinenizin gelişmesine, hayal dünyanın çeşitlenmesine yardımcı olur. Kitabınızı istediğiniz yere götürebilirsiniz. Her yerde plajda, arabada, evde kitaplar okunmak için sizi bekler. Yeni ve eğlenceli dünyalar tanımanız için kitaplar sizi bekler.

TEKRAR PROGRAMI YAPIN: Geçmiş senelerin konularını tekrar etmeniz, önümüzdeki yıl daha başarılı olmanızı sağlar. Tekrar edilen bilgiler daha kalıcı olur ve geç unutulur. * Günde 1,5 saatlik konu tekrarları yapmanızı ve yaz ödevlerinde yer alan soruları çözmeye zaman ayırmanızı diliyoruz...

SPOR KURSLARINA YA DA ETKİNLİKLERE KATILIN: spor yapmak hem sağlık açısından, hem vücudumuzun formda olması açısından hem de sosyal ilişkilerimizi geliştirmek için mükemmel bir fırsat olacaktır. Bütün kış çalıştınız ve derslerden spora zaman bulamadınız..Artık yaz tatilinde istediğiniz sporu(tehlikeli olmamak koşuluyla) yapabilirsiniz..Futbol, basketbol, yüzme, tenis.....

BİR MÜZİK ALETİ ÇALMAYI ÖĞRENİN: Müziğe ilgisi ya da yeteneği olanlar böyle kurslara yazılıp bir müzik aleti çalmayı öğrenebilirler.

RESİM YAPIN: Resim yapmak insanın zihnini dinlendiren etkinliklerden biridir. Aynı zamanda hayal gücünüzü ve yaratıcılığınızı ve el becerinizi geliştirir.

BİR YARDIM KURULUŞUNDA GÖNÜLLÜ OLARAK ÇALIŞIN: İnsanları karşılıksız mutlu etmek sizin de mutlu olmanızı sağlar.

ÇALIŞMA HAYATINA ADIM ATIN: Yaz tatilleri bazı öğrenciler için harçlıklarını artırma zamanıdır. Annelerinizin babalarınızın çalışma hayatında karşılaştıkları zorlukları görüp onları daha iyi anlayabilirsiniz.

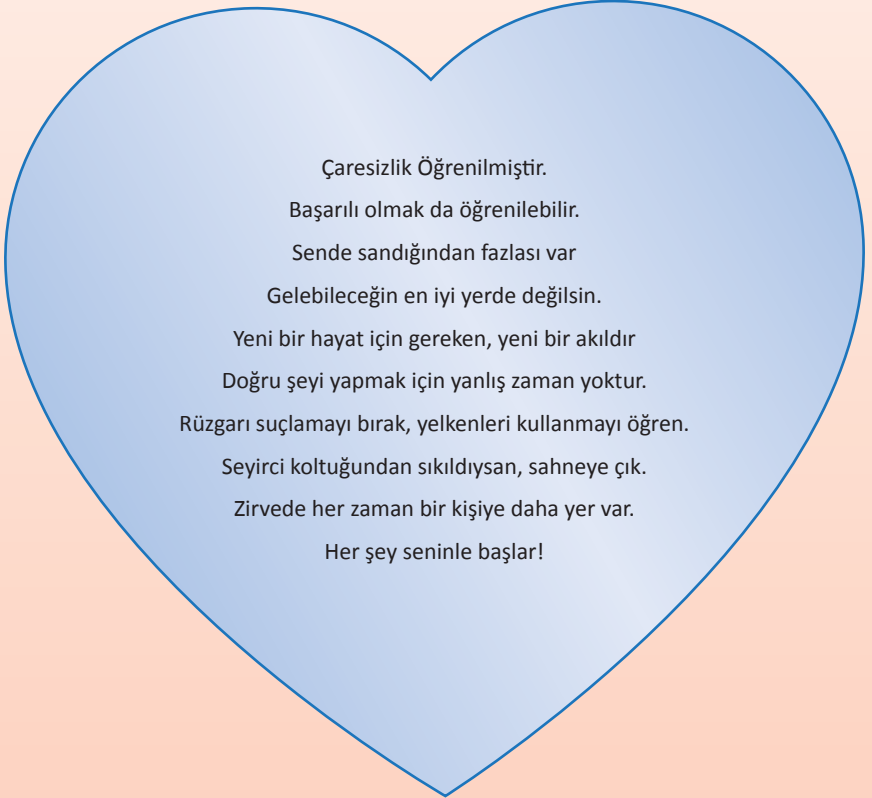
SERĞİ, TİYATRO, KONSER VB.. ETKİNLİKLERDEN YARARLANIN: Bu tür etkinliklere katılmak sosyal yönünüzü geliştirir, beğeni kalitenizi de yükseltir.

DİL ÖĞRENİN: Dil kurlarına yazılıp mevcut yabancı dilinizi geliştirebilir ya da yeni bir dil öğrenmeye adım atabilirsiniz.Hatta imkanları olanlar yurtdışındaki dil okullarından yararlanabilirler.

BİLGİSAYARIN KARŞISINDA KENDİNİZİ KAYBETMEYİN!!!!!!

Bill Gates bile kızının bilgisayar karşısında geçen vaktini kısıtlayarak günde 2 saate indirmiştir. (sadece tatil günleri) Bilgisayarın karşısında bilinçsizce geçirilen vakit sağlığınız için son derece zararlı. Bilgisayar sosyal ilişkilerinizi de zayıflatır.

HEPİNİZE SAĞLIKLI VE MUTLU BİR TATİL DİLİYORUM.



ÖĞRENCİLERİMİZE YAZ TATİLİ İÇİN BAZI ÖNERİLER:

1. Konu tekrarı yapmak:

İnsan öğrendiklerinin %75'ini bir hafta içerisinde, %66'sını bir gün içerisinde, %54'ünü de bir saat içerisinde unutulur. Unutmayı önlemenin en iyi yolu tekrardır.

Öğrencilerin, geçmiş konularla ilgili eksiklerini gidermeleri için genel tekrara ağırlık vermeleri önemlidir.

2. Eksik kalan konuları tamamlamak:

Konu eksikliği fazla olan öğrenciler, tatilde önceliği eksik konularını tamamlamaya ayırmalıdır. Eksik bilgiler, yeni bilgilerin tam ve bilinçli olarak öğrenilmesini engellediğinden bu eksik bilgilerin üzerine yapılan yeni öğrenmeler verimli sonuçlar vermez.

3. Çalışılmasına rağmen zayıf olunan derslere ya da konulara yoğunlaşmak:

Öğrenci tatil döneminde en çok zorlandığı konulara ağırlık vermelidir. Örneğin matematikten çok fazla eksikliği olan öğrencinin tatil döneminde bu derse daha fazla vakit ayırarak eksiklerini gidermesi gerekmektedir.

4. Yeni konulara çalışmak:

Konu eksikliği olmayan ve çalıştığı konulardan çok az soru kaçıran öğrenciler, yeni konulara çalışabilirler.

5. YGS ve LYS öncesi konu eksiği tamamlamak:

12. sınıfa geçen öğrencilerin YGS konularıyla ilgili eksiklerini tamamlamaları, dönem içerisinde LYS konularına daha çok vakit ayırmalarını sağlayacaktır. Eksiklerini tamamlayan öğrenciler; daha fazla soru çözecek, çıkmış soruları analiz edecek, netlerini artıracaklardır.

6. Kitap okumak: Tatiller, öğrencilerin hem eksiklerini tamamlamalarını hem de yeni şeyler keşfederek kişisel gelişimlerine katkıda bulunmalarını sağlayan zamanlardır. Kişisel gelişimde en etkili gelişim aracı kitaptır. Kitabın başarıyla ilişkisi doğru orantılıdır. Bu sebeple kitap okumaya karşı ilgisi olmayan öğrencilerin kalıcı başarıları yakalamakta zorluk çekmesi bilinen bir gerçektir.

Tatilde kitap okumak; kitap okuma alışkanlığı olmayan öğrencilerin bu alışkanlığı kazanmaları ve kitap okumanın keyfini yaşamaları açısından bulunmaz bir fırsattır.

Tüm planlamaların ardından öğrencilerin aklına şu soru gelebilir:

Peki, tatil demek yoğunluklu olarak ders çalışmak, tekrar yapmak ve kitap okumak mı demektir? Tabii ki hayır. Senenin yorgunluğunun atılması, beden ve zihnin dinlenmesi, rahatlaması da gerekmektedir. Okul olmadığından farklı aktivitelere ayıracak vaktiniz çok olacaktır.

Bu sebeple tatil programınıza keyif alacağınız sosyal aktiviteleri de eklemeniz önemlidir.

VELİLERİMİZE ÖNERİLER

1. Planlarınızı Paylaşın: Düzenli olarak yaptığınız aile toplantılarında, çocuğunuza model rolünde bir ebeveyn olarak kendi planlarınızdan bahsedin. Aktiviteler planlaması için yardımcı olun ve ders çalışma programının aralarına aile toplantıları koyun.

2. Kitap Okuma Saatlerinin Kaydını Tutun: Yatay ekseninde haftanın günlerinin yazılı olduğu bur grafik tutarak çocuğunuzu okuma konusunda motive edebilirsiniz. Çocuğunuzun en sevdiği kitaptan her akşam kaç sayfa okuyacağı konusunda hedef belirlenmesini sağlayın ve grafiği nasıl işaretlemesinin gerektiğini öğretin. Bu şekilde her gün okuduğu sayfa sayısının arttığını göreceksiniz ve daha da önemlisi çocuğunuza bu ilerlemesinden dolayı övdüğünüz zaman yüzündeki ışıltıyı sizde fark edeceksiniz.

3. Problemlerine Yardımcı Olun (Sorunlarıyla İlgilenin): Çocuğunuzun okulda sürekli tekrar eden bir problemi olduğunda, çocuğunuzun öğretmeniyle konuşun ve problemi çözmek için planlar yapın. Buna rağmen sorun hâlâ devam ediyorsa, çözülmemişse ilerlemesine engel olan belirli bir öğrenme problemi olup olmadığını anlamak için bir test uygulayın.

4. Dinlenme Metodlarını Öğretin: Eğer çocuğunuz sınav olurken panikliyorsa, ona küçük bir dinlenme, rahatlatma tekniği öğretin. Önce, karnından yavaş ve rahat nefes almasını söyleyin. Daha sonra, nefesini verirken fısıltıyla D-İ-N-L-E-N demesini söyleyin. Çocuğunuza gerginliği ve vesveseleri arttığında bu yeni metodu uygulaması için cesaretlendirin. Bunu aynı zamanda siz de uygulayabilirsiniz.

5. Sınavlarda Kendime Güvenmesi Gerektiğinin Tahşidatını Yapın: Bazı çocuklar herhangi bir sınava tam olarak hazır olduklarını hissetmek için aşırı çalışma ihtiyacı duyarlar. Eğer sizin çocuğunuzda bu kategorideki çocuklardan biriye, sınav gününden günlerce önce tekrar etmesini sağlayan, makul bir ders planı hazırlamasına yardımcı olun. Çocuğunuzun kendine güvenini kuvvetlendirecek uygulama sınavlarına girmesini sağlayın.

6. "Araştır, Sor, Oku, Anlat, Tekrar et" Metodunu Çalışma Aracı Olarak Kullanın: Sayısal sözel veya herhangi bir ders ile alakalı bir konuya çalışmaya başlamadan önce, çocuğunuza önce o konunun genel olarak ne hakkında olduğunu anlaması için araştırması gerektiğini, daha sonra konudaki başlıklar hakkında kendi kendine sorular üretmesi gerektiğini, bir sonraki aşmada bu sorulara verilen cevapları okumasını, daha sonra verilen bu cevapları kendi kendine anlatmasını ve en son olarak da bütün öğrendiklerini tekrar etmesi gerektiğini öğretin veya sağlayın.

7. Televizyon İzleme Vaktini Sınırlayın: Çocuğunuzun her hafta kaç saatini TV önünde geçireceğine karar verin. TV rehberinden, programları ve showları çocuğunuzun önceden seçmesini sağlayın. Uygun zamanlarda tekrar izletmek için özel programlar kaydedin.

8. Aile Olarak TV'den Uzak Kalmayı Planlayınız: Yılda bir hafta TV izlemeyin. Bu süre daha zevkli işlerin yapılmasına ve yeni şeylerin öğrenilmesine vesile olabilir.

YAZIN YAPILACAK 10 EĞLECELİ AKTİVİTE

YAZ İÇİN YAPTIĞIMIZ BİR ÇOK PLANI GERÇEKLEŞTİREMİYORUZ. BUNUNLA BİRLİKTE SÜREKLİ EVDE OTURUYORUZ. PEKİ EVDE OTURMAYIP BU AKTİVİTELERİ YAPSAK?



1- Festivale gidin (Bu yıl istanbul pek çok festivale ev sahipliği yapacak. İçlerinden hem gönlünüze hem de bütçenize uygun olanlardan birini seçip, yazın başlangıcını yapabilirsiniz. Üstelik içlerinde ücretsiz olanları bile var!

2- Deniz yoksa havuz var! Eğer tatile gidemiyorsan, ailenle ya da arkadaşlarında havuza gidip yazın keyfini doya doya çıkarabilirsin.

3- Bu yaz zamansızlıktan tatile gidemiyorsanız, en yakın plaj yolunu kendinize tatil mekanı yapmanızda fayda var.

4- Ne demiş ünlü düşünür Harun Tekin; "biraz şans ve bir bisiklet" ee o zaman bas pedala!

5- Havalarda gecikmeli de olsa ısınıyor, kendin pişir kendin ye sezonu açılıyor. Arkadaşlarınız ya da aileniz ile birlikte bahçede- balkonda ufak bir mangal partisi vermeye ne dersiniz?



6- Macerayı kim sevmez? Mesela bir hafta sonu ufak bir kaçamak ile kamp ruhunu bünyelere yükleyebilirsiniz.

7- Hazır biz İstanbullular için Caddebostan çimlere yayılma sezonu açılmışken bunu bir piknikle kutlayabiliriz.!



8- Biraz tabletlerden telefonlardan uzaklaşıp, doğayla bir araya gelsek fena olmaz mı? Mesela balık tutsak?



9- Bir ağaç altı hayal edin, elinizde kitabınız, kahveniz... Ufak bir rica kitabın kapağını çekip, içini okumamazlık yapmayalım olur mu?

10- Hepimiz fotoğraf çekmeye bayılıyoruz o halde neden hafta sonları bunu keyifli bir etkin haline getirmiyoruz? Doğa, deniz, manzara, portre seç, beğen, çek!

YAZ TATİLİNDE GİDİLEBİLECEK KONSERLER

ATHENA

16 HAZİRAN 2017
21:15 / HARBİYE
CEMİL TOPUZLU AÇIK
HAVA SAHNESİ



CAN BONOMO

17 HAZİRAN 2017 / 20:00 / IF PERFORMANCE HALL BEŞİKTAŞ

1. Kategori - 44.00 TL



ŞEBNEM FERAH

17 HAZİRAN 2017 / 21:15 / HARBİYE CEMİL TOPUZLU AÇIK HAVA SAHNESİ

1. Kategori - 209.00 TL
2. Kategori - 187.00 TL
3. Kategori - 176.00 TL
4. Kategori - 143.00 TL
5. Kategori - 110.00 TL
6. Kategori - 93.50 TL
7. Kategori - 71.50 TL
8. Kategori - 49.50 TL



EN FARKLI YAZ ETKİNLİKLERİ

1.Sabancı Üniversitesi Lise Yaz Okulu

Lise öğrencilerine yönelik bir program olan Sabancı Üniversitesi Lise Yaz Okulu, onların çok kültürlü bir ortamda üniversite hayatı deneyimi kazanmalarına yardımcı olmayı amaçlar. 2011 yılından beri sürdürülen programa dört binden fazla öğrenci katılmıştır. 2 haftalık 2 dönem halinde düzenlenen Lise Yaz Okulu'nda öğrenciler, doğa bilimleri ve mühendislik, sosyal bilimler, sanat, yönetim, yabancı diller ve kişisel gelişim dahil olmak üzere 40'tan fazla üniversite dersi arasında seçim yapabilirler. Öğrenciler iki hafta süre ile hafta içi her gün kayıt oldukları dersler için eğitim alırlar. Ders dışı spor, sanat, kültür ve eğlence etkinlikleriyle zenginleştirilen programda öğrenciler, unutamayacakları bir tatil yaşarken ufuklarını genişletme şansı da yakalamaktadırlar. Tüm öğrenciler program süresince üniversitenin bilgi merkezi, spor salonu vb. sportif ve kültürel olanaklarından ücretsiz yararlanma hakkına sahiptir.

Bu uluslararası programa, sadece Türkiye'den değil Amerika Birleşik Devletleri, Almanya, Azerbaycan, Birleşik Arap Emirlikleri, İrlanda, İngiltere, Suudi Arabistan ve Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyeti'nden de öğrenciler katılmaktadır.

Kimler Başvurabilir?

Sabancı Üniversitesi Lise Yaz Okuluna her sınıftan lise öğrencisi başvurabilir.

Nerede Konaklayacağım?

Öğrenciler, katıldıkları dönem boyunca Sabancı Üniversitesi kampüsünde konaklarlar.

Ücretler

Aday kendi tercihine göre, dönemlerden birine veya her ikisine başvurabilir. Her dönem en fazla 3 ders seçebilir. Ders başına ücret 950 TL'dir.

Lise Yaz Okulunda tüm adaylar Sabancı Üniversitesi Kampüsünde kalmak zorundadır, dönem başına yemek ve konaklama 950 TL'dir.

2. Avrupa Gönüllü Hizmeti



Avrupa Gönüllü Hizmeti, istediğiniz bir AB ülkesinde sosyal içerikli bir projede 2-12 aylık süreler dahilinde yer almanızı sağlayan bir faaliyettir. Temel düzeyde dil eğitimi de (% 5) içeren Avrupa Gönüllü Hizmeti 17-30 yaş arasındaki tüm gençlerimize açıktır. Avrupa Gönüllü Hizmetinin (AGH) amacı, Avrupa Birliği'nin içinde ve dışında çeşitli şekillerdeki gönüllü faaliyetlere gençlerin katılımını desteklemektir. Bu Eylem kapsamında gençler, bireysel olarak ya da gruplar halinde kâr amacı gütmeyen, ücretsiz faaliyetlerde yer alırlar.

3. 2017 Nesin Matematik Köyü Lise Matematik Yazokulları

Nesin Matematik Köyü`nde 12 Haziran - 17 Eylül 2017 arasında lise öğrencileri ve öğretmenleri için her biri ikişer haftalık 7 yazokulu gerçekleştirilecektir. Programlar ikişer haftalıktır, tek hafta katılım kabul edilmez. Mücbir nedenler dışında, dönemin başlangıç tarihinden bir gün önce (bir pazar günü) Köy'e gelinir ve bitiş tarihinde (tam iki hafta sonra, gene bir pazar günü) Köy'den ayrılırlar. Perşembe tatil günümüzdür; bu günlerde isteyenler topluca bir yere gider (Efes harabeleri, tekne gezisi, Milli Park gibi). Her ders aşağı yukarı 2 saat sürer. Günde dört ders vardır; yani öğrenciler her gün 8 saat derse girmek zorundadır. (Başlangıçta 8 saat matematik çok gelebilir ama kısa zamanda alıacaksınız.) Haftada üç dört akşam da bir ya da iki saatlik etüt vardır. Her öğrenci dönüşümlü olarak bulaşık, yemeğe yardım, bahçe, temizlik gibi Köy'ün gündelik bir işinde çalışanlara yardım eder. Bu işler günde ortalama bir saati bulur. Anne ve babaların çocuklarının Matematik Köyü'ne



gitmeleri için ısrar etmeleri anlaşılır ama kendilerinden bu ısrarlarında ölçülü olmalarını rica ediyoruz. Zorla güzellik olmadığı gibi matematik de olmuyor. Gençlere şunu söyleyebiliriz ama: Yaz sıcaklığında günde 8 saat matematiğe ve köyün temizlik gibi gündelik işlerine ayırdıkları zamana rağmen, gelen öğrencilerin %99 gibi ezici bir çoğunluğu Köy'den üzülmeye, hatta gözyaşlarıyla ayrılıyorlar. Hayatlarının en güzel iki haftası Köy'de geçiyor.

TATİL YERİ ÖNERİLERİ

OLİMPOS, ANTALYA



Antalya denilince ilk akla gelen yerler genelde 5 yıldızlı otellerin olduğu Kaş, Kemer ve Belek gibi tatil bölgeleri olsa da özellikle müzik festivalleri, üniversite kulüplerinin yoğun ilgisi ve kesinlikle harika bir doğaya sahip olmasından dolayı, Olımpos ideal bir tatil bölgesi. Kaybedenler Kulübü isimli filmi izleyenler bilir, Olımpos inzivaya çekilmek isteyenlere de eğlenmek isteyenlere de çeşitli alternatifler sunuyor. Tahta evleri ile ünlü olan bölgede oteller de bulunuyor. Tarihi

Likya bölgesinde bulunan Olımpos Antik Kenti'nde geçmişı milattan önceye kadar uzanan kalıntılar görebilirsiniz. Pırıl pırıl Ceneviz Koyu yüzmek için iyi bir alternatif, ama ben size caretta caretaların da olduğu Çıralı'da yüzmeyi tavsiye ediyoruz.

ASSOS, ÇANAĞKALE



Tarihle ilgilenenler için Assos Antik Kenti, Assos Athena Tapınağı, Assos Antik Liman ve Behramkale Köprüsü gibi tarihe tanıklık edebilecekleri çok sayıda yer sunan Assos, ayrıca deniz tatili için de gençler tarafından tercih edilen bir yerdir. Kadırğa Koyu adı verilen bölgede deniz daha iyi olduğundan dolayı birçok otel de yapılmıştır. Yemek için bir yerlere gitmek isterseniz Antik Liman civarında çok sayıda restoran bulunuyor. Özellikle yaz aylarında

kalabalık olan Assos'ta denizin maviliğı ve şehrin antik yapısı tatilinizi unutulmaz kılacaktır.

KIBRIS'I TANIMAK İÇİN BÜYÜK BİR FIRSAT

Çocuklarla beraber bir yurtdışı tatili zahmetli geliyorsa, Kıbrıs hem ülkemize nazaran daha sıcak havası ve farklı ortamı ile güzel bir seçim olabilir. Ancak yine de sezonun denize girmeye müsait olmadığını bilmeniz de yarar var.

YAZ TATİLİ İÇİN OKUNABİLECEK ŞAHANE KİTAP TAVSİYELERİ 😊

**FARELER VE
İNSANLAR**
JOHN STEINBECK

OD
İSKENDER PALA

KÜÇÜK PRENS
ANTOİNE
DE SAİNTEXUPÉRY

ÇALIKUŞU
REŞAT NURİ GÜNTEKİN

**KÜRK MANTOLU
MADONNA**
SABAHATTİN ALİ

İNCİR KUŞLARI
SİNAN AKYÜZ

YAZ TATİLİ İÇİN İZLEYEBİLECEĞİNİZ ŞAHANE FİLM ÖNERİLERİ

I AM SAM



Pİ'NİN YAŞAMI



P.K



KORO



Şahane bir yıl geçirdik. Çalıştık, çabaladık ve dinlenmeyi hak ettik. O yüzden bolca eğlenin. Tatil süresince en az bir kere ailece sinemaya veya tiyatroya gidin. Tatil süresince ekranlarınızla değil, akranlarınızla vakit geçirin. Birbirinizi mutlaka arayın. Ülkesini bilmeyen ülkesini sevemez. Ülkesini gezmeyen de ülkesini bilemez. Bu yüzden seyahate çıkarsanız ve mümkünse ailece gidiniz. Tatilde il dışına çıkarsanız gittiğiniz, gezdiğiniz yerlerin tarihi, turistik ve doğal güzelliklerini mutlaka fotoğraflayın.

Ailenizle birlikte olduğunuz saatlerde zamanı birlikte geçirin. Aranıza TV, tablet, cep telefonu, bilgisayar oyunu gibi yabancıların girmesine izin vermeyin. Vücudumuzun beslenmesi için annemizin yemeklerini, ruhumuzun beslenmesi için kitap okumayı asla ihmal etmeyelim. Büyük anneniz, büyük babanız, dedeniz, babaanneniz hayattaysa mutlaka ziyaret edin. Ellerini öpün. Benim de selamlarımı iletin, uzun ömürler dilerim. Deli gibi eğlenin, gülün, koşun, oynayın. Numaram hepinizde var. Beni aramak için sebebe ihtiyacınız yok. Sesinizi duymayı her zaman isterim. Canınız ne zaman isterse beni arayabilirsiniz. Sadece bir telefon kadar uzakta olacağım.

REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK BİRİMİ
ELİF KARAPINAR



GÖKYÜZÜ
EĞİTİM KURUMLARI

"Yıldızlar Gökyüzünde Parlar" ★



444 70 88

Esenkent Mah. Nadire Cad. No:57 Maltepe/İSTANBUL

🌐 www.gokyuzu.com.tr

📱 [#GokyuzuKoleji](#)