



HALİTPAŞA İLK VE ORTAOKULU



Psikolojik
Danışmanlık ve
Rehberlik

PDR GAZETESİ



Ocak 2024

Çocukların Gelişim Dönemi Özellikleri



Büyüme; boy, kilo ve iç organların yapısında ve büyüklüğünde meydana gelen değişimlerdir.

Gelişim ise büyüme, olgunlaşma gibi biyolojik faktörleri ve öğrenme gibi çevresel faktörleri içine alan, doğum öncesi dönemden ölüme kadar devam eden bir süreçtir.

Çocukluk ve ergenlik dönemi gelişim özellikleri nelerdir? Yazının devamı sayfa 2'de

Duygularımız



Duygu, kişinin dış dünyadaki bir duruma veya bir nesneye karşı iç dünyasında oluşan bir tepkileri ve bu tepkilerin dışa vurumu da olan gözlenebilir davranışlarıdır. Yazımızın devamı sayfa 4'te



Bu ayki film tavsiyemiz
"Dostluğun Gücü"
izlemeden önce film hakkında bilgi sahibi olmak isterseniz yazımız sayfa 6'da...

Bi' Meslek

MOBİL UYGULAMA
GELİŞTİRİCİSİ
Bu mesleği daha önce duymuş
muydunuz? Sizin için
araştırdık.
Sayfa 7'de



@halitpasa_ilkortaokulu
Yusufeli Halitpaşa
<https://halitpasa.meb.k12.tr/>

İkinci Çocukluk (İlkokul) Dönemi (7-11 yaş)

Çocuğun aile ortamından çıkıp dış dünya ile daha içice olduğu dönemdir. Bu dönemin başlangıcı ilkokula yeni başlama, son yılları ise çocuğun ergenlik dönemine girmeye başlaması açısından son derece önemlidir. Çocukta bu dönemde:

- Mantıklı düşünme başlar.
- Ben merkezilik azalır.
- Yaşıtları önem kazanır.
- Bellek ve dil becerileri artar.
- Bilişsel becerileri artar.
- Fiziksel gelişme durağanlaşmıştır.
- Benlik kavramı gelişimi, benlik yapısını geliştirir.
- Güç ve sportif beceriler artar.

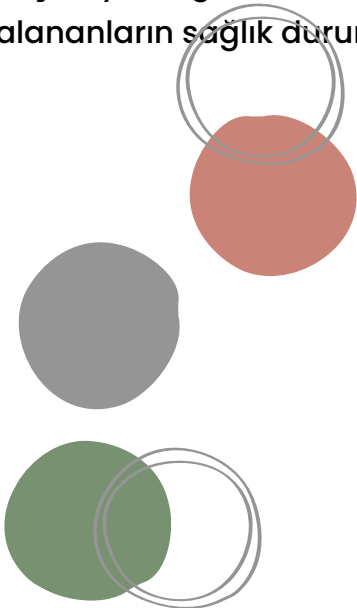


Çocuk, okulda hayatı boyunca ihtiyaç duyacağı okuma-yazma ve hesap becerilerini edinmeye başlar. Çocuk bu becerilere dayanarak ileriki yaşlarda karmaşık problemleri çözebilir hale gelecektir. Gündelik yaşamda olup bitenler çocuğun ilgisini çekmeye başlamıştır. Ülkelerinde ve dünyada olup bitenler ile ilgili fikir beyan etmeye başlar.

Çocukta zihinsel gelişim soyut işlemlere hazırlanmaya başlamıştır. Okul öncesi dönemde temelleri atılan vicdan gelişiminin başlaması bu dönemde değerlerin, tercihlerin ve tutumların belirginleşmesi şeklinde devam eder.

Çocuğun konuşma yeteneği ve kelime hazinesi oldukça gelişmiştir. Bu dönemde kız ve erkek çocuklar kendi aralarında gruplaşarak oynamayı tercih eder. Bir yandan arkadaşlarıyla bir arada olmaktan hoşlanırken diğer yandan grup içinde sivrilmeye, üstünlüğünü kanıtlama çabası vardır.

İlkokulun ilk yıllarında görülen büyümedeki yavaşlama 10 yaşına doğru vücut biyokimyasındaki farklılaşmaya bağlı olarak hızlanır. Çocukların bu dönemde sağlıkları genellikle iyidir. Önceleri çok hastalananların sağlık durumu bu dönemde düzelmiştir.



Ergenlik Dönemi (12-18 yaş)

Ergenlik dönemi, bedensel değişikliklerin yaşandığı bir dönemdir. Çocukluk döneminde kısmen yavaşlayan bedensel büyüme ve gelişme, ergenlik döneminde yeniden hızlanarak bu dönemin sonunda yetişkinlikteki yapısına ulaşır. Gencin beden oranları değişmeye başlamıştır. Bu değişim yüzünden genç biraz sakarlaşabilir, değişen bu oranlara uyum sağlayabilmesi için biraz zamana ihtiyacı vardır. Ergenin bu dönemde:

- Fiziksel değişimi hızlıdır.
- Üreme olgunluğu oluşmaya başlar.
- Kimlik arayışına odaklanmıştır.
- Yaşlıları, benliğinin gelişmesine ve onu test etmesine yardımcı olur.
- Soyut düşünme ve bilimsel sorgulama gelişir.
- Ergen benmerkezciliği bazı davranışlarda sürdürür.



Ergenlik dönemi, genç için çalkantılı bir dönemdir. Bu dönemde bireyin kişiler arası ilişkileri gelişir, artar ve nitelik değiştirir. Artık çocuk değildir. Sosyal ilişki kurma becerisi artmaya başlamıştır. Toplum içinde kendi başına girişimlerde bulunabilir.

Gençler ne yetişkin ne de çocuk olarak kabul edildikleri bu geçiş döneminde uyum sağlamakta güçlük çekerler. Kimlik arayışına giren genç bu dönemden ya kimliğini kazanmış olarak ya da kimlik kargaşası ile çıkar. Yine bu dönemde genç, gelecekteki işi için belirlemeler yapmak durumundadır.

Hayatı boyunca nasıl bir iş yapmayı ummaktadır? Bu karar aşaması gencin bir anlamda geleceğini de belirleyecektir. Başka bir deyişle hangi okulda okuyacağını belirlemesi demektir.

Vicdan gelişimi bu dönemde birtakım temel değer yargılarının gelişmesi biçimini alır. Hayatta neye değer verdiğini belirler. İdeolojik düşüncelerin yoğunlaşması bu gelişim döneminin bir görüntüsüdür. Değer sistemi geliştirme ve sosyal gelişimle bağlantılı olarak ergen artık yetişkin toplumsal düzenin içine girmek ve sorumluluk yüklenmek ister.

Ergenin yetişkin otoritesiyle çelişkide bulunduğu bu dönemde, yetişkinin onu kabul etmesi, ona koşulsuz bir saygı ve anlayış sunması gerekir. Anne-baba ergenin bağımsız davranmasına, onun kendi kendine karar vermesine, kendine güvenmesini sağlayacak yaşantılar geçirmesine özen göstermelidir.

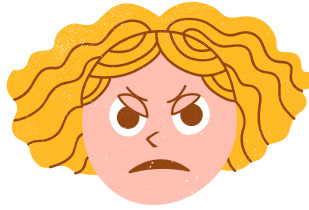


DUYGULARIMIZ

Duygu, kişinin dış dünyadaki bir duruma veya bir nesneye karşı iç dünyasında oluşan bir tepkileri ve bu tepkilerin dışı vurumu da olan gözlenebilir davranışlarıdır. Temel duygular genel olarak mutluluk, korku, üzüntü, tiksinti, kızgınlık, merak, şaşkınlık, depresyon, empati, öfke, düşmanlık, kaygı ve sevgidir. Bu sınıflamaya göre birincil duygular mutluluk ve üzüntü duygularından oluşmakta, ikincil duygularda birincil duygulara bağlı olarak ortaya çıkan duygulardan oluşmaktadır. Ortada bir ikincil duygu varsa ve temel duyguyu anlamak için, tepkimizin kökündeki duygudan yola çıkmak davranışımız için yararlı olacaktır.



sakin



sinirli



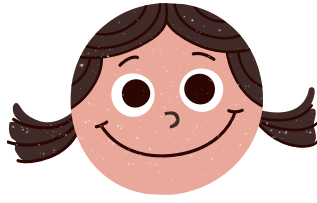
uykulu



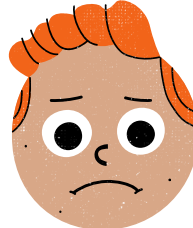
utangaç



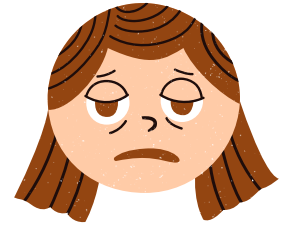
üzgün



mutlu



endişeli



yorgun



şaşkın



incinmiş



gururlu



korkmuş

Duygular Neden Önemlidir?

Duygular kişinin hem kendisini hem de çevresini daha iyi tanımasına ve düzenlemesine yardımcı olur. Hayatı daha anlamlı kılar. Böylece kişinin iyi oluş halini sağlar ve psikolojik açıdan kişiyi destekler.

Duygular kişinin davranışını etkilemekte ve kişinin çevresiyle etkileşiminde olumlu yada olumsuz, az yada çok yoğunlukta yaşanmaktadır. duygularla bireyin içindeki değerler harekete geçer ve böylece davranışlar şekillenir.

Duygular bizi yönlendirir. İnsanı nasıl davranması gerektiği ve yaptığı davranışın doğru yada yanlış olduğu konusunda uyarır.

DUYGU KONTROLÜ



Duygu kontrolü, yaşadığımız olayların ve düşüncelerimizin bizlerde yarattığı hisleri kontrol edebilmek olarak açıklanabilir.

Duygu Kontrolü Nasıl Sağlanabilir?

1. Zihin ve Bedene Odaklanmak

- Duyguların kontrolden çıkışına dikkat edin.
- Derin nefes alıp sakinleşin.
- Beş duyunun farkına varın.
- Kaslarınızı ve eklemlerinizi serbest bırakın.
- Kendinizi sakin ve güvenli bir yerde hayal edin.

2. Duygularla Yüzleşmek

- Duygularınızı tespit edin.
- Duygularınızı inkar etmeyin.
- Çözüm önerileri düşünün.
- Bilinçli bir plan hazırlayın.

3. Duygulara Sağlıklı Tepkiler Vermek

- Hemen savunmaya geçmeyin.
- Duygulara karşı önlem alın.
- Olumsuz insanları görmezden gelin.

4. Duyguları İfade Etmek

- Duygularınızı direkt ve özgüvenli bir biçimde ifade edin.
- Başkalarını suçlamayın.
- Farklı görüşlere kulak verin.

5. Sakinleştirici Alışkanlıklar Kazanmak

- Düzenli spor yapın.
- Farklı duygularınızı geliştirin.
- Meditasyon yapın.
- Size güç veren sözleri tekrarlayın.

6. Uzun Vadeli Gayret Göstermek

Huzursuzluğun kökenine inin.

- Bardağa dolu tarafından bakmayı öğrenin.
- Nasıl hissettiğiniz ile ilgili günlük tutun.
- Gerekirse yardım alın.

Kaynakça:

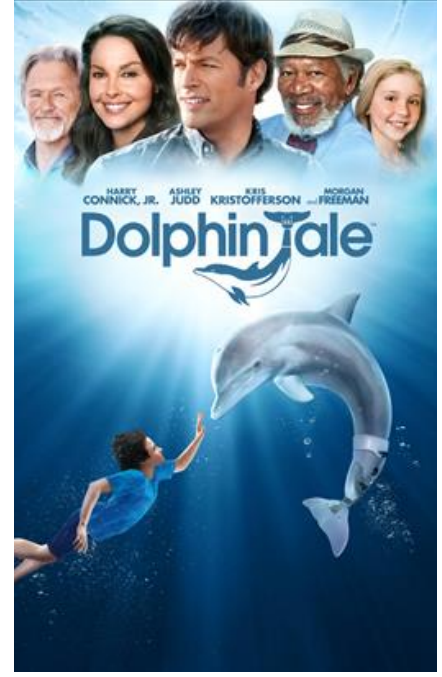
Bey pazarı RAM, Duygu Yönetimi Becerileri Nelerdir? Broşürü, 2022.

Duygu Kontrolü Veli Broşürü, Edirne İl Milli Eğitim Müdürlüğü.



Dostluğun Gücü

6+



“Dostluğun Gücü” bir çocuk ve yaralı bir yunusun dostluğunu konu alan ve gerçek bir hikayeden uyarlanan duygusal bir aile filmi. Babasız büyüyen bir çocuk olan Sawyer’ın okuluyla da birtakım problemleri vardır. En çok iyi bir yüzücü olan kuzeniyle vakit geçirmeyi sever. Ancak kuzeni orduya katılınca iyice yalnızlaşır. Bir gün sahilde dolaşırken bir balıkçıyla birlikte, karaya vuran bir yavru yunusa yardımcı olur.

Bir deniz biyoloğu ve ekibi de devreye girince Winter adını taktıkları bu tatlı yunusu iyileştirmeye çalışırlar. Bir süre sonra ağır yarası yüzünden Winter’ın kuyruğu ameliyatla alınmak zorunda kalır. Acaba ona uygun bir kuyruk protezi yapabilmek mümkün müdür?

ÇOCUKLA SINEMA’NIN YORUMU

“Dostluğun Gücü” hakikaten de Sawyer’ın dostluğu sayesinde iyileşen bir yunusun hikayesini anlatıyor. Hikaye gerçek olunca bu yunusun gerçek görüntüleri de filmin sonunda kullanılmış. Hatta filmin sonunda verilen adresten internet üzerinde Winter’ın şimdiki günlerde nasıl olduğunu izleyebilmek bile mümkün.

Film sevimli, sıcak hem de öğretici detaylarla dolu. Mesela yunusların nasıl yaşadığını, yüzdüğünü bu film sayesinde öğrenebilirler. Yüzme sporuna karşı da insana ilham veren film insan-hayvan dostluğuna dikkat çekiyor. Dürüstlük, bilime duyulan merak ve başkalarıyla empati kurma gibi temalar da işlenmekte.

Pozitif Mesajlar ****

Flörtöz Durumlar -

Şiddet / Korku öğesi *

Argo Kullanımı -

Alkol - Sigara kullanımı -

Oyuncak isteme potansiyeli -



Kaynak : cocuklasinema.com/film-detay/dostlugun-gucu-74

Bİ MESLEK

MOBİL UYGULAMA GELİŞTİRİCİSİ



Mobil uygulama geliştiricisi, mobil cihazlar için yazılım ve uygulamalar hazırlayan kişilerdir. Akıllı telefonlarda günden güne ortaya çıkan sağlık, oyun, iş, verimlilik gibi alanlarda uygulama tasarlayan, içeriklerini hazırlayan ve kullanıcılara hazır halde sunan kişilerdir. Mobil geliştiriciler, çeşitli yazılım dillerini kullanarak, geliştirilen işletim sistemlerine uygulamaları entegre eder.

Mobil Uygulama Geliştiricisi Olmak İçin Hangi Eğitimi Almak Gerekir?

En az bir adet programlama dilinde uzmanlaşmak gerekir; bu kapsamda Java, C#, C++, Objective-C dillerinden bir ya da birkaçı hakkında özel bilgisayar eğitim kursu veren kurumlardan eğitim almalıdır. Üniversitelerde mobil uygulama geliştiricisi yetiştiren bölümler yoktur. Kişi, özel kurumlardan aldığı eğitimlerle kendini geliştirir. İşletim sistemlerine hakim olmak ve yazılım dillerini çok iyi tanımak mobil uygulama geliştiriciliği mesleğinin temelidir.

Mobil Uygulama Geliştiricisi Olmak İçin Gerekenler

Uygulama geliştirme uzmanı olmak isteyenler, öncelikle üniversitelerin 4 yıllık eğitim veren bilgisayar mühendisliği, yazılım mühendisliği, elektrik-elektronik mühendisliği, işletme mühendisliği ya da matematik gibi bölümlerinden mezun olmaları gerekir. Çoğu firma; kriterleri gereği yazılım mühendisliği, bilgisayar mühendisliği gibi teknik düzeyde mezun kişileri bünyesine katmayı tercih eder. Kişinin mezun olduğu bölümün yanı sıra, tamamlanmış mobil uygulama portföyü ve bu alana karşı olan ilgisi önemlidir.

Mobil Uygulama Geliştiricisi Ne İş Yapar? Görev ve Sorumlulukları Nelerdir?

Mobil uygulama geliştiricisi, serbest şekilde bireysel olarak ya da şirket bünyesinde çalışabilir. Geliştirdiği uygulamaları sık sık test eder ve hata paylarını en aza indirmeye çalışır. Uygulamanın kullanıma sunulmasının ardından uygulama içindeki güncellemelerden, eğitim ve destek hizmetlerinden sorumludur. Mobil uygulama geliştiricisi olmak isteyen kişiler, yazılım ve bilişim sektöründeki gelişmeleri takip etmenin yanında mobil teknoloji sektörünü de yakından takip etmelidir. Mobil uygulama geliştiricilerinin,

- Hedefler doğrultusunda yazılım ürünleri ve sistemlerini tasarlamak,
- Geliştirilen program için en verimli ve az maliyetli çözümü önermek,
- Verileri doğrulamak için yöntemler geliştirmek,
- Yeni uygulamanın teknik özelliklerini belirleyerek bilişim personeliyle iş birliği içerisinde hareket etmek,
- Uygulamaları düzenli aralıklarla test etmek ve hata raporlarıyla ilgilenmek,
- Teknolojik gelişmeleri yakından takip etmek,
- Kullanıcılar için detaylı bir dokümantasyon hazırlığı yapmak, gibi başlıca görevleri vardır.



YUSUFELİ

Halitpaşa İlk ve Ortaokulu



Vizyonumuz: Öğrenmenin temel ihtiyaç hissedildiği, hem öğrenenlerin hem de öğretmenlerin birbirinin gelişimine yardımcı olduğu, herkesin yaptığından emin olduğu, sürekli öğrenen ve gelişen , sevgi ve kardeşliğin hakim olduğu, erdemli, hayatta ayakları üstünde durabilen 21.yüzyıl insanını yetiştirmek.

Misyonumuz: Evrensel nitelikte bilgi ve teknoloji üreten, araştırmacı, katılımcı, paylaşımcı, özgün ve estetik değerlere sahip, çağdaş bir eğitim ve bilimsel kültürü oluşturmak ve özgüveni tam ,toplumsal değerlere saygılı bireyler yetiştirmektir.

HAZIRLAYANLAR:

Hacer AKYÜREK
Halitpaşa Ortaokulu
Psikolojik Danışmanı

Esra AYDIN
Halitpaşa İlkokulu
Psikolojik Danışmanı