



# Rehberlik Gazetesi

EKİM 2021 SAYI:2

Halitpaşa İlk ve Ortaokulu



## Bu sayıda:

Bilinçli Teknoloji Kullanımı	2-3
Çocuğum Teknolojiyi Ne Kadar Kullanmalı?	4
Bi' Kitap / Bi' Film	5
Verimli Ders Çalışma	6-7
Üst Öğrenim Kurumlarına Geçiş Sınavları "LGS"	8
Çocuğu Sınava Hazırlanan Velilere Öneriler	9
Bi' Meslek	10



## TEKNOLOJİYİ DOĞRU KULLANIYOR MUYUM?

Günümüzde nerdeyse artık tüm evlerde bulunan bilgisayar, akıllı telefon ve televizyon çağımız gereğince gerekli araçlardır. Bu teknolojik araçların temel amacı insanlara kolaylık sağlamasıdır. Teknolojinin yaşamı kolaylaştırmak amacıyla gereğinde kullanılması ve hayatın diğer bölümlerini (aile ilişkileri, çalışma, sosyal ilişkiler, oyun, uyku, yemek vb.) olumsuz etkilememesi bilinçli teknoloji kullanımı olarak tanımlanabilir. Bu tanımdan yola çıkarak teknolojinin yararları üzerinde durmamız gerektiğini düşünebiliriz fakat bilinçli kullanılmadığı durumlarda teknolojinin zararları ile karşı karşıya kalıyoruz. Bu durumda kendimize sormamız gereken soru ' Teknolojiyi doğru kullanabiliyor muyum?' olmalıdır. ( devamı 2.sayfada.)



### VERİMLİ DERS ÇALIŞMA

Anne-babaların çocuklarıyla, öğretmenlerin de öğrencileriyle yaşadıkları en önemli sorunlardan birisi "ders çalışma sorunu" dur. Kimi, çocuğunun hiç ders çalışmadığından, kimi verimsiz çalıştığından, kimi düzensiz çalıştığından, kimi de yetersiz çalıştığından söz eder. Üstelik bu sorun, ilkokuldan lise son sınıfa ve hatta üniversiteye kadar az veya çok devam ediyor. Öyle görünüyor

ki çocuklar, bu konuda ne yaparsa yapsınlar anne-babalarını ve öğretmenlerini pek memnun edemiyorlar.

Sonuçta, "sorun" diye tanımladığımız bir durumun böylesine yaygın olması aslında birçok şeyi gözden geçirmeyi gerektiriyor. Öyle ki ders çalışma ve ödev yapma gibi kavramların gerekliliği bile sorgulanabilir durumdadır. Çocuklar nasıl, neden, ne kadar ders çalışmalı gibi soruların cevabını bilirlerse ders çalışmak onlar için daha eğlenceli hale gelebilir. Hatta isteyerek de ders çalışmaya başlayabilirler. (devamı 6.sayfada).

Bizi web'den ve sosyal medya hesaplarımızdan takip edebilirsiniz:

@halitpasa\_ilkortaokulu

<https://halitpasa.meb.k12.tr/>

Yusufeli Halitpaşa



REHBERLİK SERVİSİ

## Bi' Meslek

Meslekleri tanıma köşemizde bu ayın mesleği, son yıllarda oldukça popüler olan sosyal medyanın doğurduğu bir meslek "Sosyal Medya Yöneticiliği". Özellikle teknolojiyle ilgilenen, bu alanda aktif ve verimli olmak isteyenler bu mesleği tanımalılar. Sayfa 10'da



## TEKNOLOJİYİ DOĞRU KULLANIYOR MUYUM?

Teknolojinin yaşamı kolaylaştırmak amacıyla gereğinde kullanılması ve hayatın diğer bölümlerini (aile ilişkileri, çalışma, sosyal ilişkiler, oyun, uyku, yemek vb.) olumsuz etkilememesi bilinçli teknoloji kullanımı olarak tanımlanabilir. Teknoloji; akıllı telefonu, bilgisayarı, tableti, televizyonu, interneti, sosyal medyayı, oyun konsollarını vb kapsamaktadır. Günlük yaşantımızı aksatmayacak, engellemeyecek şekilde kullanmak doğru kullanım iken günlük yaşantımızı aksatmak, yapmamız gereken sorumluluklarını yerine getirmemizi engelliyorsa, teknolojiden çok az ayrı kalabiliyorsak ayrı olduğumuz sürede büyük bir rahatsızlık duyarsak teknolojiyi yanlış kullandığımızı söyleyebiliriz. Peki teknolojiyi nasıl kullanmalıyız?

### OLUMLU KULLANMA

- İnternet ve teknoloji, çocuklara özellikle bilgi edinme ve eğitimde büyük yararlar sağlamaktadır. Çocuklar, okullarda, projeler için bilgi toplamakta, başka bir okuldaki veya ülkedeki uzmanlara yazılarını gönderip fikirlerini almakta ve değişik okullardaki öğrenciler ile birlikte proje yürütebilmektedir.

- Çocuklar, e-posta aracılığıyla kendilerine yeni arkadaşlar edinmekte ve değişik ülkelerden kişileri tanımaktadır. Ayrıca uzmanlarla yazışarak, ilgilendikleri konuda bilgi edinebilmektedir.

- İnternet ve teknoloji, çocukları yaratıcılığa da özendirilmektedir. Gördüklerinden veya okuduklarından etkilenen bilgi edinen çocuklar, kendileri de bir şeyler yapmak istemektedirler.

- İnternet ve teknoloji, çocukları yaratıcılığa da özendirilmektedir. Gördüklerinden veya okuduklarından etkilenen bilgi edinen çocuklar, kendileri de bir şey yapmak istemektedirler.

- İnternet ve teknoloji, çocukların küresel bir dünyada yaşadıkları gerçeğini vurgular. Çocuklar başka ülkeler hakkında çok çabuk ve geniş bir şekilde bilgi edindikleri gibi dünyanın hemen her tarafından arkadaş da edinebilir.

### KÖTÜYE KULLANMA

- Çocukların teknoloji ve interneti; denetimsiz, sınırsız ve amaçsız kullanması,
- Gündelik yaşamı ve sorumlulukları aksatacak şekilde kullanması,
- Kullanımın uzun süreli olması,
- Uygunsuz içeriklere maruz kalması,
- Fiziksel, sosyal, psikolojik ve zihinsel gelişimi olumsuz etkilemesi olarak ifade edilir.

Kötüye kullanım aşağıdaki gelişim düzeylerini olumsuz etkiler:

#### ✓ Fiziksel Gelişim

Uyku düzeni bozulabilir; çocuklar ve ergenler daha fazla televizyon seyredilebilir, daha fazla internete girebilir, daha fazla dijital oyun oynayabilir ya da arkadaşlarıyla mesajlaşabilir için daha az uyumaktadırlar. Uyku düzeni bozulduğunda ve ihtiyaç duyulan 6-8 saat arası uyku alınmadığında kişinin; saldırganlık seviyesi ve dürtüsel davranışları artabilir, dikkat eksikliği artabilir ve böylece öğrenme süreci olumsuz etkilenebilir.

Beslenme sorunları oluşabilir; teknolojiye bağımlı yaşayan kişilerde zamandan kazanmak için şekerli gıdalar ve "fast food" tüketimi çok fazladır. Bu durum dengesiz ve sağlıksız beslenmeye ve kişinin aşırı kilo almasına neden olur. Ayrıca şeker vücutta bağımlılık oluşturan bir maddedir ve vücuda ihtiyaçtan fazla enerji verir. Bu enerji atılmadığında dürtüsellik arttırır.

Hareketsiz bir yaşama itebilir; hem sağlık için zararlı hem de zihinsel ve psikolojik açıdan da zararları vardır. Var olan enerji spor ile faydalı bir şekilde atılmazsa kişi sakın kalamayabilir, dikkatini yoğunlaştıramaz.



### ✓ Psikolojik Gelişim

Psikolojik gelişimde; bireyin kendini ilgileri, yetenekleri ve kabiliyetleri doğrultusunda tanınması, artılarının eksilerinin farkında olması, eksik yönlerini geliştirmesi ve kendisiyle barışık olması beklenir. Teknolojinin amaçsız ve sınırsız kullanımıyla birey kendine psikolojik gelişim için gerekli olan soruları soramayabilir, bu zamanı bulamayabilir ve bu ihtiyacı hissetmeyebilir. Bunlar olmadan da duygularını yönetebilmesi, iradesini güçlendirip kendine söz geçirebilmesi, bir hedefe odaklanıp peşinden gidebilmesi çok zor olur hatta hiç mümkün olmaz.



### ✓ Sosyal – Duygusal Gelişim

Bireyin yakın çevresiyle düzenli ve derinlikli, uzak çevresiyle de seviyeli ve mesafeli bir ilişki kurması, sağlıklı sosyal gelişim için önemli bir kriterdir. Birey, çevresiyle ilişkisinde duygularını, düşüncelerini ve ihtiyaçlarını kırmadan ve kırılmadan ifade edebilmelidir.



Teknolojinin kötüye kullanımında sosyal gelişim için gerekli, düzenli ve derinlikli ilişki ihtiyacı giderilememektedir. Bu durum da sosyal gelişimi olumsuz etkilemektedir.

Çocuklarda özellikle; teknoloji bağımlılığı, çocukların iç dünyasının ve hayal gücünün körelmesine neden olabilmektedir. Bu durum çocukların büyüme süreçlerinin yavaşlamasına sebep olmaktadır.

### ✓ Zihinsel Gelişim

Teknolojinin bilinçsiz kullanımı, kişinin zihinsel kapasitesini boşa kullanacak şekilde gereksiz bilgiyle doldurmasına sebep oluyor ve bilgi o kapasitenin içerisinde kendine yer bulamıyorsa, yanlış ve zararlı bilgiler kişinin hayat kalitesini olumsuz etkiliyorsa veya zihin seyredilip unutulmuş eğlence görüntüleriyle dolmuş ve bilgi sevgisi kaybedilmiş ise teknolojinin kötüye kullanımı söz konusudur.

## ÇOCUKLARDA TEKNOLOJİ BAĞIMLILIĞI

### Oyun Bağımlılığı;

- Giderek oyun başında daha fazla zaman geçiriliyorsa,
- Aile ya da arkadaşlarla vakit geçirmek yerine oyun oynamak tercih ediliyorsa,
- Oyunlarda alınan başarı ve ilerlemeler gerçek hayattaki başarılarından daha çok önemsenmeye başlandıysa,
- Aileden uzaklaşma ve oyun başında geçirilen süre ile ilgili tartışmalar yaşanmaya başlandıysa,
- Oyun başında geçirilen fazla süre sonucu akademik başarının düşmesi, devamsızlık sorunları,
- Arkadaşlık ilişkilerinin bozulması, uykusuz kalma sorunlarının görülmesi durumunda oyun bağımlılığından söz edilebilir.



### Bağımlılık Nasıl Etkiler?

- Çocuk kendi oluşturduğu sanal dünya içinde kaybolur ve sosyal yaşamdan kopar.
- Dışarıda ya da okulda arkadaşlarıyla etkileşim içinde olmak yerine eve kapanabilir.
- İnternet kullanım süresi arttıkça saldırganlık, genel sağlık durumunda bozulma (göz yorgunluğu, sırt-boyun ağrıları, uykusuzluk, yorgunluk, hareketsiz kalma vb.) ve depresif belirtiler görülme oranı artmaktadır.
- Kişiler arası duyarlılıklar azalır.
- Özgüvende düşüş olabilir.
- Sürekli uykusuz ve yorgun görünmeler başlar.
- Çevreyle arasındaki ilişkinin zayıflaması ya da kopması durumu yaşanır.
- Sosyal kaygı düzeyinde ve saldırganlık davranışlarında yükselme görülür.
- Sosyal gelişimde belirgin ölçüde gerileme yaşanır.
- İnternetteki arkadaşlıkları fiziksel arkadaşlıklara tercih etme başlar.
- Giderek yalnızlaşma ve yüz yüze ilişki kurmakta güçlük yaşama durumları yaşanabilir.

## ÇOCUĞUM TELEFON/TABLET İLE ÇOK OYNUYOR! NASIL SINIRLANDIRMALİYİM?



Çocukların bilinçli teknoloji kullanımı noktasında veliler için başlıca ana kavramlar; **sınır koymak** ve **tutarlı olmaktır**. Sınır koymak; iletişim halinde, yaşına uygun bir yaklaşım ile, eylem öncesinde konuşarak, kendisine uygun olmayan davranışları tanımlayarak ve bunları yaptığında, tekrar öğrenme fırsatı tanımak adına önlemler almak demektir. Tutarlı olmak ise; kişinin benzer durumlarda aynı şekilde davranması ve ebeveynlerin ortak hareket etmesidir.

Bu iki kavram doğrultusunda velilerin sergileyebileceği yaklaşımlar aşağıdaki sıralanmıştır;

- ✓ Çocuğunuzla birlikte televizyon, bilgisayar, tablet vb. kullanımının kurallarını belirlemek ve bu kurallara öncelikli olarak ailelerin uymasına özen göstermek ve model olmak,
- ✓ Hem kendinizin hem de çocuğunuzun ne seyredeceği veya hangi programları kullanacağı konusunda seçici olmak,
- ✓ Teknolojinin ailece birlikte geçirilen zamanların ya da oyun saatlerinin yerini almasına izin vermemek ve televizyon, bilgisayar ve tablet olmadan çocuğunuzla birlikte yapabileceğiniz eğlenceli etkinlikler belirlemek,
- ✓ Bilgisayarda oyunun yerini spor, hobi ve benzeri etkinliklerle doldurmak,
- ✓ Çocuklarına internette vakit geçirme konusunda katı kısıtlamalar ve cezalar vermek yerine onlarla karşılıklı konuşmak ve ikna yolunu seçmek, yavaş yavaş ama kararlı olarak azaltması konusunda destek olmak,
- ✓ Çocuğunuzun ekranla baş başa uzun süre ve denetimsiz bırakmamak,
- ✓ Ekran başında geçireceği günlük süre için mutlaka bir zaman sınırlaması getirmek,
- ✓ Sosyal ağlarda tanımadıkları kişileri arkadaş listelerine eklememelerini söylemek ve kimlerle arkadaşlık ettiklerini belli aralıklarla kontrol etmek,
- ✓ Çocuğunuza internet ve sosyal ağlarda profillerindeki gizlilik ayarlarını yapmalarını sağlamaları hakkında konuşmak ve özel bilgi, telefon, T.C. kimlik numara ve özel fotoğraflarını paylaşmamalarını öğütlemek,
- ✓ Gerçek hayattaki başarının daha değerli olduğunu fark etmesini sağlamak,
- ✓ Teknolojinin yararları ve zararları hakkında çocuğunuzla konuşmak,
- ✓ Güçlü ve pozitif aile bağları geliştirmek, çocuklarının arkadaşlarından ve neler yaptıklarından haberdar olmak,
- ✓ Bağımlılık yapan şeylerin kullanımıyla ilgili doğru bilgiye sahip olmak ve çocuğu bu doğrultuda gözlemleyebilmek.
- ✓ Çocuğunuzun teknolojik aygıtta kullandığı yazılımlar veya seyrettikleriyle ilgili paylaşım içinde olmak,
- ✓ Çocuğun internet ve bilgisayar kullanımı için “ev içi denetleme” sistemlerini oluşturmak,
- ✓ Bilgisayar, tablet vb. kullanımını disiplin-ödül aracı hâline getirmemek,
- ✓ Televizyon, bilgisayar vb. araçları asla çocuk bakıcısı olarak kullanmamak,
- ✓ Gerekirse psikolojik danışmandan uzman desteği almaktır.

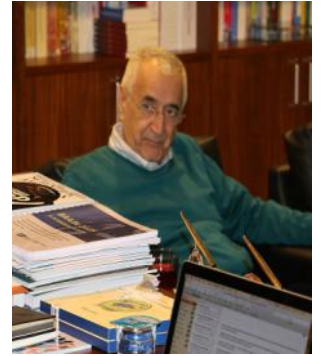


Değerli velilerimiz; gazetemizin yeni sayılarında çocuk gelişimi ve eğitime yönelik kitapları ve yazarlarını, ilham veren filmleri tanıtacağımız bir köşemiz olacak.

Bu sayımızda psikoloji alanına yaptığı katkılarıyla tanıdığımız, yaşam öyküsü ile ilham veren akademisyen Sayın Doğan Cüceloğlu'nun, "Başarıya Götüren Aile" isimli kitabını ele alıyoruz.

Yazarımızı kısaca tanıyalım:

**Doğan Cüceloğlu** (9 Şubat 1938, Mersin – 16 Şubat 2021, İstanbul), Türk psikolog ve akademisyendir. Kişisel gelişim kitapları ve televizyon programı ile tanınmıştır. 1980-1996 yılları arasında ABD'nin Fullerton şehrindeki Kaliforniya Eyalet Üniversitesi'nde görev yaptı; kırktan fazla bilimsel makale yayımladı. 1990'lardan itibaren Türk insanının duygu, düşünce ve davranışlarını bilimsel psikoloji kavramları ile inceleyen Türkçe kitaplar yayımladı. 1992'de yayımlanan *İçimizdeki Çocuk* adlı kitabı, onun en popüler kitaplarından. 1996'da Türkiye'ye dönerek üniversite öğrencilerine, öğretmenlere, ana-babalara ve işadamlarına yönelik seminerler, konferanslar ve atölye çalışmaları yapmıştır. 16 Şubat 2021'de İstanbul'un Beşiktaş ilçesindeki evinde aort damarı yırtılması nedeniyle 83 yaşında hayatını kaybetti.



Kaynak: [https://tr.wikipedia.org/wiki/Do%C4%9Fan\\_C%C3%BCcelo%C4%9Flu](https://tr.wikipedia.org/wiki/Do%C4%9Fan_C%C3%BCcelo%C4%9Flu)



### *KITAP TANITIMI:*

#### *Başarıya Götüren Aile*

Bu kitap, çocuğunun başarılı olması için, "Çok çalış oğlum/kızım," demenin ya da tüm maddi olanaklarını seferber etmenin ötesinde bir şeyler yapmak isteyen ana babalara yol göstermek amacıyla yazıldı. Her ana baba, okul başarısı için çocuğuna yardımcı olmak ister. Ama öğrenme sürecinin bilimsel temellerini kavramadan atılacak her adım, iyi niyetli de olsa, çocuğu engellerebilir. *Başarıya Götüren Aile*, sınav döneminde çocuklarına destek olmak için doğru ve etkili yöntemler arayan tüm ana babalara kılavuzluk edecek.

*İyi bir kitap, gerçek bir hazinedir.*

## VERİMLİ DERS ÇALIŞMAK

Verimli ders çalışma saatlerce çalışmak değil, konuyu öğrenmek için yeterli olan zamanı verimli kullanmaktır. Ders çalışılan zamanı en iyi şekilde kullanarak konunun tam öğrenilmesi demektir. Ders çalışırken tamamen derse odaklanabilmek ders dışı bir şey düşünmeyi ertelemek demektir. Çocuklarımızdan çok ders çalışmalarını istemek yerine etkili ders çalışmalarına destek olmamız gerekmektedir. Çocuklarımız dersleri tam olarak öğrenebilmek için ya ev ödevi yapmalılar yada öğretmen tarafından ödev verilmemişse okulda o gün işledikleri dersin günlük tekrarını yapmalıdırlar.



Çocuklarımızın okulda öğrendikleri bilgilerin pekiştirilmesi adına öğretmenleri tarafından ev ödevleri verilmektedir. Öğrencilerin sorumluluk alabilmeleri, amaçlanan bir konuda araştırma, inceleme ve sonuç çıkarma alışkanlıkları kazanabilmeleri için okulda öğrenilen bilgi ve yaşantıların kalıcılığını sağlamak veya bu bilgi ve yaşantıları genişletmek amacıyla ödev verilir. Ödev, okuldaki başarıyı pekiştirir, sorumluluk ve bağımsızlık duygularını kuvvetlendirir, öğrenme fırsatları yaratır ve aileleri çocukların öğrenme süreçlerinin içine katar.

Pek çok çocuk ödev yapmaktan, ders çalışmaktan hoşlanmazlar. Severek yaptıkları etkinlik olmadığı gibi bu konuda anne babaya zor zamanlar da yaşatırlar. Ödev yapmama, ders çalışmama konusunda direnç gösterirler. Ağlama krizleri, öfke nöbetleri geçirebilirler. Çocuklara evde severek ders çalıştırmak aileler için zorlayıcı bir durum haline gelebilir.

Evde ödevleri yaparken size yardımcı olabileceğini düşündüğümüz öneriler aşağıda yer almaktadır.

- Ödev, öğretmeni tarafından çocuğunuza verilen bir sorumluluktur. “Ödevimizi yapalım, ödevimizi yaptık.” gibi cümleler kurarak çocuğunuzun sorumluluğunun tamamına ortak olmamalısınız.
- Ödevin çocuğunuza verildiğini hatırlatarak, isterse yardımcı olabileceğinizi söylemelisiniz.
- Çocuk için asla ödevi siz yapmamalısınız. Hiç yapılmayan bir ödevle okula gidecek olsa dahi siz ödevi yapmamalısınız. Yapmadığı durumlarda sonuçlarını yaşamasına izin verin.
- Çocuğunuz ödevini yapmadığı zaman bu durumun açıklamasını öğretmenine çocuğunuzun yerine siz yapmamalısınız. Neden ödevini yapmadığının açıklamasını kendisi yapmalı ve sonuçlarını kendisi deneyimlemelidir.
- Mükemmel Olması Gerekmiyor! Ödevlerin mükemmel ulaşmasının beklenmediği, sadece üzerinde yeterli süre ve eforla çalışması gerektiğini anlatın.
- Çocuğunuz ödevi yaparken sizin gözünüzdeki mükemmel ulaşmadığı için sildirip sildirip yeniden yazdırmamalısınız.
- Programlı ve Tutarlı Olun. Okul başladığı günlerden itibaren çocuğunuzun yaşına ve dikkat süresine uygun bir program oluşturun. Bu konuda tutarlı olun. Baştan itiraz etse de sizin net tavrınız bu programın onda da yerleşmesini sağlar.
- Çocuğunuzun ödev yaptığı ortam, dikkatini dağıtacak materyallerden uzaklaştırılmış olmalıdır. (TV, bilgisayar, oyuncakları çalışır halde olmamalı gibi...)
- Çocuğunuz ödev yaparken, küçük kardeşinin keyifli kahkahalarını duyarsa, ödev yaparken eğlence-den mahrum kaldığını düşünebilir. Hızlıca, özensizce ödevini bitirip eğlenceye dahil olmak ister. Bu nedenle evinizde ödev saati belirlemelisiniz. Bu saatlerde her iki çocuğunuzun da ayrı ayrı odalarda masa başına oturup bir tanesi ödevini yaparken diğer kardeşin de kendi düzeyine uygun çalışmalar yapmasını sağlamalısınız.
- Çocuğunuz ödevine başlamadan önce karnını doyurmuş, WC ve su ihtiyacını karşılamış olmalı ki ödevinin başından bu bahanelerle kalkmamalıdır.
- Ödevin, öğrencilerin okulda öğrendiklerini hatırlama, uygulama, bilgileri arasında transfer yapabilme, tek başına yapabilme ve başarabilme duygularını tattığı bir çalışma olduğunu unutmayın.
- Çocuğunuzun yanında ödevi hakkında çok ve uzun cümleler kurarak, çocuğunuzun daha ödevde başlamadan ödevi hakkında olumsuz duygulara sahip olmasına sebep olmamalısınız.

- Çocuğunuz ödev yaparken yanında oturup tek tek ne yapacağını açıklamamalısınız. Ödevin içeriğine göre ödevi bölümlere ayırıp önce 1.bölümü açıklayıp bitirmesini sonra diğer bölümleri bitirdikçe sırasıyla açıklayacağınızı, tamamı bitince birlikte kontrol edebileceğinizi belirtmelisiniz.
- Çocuğunuzun evde bireysel bir odası yoksa ödev yapması için uygun bir alan belirlemelisiniz. Bu alan her gün için aynı olmalıdır. Bir gün mutfak masasında sizinle sohbet ederken, başka bir gün salonda şeklinde canı nerede isterse değil, düzenli bir şekilde nerede yapılabileceğine alışması gerekmektedir.
- Eve gönderilen kesme, yapıştırılmalı ödevleri çocuğunuzun yerine daha düzel, daha simetrik olsun diye siz cetvelle çizip; “Dur sen eğri kesersin.” deyip siz kesmeyiniz. Bu aktiviteler çocuğunuzun kas gelişimi desteklemek, boş bir kağıdı tasarlayarak kullanmak, planlama duygusunu güçlendirmek için özellikle verilen çalışmalardır.
- Çocuğunuzun ödevini yapamaması için gerçekten önemli sebepleri olmalıdır. Akşam yemeğe gittik, misafirlerimiz geldi gibi bahanelerden biri olmamalıdır. Okul sonrasındaki vakti planlayıp saat tekniğini kullanmak için ödev geç vakitlere bırakılmamalıdır.
- Ödev günlerinde, akşam sizin bir programınız varsa ve çocuğunuz ödev yapmadan ertesi gün okula gidecekse sırf çocuğunuzun rahatlatmak için “Bir kereden bir şey olmaz.” diye cümleler kurmamalısınız, o zaman çocuğunuz o bir kereyi başka zamanlar içinde içselleştirir ve size karşı kullanabilir.
- Ödevini bitirsen TV izleyebilirsin, ödevini bitirsen bilgisayar da oyun oynayabilirsin gibi cümlelerle ödevden sonrası için daha cazip teklifler sunarak, “ödev yapmayı “ keyifli bir şey yapmadan önce yapılması gereken bir zorunluluk haline dönüştürmeyiniz. Saat sistemini uygulayabilirsiniz. Bilgisayar oyunları, ödev, TV, aile ile oyun gibi okul sonrasında yapılacakları birlikte belirleyip sıralamaya koyabilirsiniz. Daha sonra her biri için ortak bir süre belirleyip alarm çaldığında bir aktiviteden diğerine geçebileceğini hatırlatabilirsiniz.
- Çocuğunuz TV başından kalkıp ödevine geçmek için sürekli 5 dakika daha diyorsa, çocuğunuza “O zaman 3 cümle fazla yazarsın, iki kere fazladan okursun” gibi tehdit ifadeleri kullanmamalısınız. Çocuğunuz ödev yaparken yanınızda başka kişiler varsa, çocuğunuzun ödev yaparken ki performansından dolayı “Bu çocuktan bir şey olmaz” tarzında aşağılayıcı, küçük düşürücü, ifadeler kullanarak çocuğunuzun özgüven duygusunu olumsuz yönde etkiler.
- Çocuğunuz ödev yaparken bir yandan da atıştırmalık bir şeyler yiyerek yapmasına izin vermeyiniz. Böylece ödev kağıdının üzerinde oluşacak reçel, çikolata damlacıklarını engellemiş olursunuz. Ödevi temiz bir şekilde vermek çocuğun sorumluluğunu geliştirir.
- Çocuğunuzun yerine okul çantasını toplamak, çantasını taşımak, kalemlerini açmak vb. işleri yapmayınız. Okulda tüm günü siz olmadan yalnız başına geçirebilecek kadar büyüdüğünü anlatırken diğer işlerde hala çocuğunuza davranışlarınızla “ Küçük bir çocuksun sen, yardımım olmadan taşıyamazsın, yapamazsın.” izlenimini oluşturmamalısınız.
- Ödev dosyası içinde gelen ödevde başlarken yapması gereken ilk işin ödev kağıdına adını yazması alışkanlığını kazanmasına destek olunuz.

Kaynak: Ödev Sorumluluğu, Yönder Okulları.

Ders Çalışmayı Daha Eğlenceli Hale Nasıl Getirebiliriz?, Altayçeşme İlkokulu Rehberlik Servisi, 2021.

Çocuklar Neden Ders Çalışmaz?, Rehberlikservisi.net



# LISELERE GEÇİŞ SİSTEMİ

# LGS

## SÖZEL BÖLÜM

	Soru Sayısı	Katsayı
• Türkçe	20	4
• İnkılap Tarihi	10	1
• Din Kültürü A.B.	10	1
• Yabancı Dil	10	1

Toplam Soru: 50

Süre: 75 dk

## SAYISAL BÖLÜM

	Soru Sayısı	Katsayı
• Matematik	20	4
• Fen Bilimleri	20	4

Toplam Soru: 40

Süre: 80 dk

1. Oturum 09.30

2. Oturum 11.30

3 Yanlış

1 Doğruyu  
götürür.

### LGS puanı ile öğrenciler

- 1- Fen Liselerini
- 2- Sosyal B. L.
- 3- Bazı Anadolu L.
- 4- Proje İmam Hatip L.
- 5- Meslek Liselerinin Puanla Alan Bölümlerini tercih edebilirler.

Sınava isteyen  
öğrenci  
girecek,  
zorunlu değil.

Sınava girmeyen  
öğrenciler, yerel  
tercih yaparak  
adrese dayalı  
okullara  
yerleşeceklerdir.

Özel Yetenekli  
öğrencilerimiz ayrıca  
Güzel Sanatlar veya  
Spor Liselerine  
başvuru yapıp  
yetenek sınavlarına  
girebilirler.



## REHBERLİK SERVİSİ

# Çocuğu Sınava Hazırlanan Velilere Öneriler

Sınavlarda başarılı olmak öğrencinin olduğu kadar ailenin de isteğidir. Ancak bu dönemin dengeli ve sağlıklı olarak aşılması için anne babalara bazı görevler düşmektedir. Çocuğunuzun bu dönemi daha sağlıklı geçirmesi için size gerekli olabilecek bazı önerileri aşağıda bulacaksınız 😊

## Olumsuz yönleri değil olumlu yönleri üzerinde durun.

Geçmişteki başarılarını vurgulayın ve kendine güven duymasını sağlayın. Sahip olduğu olumlu özelliklerin çevresi tarafından fark edildiğini gören çocuk kendini daha güçlü hissedecek ve sorunlarıyla daha rahat başa çıkacaktır.



## Çocuğunuzun sınav sonucunu bir övünme ya da utanma nedeni olarak kullanmayın.

Örneğin "Bu puanla konu komşuya rezil ettin bizi!". "Ben de şöyle göğsümü gere gere çocuğumun sınav sonucunu dosta düşmana gösteremeyecek miyim?!"...gibi ifadeler çocuğun kişiliğini zedeler. Unutmayın çocuğunuz sizin için değil öncelikle kendisi için çalışmalıdır.



## Çocuğunuzun sınava yönelik çabalarını takdir edin.

Ona "Sen zaten çok akıllısın, zekisin" demek yerine "Ne kadar çok çalıştığını görüyorum, çabalarının sonucunu alacağına inanıyorum" gibi sözler söyleyerek teşvik edin.



## Negatif motivasyondan uzak durun.

Bazı anne babalar çocuklarının motivasyonunu artırmak için; "Bu gidişle sen asla kazanamazsın, yata yata sınav kazanılmaz" gibi sözler söyler. Ancak negatif motivasyon pek az öğrencide başarılı olur. Hatta öğrencinin kendisini başarısız görmesine neden olarak kaygısını artırabilir.



## Çocuğunuzdan beklentilerinizde gerçekçi olmaya çalışın.

Her anne baba kendi çocuğunun daha özel olduğunu düşünür. Oysa her insanın belli alanlarda kuvvetli yönleri olabildiği gibi belli alanlarda da zayıf yönleri olabilir. Beklentileriniz ile çocuğun yapabilecekleri uyumlu olursa çocuğunuz daha az kaygı yaşayabilir.



## Çocuğunuzun başarısını başka çocuklarla, özellikle de kardeşleriyle kıyaslamayın.

"Dayının kızı fen lisesine gitti, sen de oraya girmelisin" türünden yaklaşımlar çocuğunuza zarar verebilir. Her birey ayrı bir kişiliktir. Çocuğunuzun ancak gereken durumlarda sadece kendisiyle kıyaslayabilirsiniz.



## Çocuğunuzun geleceği konusundaki endişelerinizin çocuğunuza yansıdığını unutmayın.

Bu nedenle önce kendi kaygılarınızı azaltmaya çalışmalısınız. Sizin sınav sonucu ile aşırı meşgul olmanız, çocuğunuzun da bu yönde meşgulliyetini artıracaktır. Çocuğunuza yardımcı olmak için çocuğunuzun bugünkü yaptıkları ile ilgilenebilirsiniz.





## Sosyal Medya Yöneticiliği

Dünya genelinde sosyal medya kullanıcı sayısı, kısa bir süre önce dünya nüfusunun yarısından fazlasını aştı ve büyük bir hızla artmaya devam ediyor. Bu nedenle sosyal medya bireyler, işletmeler, topluluklar ve devletler için her geçen gün daha önemli bir hale geliyor. Bu da sosyal medyanın daha etkin kullanımını gerektiriyor diyebiliriz.

### Sosyal Medya Yöneticisi Ne Demek?

Sosyal Medya Yöneticisi; şirketin sosyal medya hesaplarının yönetimini yapan kişidir. Sosyal medya ile ilgili olarak hazırlanıp yayınlanacak olan içerik ve görsellerin planlaması, organizasyonu gibi tüm aşamalarının yönetilmesini sağlar.

### Sosyal Medya Yöneticisi Ne İş Yapar? Görev ve Sorumlulukları Nelerdir?

Bağımsız ya da bir kuruma bağlı olarak çalışabilen Sosyal Medya Yöneticisinin görevleri şunlardır:

- Şirketin tüm sosyal ağlardaki hesaplarının yönetimini üstlenmek,
- Şirket adına sosyal hesaplar için oluşturulacak yaratıcı içeriklerin geliştirilmesinde rol oynamak,
- Şirketin sosyal ağlarda yaptığı yatırımların etkin bir şekilde kullanılmasına özen göstermek,
- Sosyal medyada yapılan etkinliklerin oluşturduğu hacmi ölçme, değerlendirme ve raporlama yaparak yeni etkinliklerin oluşum sürecinde bu verilerin kullanımını sağlamak,
- Elde ettiği tüm verileri okuyarak, diğer kampanyaların verimliliğini artıracak çözüm odaklı yaklaşımlar geliştirmek,
- Şirketin sosyal medya hesaplarının işleyişini ilerletebilmek için, rakiplerin yaptığı çalışmalarını analiz etmek ve trendlere uygun yeni etkinlikler oluşturmak,
- Sosyal medyada kullanılan tüm araçların işleyişini öğrenerek, şirkete fayda sağlayacak yeniliklerin kullanılmasına yardımcı olmak,
- Sosyal medya etkinlikleri için planlama yaparak, yeni stratejiler oluşturmak.

### Sosyal Medya Yöneticisi Nasıl Olunur?

Sosyal Medya Yöneticisi olmak için üniversitelerin İletişim, Reklam, Halkla İlişkiler, Tanıtım, İşletme gibi bölümlerinden lisans ya da ön lisans eğitimi almak gerekmektedir.

Kaynak: <https://www.kariyer.net/pozisyonlar/sosyal+medya+yoneticisi/nedir>

## Anadolu Üniversitesi Açıköğretim Fakültesi Sosyal Medya Yöneticiliği Programı

### Programın Amaçları

Sosyal Medya Yöneticiliği Önlisans Programının amacı, sosyal medya içerik üretimi ve profil/sayfa yönetimi alanlarında ihtiyaç duyulan nitelikli insan kaynağını yetiştirmektir. Ayrıca sosyal medya/yeni medya alanlarında halen çalışmakta olan personelin etkinlik ve verimliliklerini artıracak şekilde donatılmalarını sağlamak amaçlanmaktadır.

### İş Olanakları

Sosyal Medya Yöneticiliği Önlisans Programını başarıyla tamamlayan mezunlar; yeni medya sektöründe çeşitli düzeylerde Sosyal Medya Uzmanı, Sosyal Medya İçerik Yöneticisi, Sosyal Medya Yöneticisi, Sosyal Medya Uygulama Operatörü, Sosyal Medya Deneticisi olarak çalışabileceklerdir. Bunun yanında mezunlar kendi sosyal medya ajanslarını da kurabilirler.

Kaynak: <https://www.anadolu.edu.tr/acikogretim/turkiye-programlari/acikogretim-fakultesi-onlisans-programlari-2-yillik/sosyal-medya-yoneticiligi> (Bölüm tanıtım videosuna da bu adresten ulaşabilirsiniz.)



## 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.

### **Rehberlik Servisi**

Hacer AKYÜREK Halitpaşa Ortaokulu Psikolojik Danışmanı

Esra AYDIN Halitpaşa İlkokulu Psikolojik Danışmanı