



GÜNLÜK TUTMANDA YARDIMCI OLACAK ÖNERİLER

- ◆ Küçüklüğüne bir mektup yaz.
- ◆ Hayatında gerçekleştirmek istediğin 5 şeyi sırala.
- ◆ Gününün en iyi ve en kötü anları neler.
- ◆ Mevcut odanı veya istediğin odanı anlat.
- ◆ Küçüklüğünden itibaren arkadaşın olan biri hakkında yaz. Bu arkadaşından neler öğrendin. Arkadaşınla neler yapmayı seviyorsun aklına ne geliyorsa sırala.
- ◆ Keşke tekrar yaşayabilseydim dediğin bir an ya da anıyı anlat.
- ◆ Öfkelendiğin bir anı anlat..
- ◆ Sana kendini mutlu hissettiren biri ya da bir şey hakkında konuş
- ◆ Kalbinin bir haritasını çiz. Onu bayıldığın ve sevdiğin şeyleri gösteren yollar, resimler veya kelimeler ile doldur. Kalbinin kırık parçaları var mı?

AİLEN İLE YAPABİLECEĞİN ETKİNLİK ÖRNEKLERİ

- ◆ Ailenle isim, şehir,, hayvan, bitki, ünlü oyununu oyna. Annen ve baban için de nostalji olsun.
- ◆ Aile üyeleriyle sıcak-soğuk oyunu oyna . Evdeki bir oyuncuğu sakla. Aman ebe sakın görmesin. Ebe olan kişi oyuncuğa yaklaştıkça ısınsın; uzaklaştıkça soğusun.
- ◆ Sessiz sinemaya ne dersin.
- ◆ İmkanınız varsa kutu oyunlardan temin edebilirsiniz.
- ◆ İlla telefonla oyun oynayacaksan bir oyun tavsiyesi sana. Kutu oyunlarından biri olan tabu artık telefonda. Verilen kelimeleri yasaklı kelimeleri kullanmadan anlatman gerekiyor. (Kutu oyunlardan daha az maliyetle bol eğlenceli dakikalar geçirebilirsin)
- ◆ Atık malzemeler ile bir şey tasarla.
- ◆ Ailenle mutfaka girmeyi sakın unutma. Evdeki yetişkin kurabiye hamurunu yapsın. Sen şekiller oluştur. Afiyet olsun



ARA TATİL DİNLENME, EĞLENME VE ETKİNLİK BROŞÜRÜ



SORGUN REHBERLİK VE ARAŞTIRMA
MERKEZİ



TATİL BÖYLE GÜZEL

Dört gözle beklediğimiz yarıyıl tatili nihayet geldi. Tatil hayalleri kurmaya başladık. Gece geç saate kadar oturup ertesi gün de geç kalkarak, gündüzleri de TV ve Bilgisayar başında oturarak vakit geçireceğiz değil mi? Hislerinize yeterince tercüman olduk mu bilmiyoruz

Böyle bir tatil çoğu öğrencinin hayali olmasına karşılık sizleri yoran bir tercih olacaktır.

Oysaki yarıyıl tatili, fırsat olarak görülürse, çeşitli faaliyet ve etkinliklere yer verilir. Yeni bilgi, tecrübe ve düşünceler kişiyi zihnen olgunlaştırırken, beden ve ruhen de ferahlatır. Tatil sonunda eksiklerini gidermiş, zayıf yönlerini iyileştirmiş ve iyi yönlerini daha da güçlendirmiş bir kişi ortaya çıkar. İşte verimli tatil budur. Peki verimli bir tatil için neler yapılabilir;

- ◆ Akrabalarımı ziyaret edebilirsin.
- ◆ Kitapçıları ziyaret edebilirsin.
- ◆ Aldığın kitaplar için hayal gücünü kullanarak kitap ayrıçaları tasarlayabilirsin. (Arkadaşlarını unutma onlara da hediyelik kitap ayracı yap)
- ◆ Ailen ile vakit geçirebilirsin, oyunlar oynayabilirsin.
- ◆ Farklı bir yemeği yapmayı deneyebilirsin.
- ◆ Günlük tutabilirsin. (Çeşitli konularda yazı yazabilirsin.)
- ◆ İlk dönem okulda gördüğünüz konulardan eksiklerinizi belirleyip özellikle o konulara çalışmalısın. (Çalışma planımız size kalmış hangi konuda ne kadar eksik olduğunu senden iyi kimse bilmez.)
- ◆ Tarihi ve kültürel yerleri gezebilirsin.

KESİNLİKLE KİTAP OKU

- Ters elinle resim çizmeyi dene. (Sağ elini kullanıyorsan sol elinle; sol elini kullanıyorsan sağ elinle)
- Kağıttan hayvanat bahçesi hayvanlarından kaçını yapabilirsin? Katlanmış kağıt kullanarak ya da küçük kutulara yapıştırarak ayakta durmalarını sağlayabilir misin? Yaptığın hayvanlara bir yaşam alanı oluşturmayı unutma.
- Birkaç kukla yap. Kuklaları eski çoraplarla, kağıt torbalarla yapabilirsin. Bir karakterin resmini çiz; onu kesip bir dondurma çubuğuna yapıştırıp kağıttan kuklalar yapabilirsin. Kuklalar için bir sahne tasarlayıp arkadaşların veya ailenle oynayabilirsin.
- Evdeki kutular ve tuvalet rulolarını kullanarak bilye gezdirme düzeneği kurabilirsin. Yola eğim verebilirsin, köprü yapabilirsin.
- Yetişkin olduğunda yapmak istediğin şeylerin bir listesini yap. Hayalindeki evi tasarla arabayı çiz, kendin için acayip hedeflerin olsun

