

## YENİ BİR EĞİTİM ÖĞRETİM YILINA BAŞLARKEN...

Kariyer yolculuklarının en önemli basamakları olan 7. ve 8. sınıflarda okuyacak sevgili öğrenciler ve onların arkalarında en büyük destekçisi değerli veliler,

Yeni eğitim-öğretim yılına başladığımız şu günlerde iyi bir başlangıç yapmanız adına aşağıda birkaç hatırlatmaya yer verdik.

### Öğrenciler;

- Öğrenci veli el kitabını okuyarak okula başlamanız, genel işleyiş ile ilgili ayrıntılı bilgi sahibi olmanızı sağlayacaktır.
- Bu yılın sonunda yaşamınızda gerçekleştirmek istediğiniz şeylerin bir listesini yaparak ailenizle paylaşın.
- Okul gereksinimlerinizi (kitap, defter, kısaca ders araç gereçleri vb.) bir an önce tamamlayın.
- Her ders için kendinize hedefler koyarak o derse ne kadar zaman ayıracağınızı planlayın. Dersleri iyi dinleyin anlamadığınız soruları anında öğretmeninize sorarak öğrenin. Eve gittiğinizde mutlaka tekrar yapın. Günlük yapılan tekrar öğrenilen konunun %80 'ini hatırlamanızı sağlar. Bu çalışmayı haftalık ve aylık olarak da tekrarlayın. Böylece o bilgi sizin uzun süreli hafızanıza yerleşerek kalıcı hale gelecektir.
- İlk günler uyku problemi yaşayabilirsiniz. Yazdan kalan alışkanlıkları değiştirmek zaman alabilir. En iyi çözüm; sabah normal kalktığınız saatten bir saat erken kalkmak, akşam erken yatmanıza yardımcı olabilir.
- Sabah aile ile keyifli bir kahvaltı ve sohbet, düzenli bir okul hazırlığı, evden acele ile çıkan birine göre daha keyifli geçecektir.
- Okul zamanında bilgisayar ve diğer teknoloji kullanımında ailenizle makul bir saat ve zaman üzerinde anlaşarsanız sonraki çatışmaları baştan önlemiş olursunuz.
- Evde odanızı ve çalışma ortamınızı düzenleyin. Mümkün olduğunca aynı yer ve aynı zamanda çalışmaya başlayın. Üç hafta bunu sürdürdüğünüzde alışkanlık haline geleceği için ders çalışmaya koşullanacaksınız. Unutmayın gerçek liderler başarıya olumlu alışkanlık sayesinde ulaşmışlardır.
- Okulumuzda sınıf arkadaşlığı kadar okul arkadaşlığı da benimsenmektedir. Arkadaşlık ilişkilerinizde olabildiğince ilk adımı atmaktan çekinmeyin. Sürekli arkadaşlarınızın yanına gidin onlarla okul ve sosyal etkinlikleriniz hakkında sohbet edin. İnsan ilişkilerindeki sihirli sözcükleri ( günaydın, geçmiş olsun, afiyet olsun vb.) kullanmaktan çekinmeyin. Üç kişi tarafından reddedildiğiniz de bile bir dördüncü ile sohbet etmeye çalışın. Hala kendinizi yalnız hissediyorsanız bu konuda size yardımcı olacak sınıf öğretmeni, Rehberlik birimi ile bağlantı kurmaktan çekinmeyin.
- Derste anlamadığınız konuda sırası ile ders öğretmeni, sınıf öğretmeni, ilgili rehberlik ve müdür yardımcısından yardım istemeyi unutmayın, çekinmeyin. (Gerekirse

anlamadığınız konuda müdür yardımcısından öğretmenlerle birebir çalışmak için yardım isteyebilirsiniz.)

- Okulda gereksinim duyduğunuz konularda doğrudan ilgili birime giderek bu durumu onlarla paylaşın. Eve gittiğinizde ve bunu aileniz aracılığı ile çözmeye çalıştığınızda belki sorunun çözümü çok uzayabilir.
- Ailenize gününüzü anlatarak paylaşımında bulunun. Anlaşılmanın ilk koşulu anlatmaktır.

### **Veliler,**

- Çocuğunuzla “başarılı bir takım” olabilirsiniz. Çocuğunuza sürekli olarak aile takımında önemli bir üye olduğunu hissettirin.
- Takımın günlük, haftalık ve yıllık planlarını belirleyerek, her üyenin rollerini ve sorumluluklarını yazılı hale getirebilirsiniz.
- Belirli aralıklarla takımın çalışma düzenini kontrol edin, birlikte eksiklerini belirleyin ve öneriler getirin. Bunu ailece yapacağınız pazar toplantıları halinde gelenekselleştirebilirsiniz.
- Takımın çalışma, eğlenme, sanat spor aktiviteleri ve diğer motivasyon kaynaklarını belirleyebilirsiniz.
- Unutmayın başarılı aileler değil; **mutlu aileler, sağlıklı, mutlu ve başarılı çocuklar** yetiştiriliyor.
- Çocuğunuzun kişilik gelişimine katkıda bulunmak için yaş dönemi özelliklerini araştırın.
- Okul ödevlerini tam olarak yapmasının sizin için büyük önem taşıdığını ona hissettirin.
- Defterlerini aralıklı olarak gözden geçirin. Defterlerinden çocuğunuzun sınıf içi performansı hakkında bilgi sahibi olabilirsiniz...
- Öğretmenleri ile sık sık iletişim kurun, böylece sorun yaşadığınız konularda ortak kararlar alabilirsiniz.
- Çocuklarımızın gerçekçi ve başarabilecekleri amaçlar edinmelerine yardımcı olun, beklentinizi ne çok üst düzeyde ne de onun bulunduğu altında tutun.
- Çocuklarımız başarısızlık yaşadıklarında, onları motive edin, onlara geçmişteki başarılı yaşantılarını hatırlatın.
- Çocuklarımıza ne yapacaklarını söylemek yerine, onlara mümkün olduğunca seçenekler sunarak en uygun seçeneği beraberce kararlaştırın.
- Çocuklarımızın kendi başlarına yapmak için çabaladıkları işlerde ufak tefek hatalarına karşı hoşgörülü olarak, yaptıkları iyi işlerin sonunda övgü ve takdirinizi ihmal etmeyin. Başkaları ile kıyaslamak yerine dünden bugüne ilerlemesini değerlendiriniz.
- Kendi kararlarını vermelerine ve sorumluluk almalarına fırsatlar tanımaya özen gösteriniz.
- Çocuklarımızın duygusal gelişimlerine, duygularını dile getirmelerine fırsatlar tanıyarak onlara yardımcı olabilirsiniz.
- Bu yaş döneminde fiziksel özellikleri onların en çok uğraştığı alanları arasında. Çocuğumuzun fiziksel özelliklerinin, kişisel gelişimlerini olumsuz etkilememesine dikkat edelim. Düzenli ve sağlıklı beslenmelerine özen gösterelim.
- İçine kapanık, kendine güvensiz, sessiz ve alıngan çocuklarımızın bu yönlerini değiştirmelerine fırsat verecek etkinlikleri yapmaları için onları destekleyelim; ancak onlar adına karar vererek girişimlerde bulunmayalım.

- Onların sizlerle paylaştığı sırları çok beğenseniz de arkadaş grubunuzla paylaşmamaya özen gösteriniz. Sizinle çocuğunuz arasındaki özel sırlar iletişiminizi güçlendirir. Size göre basit olsa da onlar için çok önemli olabilir. Saygı, sevginizden daha önemli olmaya başlamıştır.
- Okuldaki yaşantısını sorgulamadan okul sonrasında belirlediğiniz özel zamanlar paylaşmaya çalışın. Hem siz hem de onun gününün nasıl geçtiğini paylaşın.

**Hepinize güzel bir başlangıç dilerken, rehberlik birimi olarak “Sevgili Çakabeyliler, yuvanıza hoş geldiniz!” diyoruz.**

Dilek ÖZYÜREK  
7 ve 8. Sınıflar  
Rehber Öğretmeni