



## CANIM ÇOCUKLAR;

Herkes merhaba, biliyoruz ki bu pandemi sürecinde en çok yorulanlardan biri de siz çocuklarsınız. 2020 Mart ayından bu yana ekrana çok fazla maruz kaldınız, arkadaşlarınızdan ve sokaklardan uzak kaldınız. Bu ve daha fazlası sebepten ötürü bazen üzüldünüz, bazen kızdınız bazen kırıldınız bazen kimse beni anlamıyor diye düşündünüz bazen de umutsuzluğa düşüp bu durum hiç bitmeyecekmiş gibi düşündünüz. Ama unutmayın; dünyamızda her dönem bir pandemi olmuş, tabii o zamanlar teknoloji bu kadar yaygın olmadığı için bu kadar fazla yayılmamış ama o pandemilere de aşı bulunmamış gene teknoloji yetersizliğinden ötürü. Aşı bulunamasa da bir süre sonra kendiliğinden yok olmuş hepsi. Bu dönem bilim insanları daha evrensel çalıştığından, birbirlerinden etkilendiğinden ve önceki dönemlerden de salgına hazırlıklı olduklarından aşı bulma süreci daha kısaldı ve üretilen aşılarda ülkemize geldi. Biz yine de bir süre daha maske mesafe ve temizlik gibi kurtarıcılarımızla daha yakın olacağız ama inanıyorum ki yeni dönemde daha coşkulu, daha umutlu, daha mutlu, daha sağlıklı bir şekilde sizlerle buluşacağız. O zamana kadar kendinize çok iyi bakın. Ne zaman bana ihtiyacınız olursa da yanınızdayım.



İyi tatiller



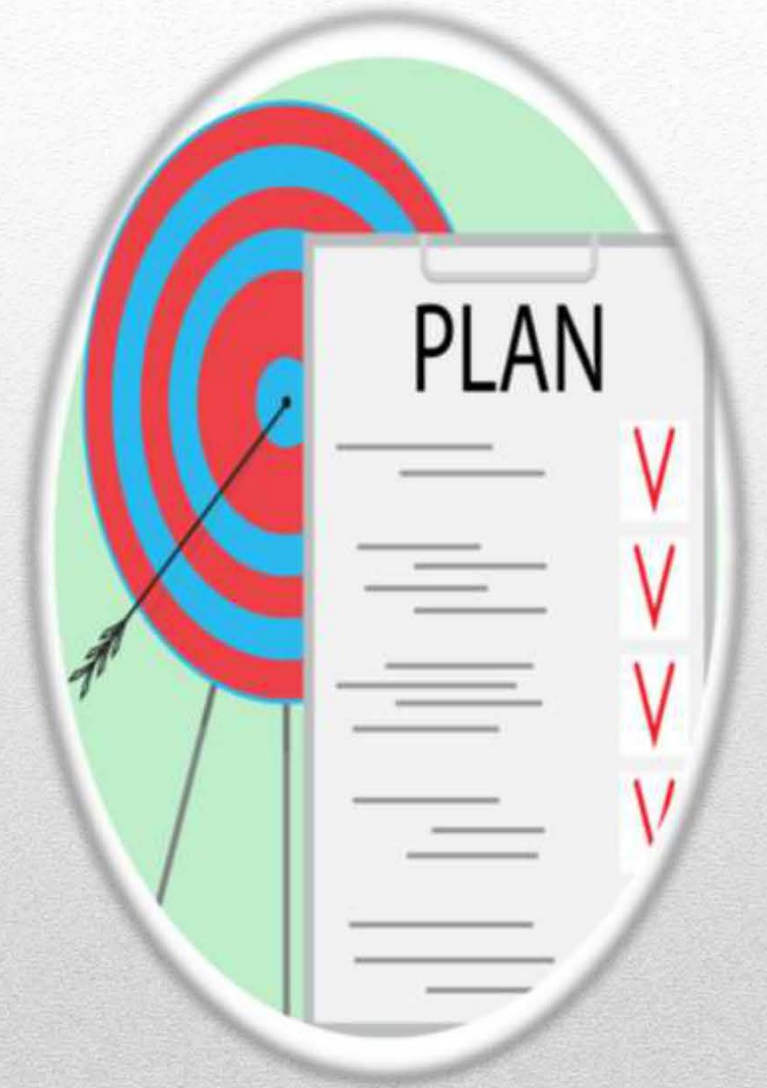
- BİLİYORUZ Kİ ÇOK YORULDUNUZ
- Tatilde dinlenmek en çok sizlerin hakkı. Lütfen bol bol dinlenip ailenize ve kendinize zaman ayırın.
- Tatil demek istediğini yapabilme serbestliği değildir. Yatma kalkma saatleri biraz daha esneklik kazansa da tamamen boşluğa düşmemeli, kendimize bir tatil programı yapıp uygulamalıyız.
- Neler Koyabiliriz Bu Programa????

# YAPILACAK LİSTESİ

---



- Herkes öncelikli olarak kendi durumuna uygun bir plan yapmalıdır.
- 1.dönem neler halledildi, neler eksik kaldı; günü, haftayı zamanı planlamalı. Bu dönem içerisinde hem konu tekrarları olmalı hem de soru çözümleri olmalıdır.
- Çünkü yaptığımız çalışmalar ne kadar kavradığımızı ancak çözdüğümüz soru aracılığı ile aldığımız dönütlerden görebiliriz. Her güne belli bir soru çözümünü sayısını koymayı unutmayın.(Verilen yaprak testler-okul kaynak kitaplarında eksik kalan yerleri tamamlama)



# PLAN YAPMAK

---





İnsanlar öğrendiklerinin yüzde 75'ini bir haftada, yüzde 66'sını bir günde, yüzde 54'ünü de bir saat içerisinde unutuyor.

Unutmayı önlemenin yoluysa yapılanları tekrar etmekten geçiyor.

Konu eksikliği olan derslerimize zaman ayırmalı ve bu konuları belirleyerek çalışmalıyız.

# DERS ÇALIŞMAK

---

- Tatil demek tabii ki sadece ders çalışmak demek değildir; birkaç gününüzü de tatil, dinlenme ve hobileriniz için ayırmalısınız. Sadece ders çalışmakla geçirilecek bir tatil dönemi deşarj olmanızı ve dinlenmenizi engelleyecektir. Bu yüzden, planlarınız içinde kendinize ayıracağınız özel zamanlar da olmalıdır.

Kitap okumak,  
televizyon izlemek,  
ilgimizi çeken  
etkinlikler yapmak  
planlarınızın  
içerisinde olabilir.



En önemlisi  
neye  
ne kadar  
zaman  
ayıracağınızdır.



- Kitap okumaya karşı ilgisi olmayan öğrencilerin kalıcı başarılar yakalaması çok güç. Böyle bir alışkanlığa sahip olmayan öğrenciler için tatil bulunmaz bir fırsat. Bundan dolayı kitap okumak, iyi bir tatil programının olmazsa olmazlarından.
- Ailece kitapevlerinden alışveriş, aynı kitabı okuma, hakkında konuşma, geniş zamanlarda zevk alarak, merak ederek sonunu tahmin etmeye çalışarak, okuma zevkinin gelişmesi söz konusu olacaktır.

# KİTAP OKUMAK



- Dışarı çıkma saatlerinizde tedbirlerinizi alarak, havanın durumuna göre yürüyüş yapabilirsiniz.

**DOĞANIN FARKINA VAR**

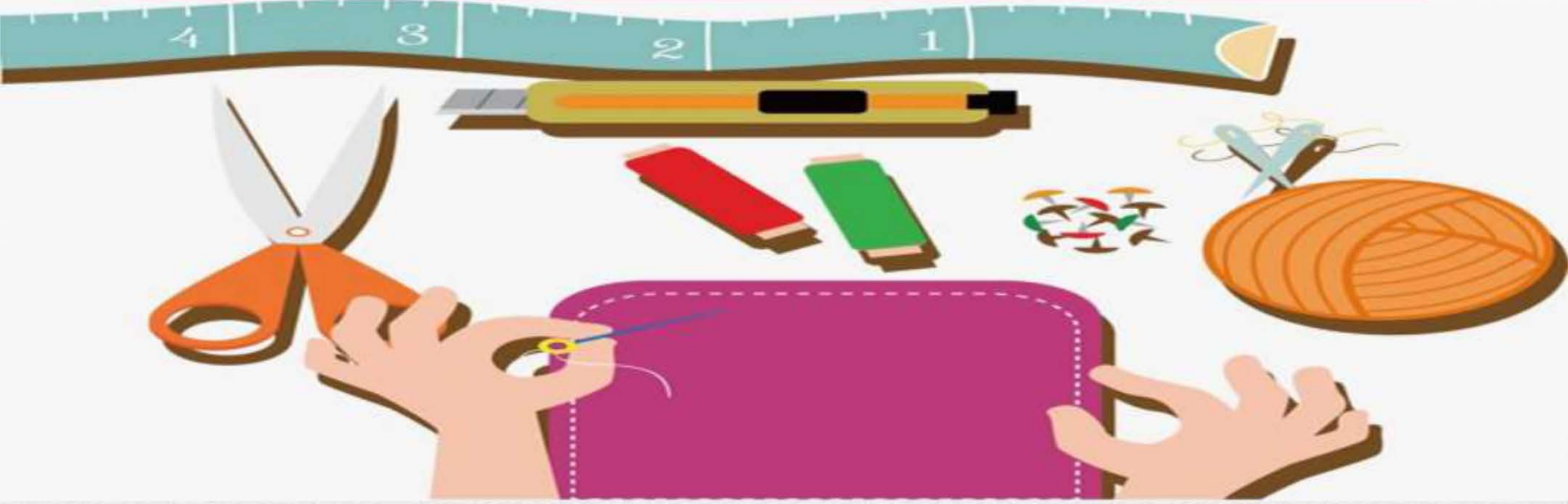




- Hobi edinmek ruhsal gelişim ve fiziksel sağlığınıza katkı sağlamaktadır.
- Hobiler sadece zaman geçirmek için değil, kişinin nelerden hoşlanıp hoşlanmadığını keşfetmesine yol açar. Kişinin kendini ifade etmesinin bir farklı yolu da hobi edinmek ve bunu gerçekleştirmektir.

# HOBİ EDİNİN





- Günlük rutinlerimize hobiler ekleyerek zamanımızı verimli kullanabilir ve mutlu olabiliriz . **Hobiler, vücutta bulunan stresi azaltması ve bizi olumlu olarak meşgul etmesiyle motivasyon edinmemizi sağlıyor.**
-



- Fotoğraflar sayesinde sizin içinizdeki düşünceleri dışa aktarmaya neden olarak duygularınızı konuşmadan da ifade edebilirsiniz. Çektiğiniz fotoğrafta gördüğünüz farklı bir ayrıntıdan bile çıkacak olan anlam sizi farklı hobi edinmeye itebilir veya farklı keşiflerin kapısını aralayabilir.



# FOTOĞRAF ÇEKMEK

- Kendi zevklerinize ait edineceğiniz hobiler üretme arzunuzu ortaya çıkarabilir. Bazı zamanlarda sözel olarak ifade edemeyeceğimiz duygu ve düşünceleri edindiğimiz hobiler aracılığıyla ifade edebiliriz. Aynı zamanda bizi huzursuz ve mutsuz eden şeylerden uzaklaşmak için de hobilerimizi kullanabiliriz. Bir resim yaparken kimseye anlatamadığınız iç dünyanızı anlatabilirsiniz.

# RESİM YAPMAK

---





- Sağlığınızın değerini anlamanıza yardımcı olur. Yaşam kalitenizi arttırmanıza ve geliştirmenize yardımcı olur.
- Fiziksel performansınızı geliştirir. Kalp rahatsızlığı riskini azaltır.
- Maksimum oksijen kapasitenizi arttırır.
- Kandaki yoğunlaşmayı azaltır Kalbinizin daha verimli pompalama işlevini yapmasını sağlar
- Çok çeşitli sebeplere bağlı baş ağrılarından kurtulmanızı sağlar.
- Sıcaklığa karşı tahammülünüzü artırır. Endişe ve kuruntularınızı azaltır. Streslerden korunmaya ve kurtulmaya yardımcı olur.

# SPOR YAPMAK



- Vücudun üst solunum yolları enfeksiyonuna karşı direncini artırır.
- Stresle başa çıkmanıza yardımcı olur. Bağışıklık sisteminizin iyi şekilde çalışmasını geliştirir. Depresyonun hafifletilmesine ve atlatılmasına yardımcı olur.
- Kassal dayanıklılık seviyenizi artırır. Egzersizden sonra çabuk toparlanabilme kabiliyetinizi artırır.
- Vücudunuzun dik durmasının gelişmesini sağlar. İyi bir fiziksel görünüş sağlar.
- Kendinize olan güven duygunuzu artırır. Rahat olmanıza yardımcı olur. Kısa süreli bilgileri hafızanızda tutma kabiliyetini geliştirir
- Önceden hareketsiz bir yaşam tarzına sahip kişilerin, yorgunluğa karşı direncini artırır ve dinçlik hissinin oluşmasını sağlar.

# SPOR YAPMAK

---





- <https://sanalmuze.gov.tr/> Sitesine girip müze gezintileri yapabilirsiniz. Bu tarz etkinliklere katılmak hem ufkunu geliştirecek hem de ders dışı öğrenme ve merak etme dürtülerini uyandıracaktır.

# MÜZE GEZİNTİLERİ

---

- Aile toplantısı yapıp teknoloji kullanım saatlerini ve aile etkinlik saatlerini belirleyin ve herkesin görebileceği bir yere asın.
- Ev işlerinde yardımlaşın
- Kahvaltıyı kardeşlerinizle sizler hazırlayın.
- Ailece bir film izleyin
- Yeni bir tarif deneyin
- Oyun oynayın( satranç, kelime türetme, isim şehir, tabu, puzzle, kulaktan kulağa, sessiz sinema, tombala, evet hayır vs.)



# AİLE İÇİ ETKİNLİKLER







# BİRLİKTE 23 GÜN

<p>23 Ocak</p> <p>#Keşfedelim</p> <ul style="list-style-type: none"><li>İlkokul</li><li>Ortaokul</li><li>Lise</li></ul>	<p>24 Ocak</p> <p>#TarifEdelim</p> <ul style="list-style-type: none"><li>İlkokul</li><li>Ortaokul</li><li>Lise</li></ul>	<p>25 Ocak</p> <p>#SorumlulukAlalım</p> <ul style="list-style-type: none"><li>İlkokul</li><li>Ortaokul</li><li>Lise</li></ul>	<p>26 Ocak</p> <p>#Araştıralım</p> <ul style="list-style-type: none"><li>İlkokul</li><li>Ortaokul</li><li>Lise</li></ul>	<p>27 Ocak</p> <p>#Yazalım</p> <ul style="list-style-type: none"><li>İlkokul</li><li>Ortaokul</li><li>Lise</li></ul>	<p>28 Ocak</p> <p>#Biriktirelim</p> <ul style="list-style-type: none"><li>İlkokul</li><li>Ortaokul</li><li>Lise</li></ul>	<p>29 Ocak</p> <p>#Öğrenelim</p> <ul style="list-style-type: none"><li>İlkokul</li><li>Ortaokul</li><li>Lise</li></ul>
<p>30 Ocak</p> <p>#HayalEdelim</p> <ul style="list-style-type: none"><li>İlkokul</li><li>Ortaokul</li><li>Lise</li></ul>	<p>31 Ocak</p> <p>#Fotoğrafyalalım</p> <ul style="list-style-type: none"><li>İlkokul</li><li>Ortaokul</li><li>Lise</li></ul>	<p>01 Şubat</p> <p>#Resmedelim</p> <ul style="list-style-type: none"><li>İlkokul</li><li>Ortaokul</li><li>Lise</li></ul>	<p>03 Şubat</p> <p>#Soralım</p> <ul style="list-style-type: none"><li>İlkokul</li><li>Ortaokul</li><li>Lise</li></ul>	<p>03 Şubat</p> <p>#Gözlemleyelim</p> <ul style="list-style-type: none"><li>İlkokul</li><li>Ortaokul</li><li>Lise</li></ul>	<p>03 Şubat</p> <p>#Düşünelim</p> <ul style="list-style-type: none"><li>İlkokul</li><li>Ortaokul</li><li>Lise</li></ul>	<p>03 Şubat</p> <p>#Hazırlayalım</p> <ul style="list-style-type: none"><li>İlkokul</li><li>Ortaokul</li><li>Lise</li></ul>
<p>06 Şubat</p> <p>#Planlayalım</p> <ul style="list-style-type: none"><li>İlkokul</li><li>Ortaokul</li><li>Lise</li></ul>	<p>07 Şubat</p> <p>#Oynayalım</p> <ul style="list-style-type: none"><li>İlkokul</li><li>Ortaokul</li><li>Lise</li></ul>	<p>08 Şubat</p> <p>#Okuyalım</p> <ul style="list-style-type: none"><li>İlkokul</li><li>Ortaokul</li><li>Lise</li></ul>	<p>09 Şubat</p> <p>#Yapalım</p> <ul style="list-style-type: none"><li>İlkokul</li><li>Ortaokul</li><li>Lise</li></ul>	<p>10 Şubat</p> <p>#Söyleyelim</p> <ul style="list-style-type: none"><li>İlkokul</li><li>Ortaokul</li><li>Lise</li></ul>	<p>11 Şubat</p> <p>#DansEdelim</p> <ul style="list-style-type: none"><li>İlkokul</li><li>Ortaokul</li><li>Lise</li></ul>	<p>12 Şubat</p> <p>#Uygulayalım</p> <ul style="list-style-type: none"><li>İlkokul</li><li>Ortaokul</li><li>Lise</li></ul>
<p>13 Şubat</p> <p>#Eğlenelim</p> <ul style="list-style-type: none"><li>İlkokul</li><li>Ortaokul</li><li>Lise</li></ul>	<p>14 Şubat</p> <p>#Öyküleştirilim</p> <ul style="list-style-type: none"><li>İlkokul</li><li>Ortaokul</li><li>Lise</li></ul>					

Milli Eğitim Bakanlığı yarıyıl tatili için 23 günlük etkinlik hazırladı. Yarıyıl tatilinde öğrencilere yönelik "Birlikte 23 gün tatil etkinlikleri" adlı çalışma Milli Eğitim Bakanlığı'nın internet sitesinde yayınlandı. Etkinlik takvimine aşağıdaki linkten ulaşabilirsiniz.

<http://birlikte23gun.meb.gov.tr/>

- M¼zik, ilham g¼c¼ne sahiptir ve aynı zamanda ruhsal sağlığınıza olumlu etkileri vardır.
- Klasik m¼zik dinlemek depresyon belirtilerini azaltır, odaklamayı artırır, ¼fke ve stresi azaltır, moralinizi y¼kseltir, daha iyi bir uykuya kapı açar.
- M¼zięi yalnızca eğlence aracı olarak d¼ş¼nmek yerine, g¼nl¼k yaşamanınıza m¼zik katmanın faydalarını d¼ş¼n¼n. Bir m¼zik aleti ęalmaya da başlayabilirsiniz, neden olmasın? Sonuğ olarak daha motive, mutlu ve rahat hissettiğinizi g¼receksiniz.

# M¼ZİK





GÖZLEM  
YAPMAK

KOLEKSİYON  
YAPMAK

ÇİÇEK  
YAPMAK

ÖRGÜ

BALIK  
TUTMAK

TUZ  
SERAMIĞİ

GÖNÜLLÜ  
OLMAK

EVİMİZİ ÇEVREMİZİ  
GÜZELLEŞTİRMEK

PASTA  
YAPMAK

HAYVAN  
BESLEME

ASTRONOMİ

MEKTUPLAŞMAK

UÇURTMA  
UÇURMAK

KENDİN  
YAP(DIY)

YAZMAK

NAKIŞ  
ÇEMBERİ

ÇİÇEK BAKIMI

ŞEHİR  
TANITIM

DİKİŞ

MESLEK VİDEOLARI  
ÖZELLİKLERİ

TAŞ BOYAMA

BAĞIŞ YAPMAK

TAKI

AHŞAP

DİL  
ÖĞRENMEK

TASARIMI

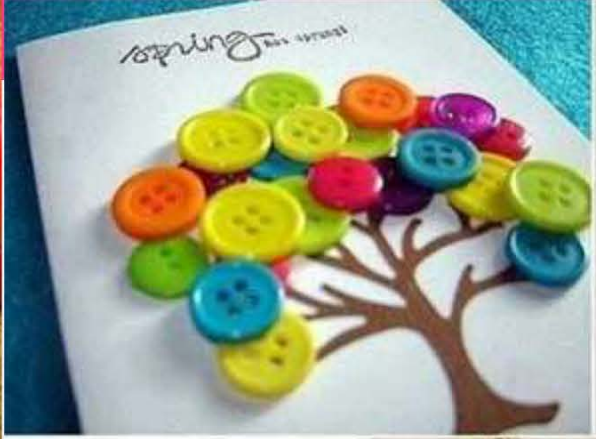
OYMA

ORİGAMİ

MAKET  
YAPIMI

**DAHA BAŞKA ÖNERİLER**















**SAĞLIKLI**

**VE**

**VERİMLİ BİR**

**TATİL GEÇİRMENİZ DİLEĞİYLE**

---

