



## Değerlendirme, Dinlenme ve Planlama

Bu ay Rehberlik dersinde; Zaman Yönetimi ve Öz-Düzenleme". Zamanı nasıl verimli kullanırsınız? Bir günü planlamak neden önemlidir? Etkinlik ve anlatılar eşliğinde çalışılacaktır.

Çocuklar için Zaman Yönetimi ve Öz-Düzenleme becerileri, sadece ödev yetiştirmek değil, hayat boyu sürecek bir "kendi gemisinin kaptanı olma" becerisidir.

## Ara Tatil Etkinlik Köşesi

- Teknoloji Diyeti: Haftanın bir gününü "Ekran Kapalı, Aile Açık" günü ilan edin.
- Mutfak Atölyesi: Çocuğunuzla birlikte bir "Tatil Kurabiyesi" yapın (Ölçme, tartma ve sabır becerisi için).
- Ev Kampı: Salonda battaniyelerden çadır kurup içinde kitap okuma saati yapın.
- Doğa Koleksiyonu: Kısa bir yürüyüşte en ilginç görünümlü 3 taşı veya yaprağı toplayıp üzerine o günkü en güzel anınızı yazın.

Unutmayalım ki; "Çocuğunuzla geçireceğiniz kaliteli zaman, ona aldığınız en pahalı oyuncaktan daha değerlidir. Bu tatilde sadece 'dinlenmeye' değil, 'birbirinizi gerçekten duymaya' vakit ayırın."

PSİKOLOG BAHARIM TUTUŞ

