

Özel İzmir Atatürk Organize Sanayi Bölgesi Nedim Uysal Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi Rehberlik Birimi

Sevgili Öğrencilerimiz,

Öncelikle sizi yürekten tebrik ederiz. İlköğretim kademesinden ortaöğretime geçiş gibi önemli bir dönüm noktasını başarıyla tamamladınız. Yeni arkadaşlıklar kurdunuz, farklı ders yapılarıyla tanıştınız, belki de ilk defa sınav ve sorumluluklarla bu kadar yoğun karşılaştınız. Tüm bu süreci geride bırakırken gösterdiğiniz çaba ve uyum için kendinizle gurur duymalısınız.

Artık sıra geldi tatili en iyi şekilde değerlendirmeye. Yaz tatili, hem bedeninizi hem de zihninizi dinlendirmek için harika bir fırsattır. Aynı zamanda ilgi alanlarınızı keşfetmek, yeni beceriler kazanmak ve kendinizi geliştirmek için de altın bir dönemdir.

Dinlenin

- Bol bol **uyuyun** ve enerjinizi geri kazanın.
- **Ailece zaman geçirin**, doğa yürüyüşlerine çıkın, piknik yapın.
- Sevdiğiniz aktiviteleri yaparak **zihninizi rahatlatın**. Kitap okuyun, müzik dinleyin, film izleyin ya da resim yapın.

Kendinizi Geliştirin

- **Günlük kitap okuma alışkanlığı** edinin. Her gün 15-30 dakika kitap okuyarak kelime dağarcığınızı geliştirebilirsiniz.
- **Hafif tekrarlar yaparak** yıl içinde öğrendiklerinizi unutmamış olursunuz. Özellikle zorlandığınız konulara göz atmanız 10. sınıfa hazırlıklı girmenizi sağlar.
- **Belgesel, tiyatro, müze ve sergiler** ile genel kültürünüzü zenginleştirin.
- **Zaman yönetimi ve hedef belirleme** üzerine kişisel gelişim kitapları okuyun ya da videolar izleyin.

Yeni Beceriler Kazanın

- **Yabancı dilinizi geliştirmek** için uygulamalardan yararlanabilirsiniz.
- **İlgi ve yeteneğiniz olan** farklı konularda **yeni şeyler öğrenmeye** vakit ayırabilirsiniz.
- **Yazı yazma** alışkanlığı edinerek düşüncelerinizi daha etkili ifade edebilirsiniz (günlük tutmak iyi bir başlangıçtır)

Sosyal Yönünüzü Güçlendirin

- Bir yaz kursuna ya da gönüllü etkinliğe katılmak, **iletişim becerilerinizi ve özgüveninizi** artırır.
- Akranlarınızla **ortak projeler** üretmek (örneğin küçük bir dergi, blog ya da video serisi) size sorumluluk bilinci kazandırır.

Unutmayın...

Bu yaz tatili sadece bir dinlenme süreci değil, aynı zamanda **kendinizi geliştirme** fırsatıdır. Ne çok sıkılmın ne de kendinizi yorun. Dengeyi sağladığınız sürece tatil sizin için verimli ve keyifli geçecektir.

Yeni döneme tazelenmiş, motive olmuş ve hazır bir şekilde başlamak için **bugünden plan yapmaya başlayın.**

Keyifli ve sağlıklı bir yaz tatili geçirmenizi dileriz.

Şengül AK

Okul Psikolojik Danışmanı ve Rehber Öğretmeni