



KANBER DEMİR ANADOLU LİSESİ

SERBEST ZAMANI DEĞERLENDİRME

VELİ BROŞÜRÜ

Serbest Zaman ya da Boş Zaman dediğimiz kavram “Uyumak, yemek ve çalışmak için ayrılan zamanın dışında kalan zaman veya dinlenmeye, gezmeye ve eğlenmeye ayrılan zaman.” olarak tanımlanmıştır.



ÇOCUKLARIMIZIN NOTLARINA DEĞİL;

İlgi ve yeteneklerine,
Sevgi ihtiyaçlarına,
Mutluluğuna,
Yapabilirliklerine,
Özgüvenine,
Çevre ile uyumuna,
İletişim becerilerine,

Ahlaki değerlere karşı tutumuna,

ODAKLANMALIYIZ!!!



BOŞ ZAMANDA NELER YAPABİLİRİZ?

- **Çocuğunuzla birlikte tatilin nasıl değerlendirileceği ile ilgili bir plan yapın.**
- **Planda dinlenmeye, kitap okumaya, ders tekrarları yapmaya, eğlenceye, arkadaş ve aile ile birlikte geçirilecek zamana ve sosyal faaliyetlere yer verin.**
- **Uyku ve yeme rutininizi bozmamaya özen gösterin.**
- **Tatil süresince TV, internet, tablet, bilgisayar vb. teknolojik aletler için ayrılan süreleri planlayın.**

Serbest Zaman Örnek Aktiviteleri

- ✓ Günlük Tutun. "Yazmak her şeyin ilacıdır." sözü çoğumuza efsane gibi gelir.
- ✓ Öğle Uykusu. Çok şaşırtıcı değil mi?
- ✓ Yürüyüş En iyi sanatçılar günlük rutinlerine yürüyüşü ekliyorlar.
- ✓ Kitap okumak.
- ✓ Sevdiğiniz bir hobi ile ilgilenmek
- ✓ Çevre ile iletişim.
- ✓ Deneyim.



Anne-babalar kendilerine özellikle şu soruları sormalılar

Çocuğa sağlıklı bir aile ortamı oluşturduk mu?

Çocuğumuzu tanımak için neler yapıyoruz?

Ders çalışma alışkanlığı kazandırdık mı?

Evde ders çalışabilmesi için uygun ortamı hazırlayabildik mi?

Çocuğumuzun sorumluluk alması ve özgüven kazanması için neler yaptık?

Başarı odaklı bir ebeveyn miyim?

Çocuğumla kurduğum iletişim tarzı nasıl?

Anne ve baba olarak veli toplantılarına birlikte katıldık mı?

Sürekli "ders çalış" demek dışında neler yaptık?



Kanber Demir Anadolu Lisesi

Rehberlik Birimi

İletişim: cfrgn68@gmail.com



@kanberdemiral94



<https://kdal.meb.k12.tr/>