



HALİTPAŞA İLK VE ORTAOKULU



Psikolojik
Danışmanlık ve
Rehberlik

PDR GAZETESİ



Şubat 2024

Sınavlarda Başarılı Olma Stratejileri

Her öğrenci sınavlarda başarılı olmak istiyor. Biliyoruz ki başarılı olmayı istemek, harekete geçmek için gerekli ancak yeterli değil. Sınavlarda başarılı olabilmek için yapılması gerekenleri bu yazımızda sizlerle paylaşıyoruz. Sayfa 2'de



ÖZEL EĞİTİM



ÖZEL EĞİTİM NEDİR?

Sayfa 5'te



OYUNCU ANNE ŞERMİN YAŞAR

Sayfa 7'da



REHBERLİK SERVİSİ

Bİ' MESLEK

VETERİNER

Sayfa 8'de



@halitpasa_ilkortaokulu
 Yusufeli Halitpaşa
<https://halitpasa.meb.k12.tr/>

Sınavlarda Başarılı Olma Stratejileri

GENEL TEKRAR YAPIN, DENEME SINAVI VE ÖNCEKİ YILLARDA ÇIKMIŞ SORULARI ÇÖZÜN

Sınavda başarılı olmak için genel tekrar yapın, deneme sınavı ve önceki yıllarda çıkmış soruları çözün. Konulara ilişkin ipuçları ile desteklenen bilgilerle beraber öğrencinin geçmiş yıllarda çıkan soruları çözmeleri, onların sınava yönelik motivasyonunu, güven duygusunu ve sınav performansını olumlu yönde etkilemektedir.

SINAV ÖNCESİNDEKİ HAFTADA YAPILACAKLAR

Sınava bir gün kalana kadar çalışmayı bırakmadan, ancak soru çözümüne ağırlık verilerek çalışmalar devam ettirilmelidir. Sınav öncesindeki haftada zihni ve vücudu dinlendirecek hoşlandığınız aktiviteler yapabilirsiniz.

SINAVDAN BİR GÜN ÖNCE YAPILACAKLAR

- Sınavdan bir gün önce artık deneme sorusu çözmeyi bırakmalı ve sınava mental olarak hazırlanmalısınız.
- Keyif alacağınız, stresten uzaklaşmanızı sağlayacak, stres düzeyini kontrol altında tutacak hafif egzersiz ya da yürüyüş yapabilirsiniz. Sınavdan bir gün önce bedene yorgunluk verecek ya da sakatlanmaya sebep olacak ağır fiziksel aktivite yapılmamalıdır. Sınava son bir gün kala huzurlu ve rahat bir gün geçirmelisiniz.
- Arkadaşlarınızla bir araya gelmeyi düşünüyorsanız, sohbet konusu olarak sınavdan bahsetmemeli, sınavı atlattıktan sonra yapacağınız tatil planını düşünebilirsiniz.
- Sınavdan bir gün önce alışkın olduğunuz ev yemeklerini yemeli ve bünyenizin alışkın olmadığı şeyleri yememeli ve rutininizin dışına çıkmamalısınız. Özellikle hafif bir akşam yemeği yiyebilirsiniz.
- Sınavdan bir önceki gün ve akşamı bazı öğrenciler, akrabalarının ya da eş dostun iyi niyetli başarı dileklerinden olumsuz etkilenerek, gerginlik yaşayabilirler. Bu durumun önüne geçmek için veliler arama çağrılarına bakabilir öğrenci böylelikle sınav öncesinde bu durumdan dolayı gerginlik yaşamaz.
- Sınavdan bir önceki gece, sınava giderken yanınızda götürmeniz gereken nüfus cüzdanı, sınav belgesi gibi belgeleri ve etiketi çıkmış pet su ile sınavda giyeceklerinizi akşam yatmadan önce hazırlayın.
- Sınav sabahı genel kahvaltı rutininizi bozmamalısınız. Hiç yemediğiniz besinleri sınav sabahı da tüketmemelisiniz.
- Sınava sakin tavırlı, pozitif insanlarla birlikte gitmeye özen göstermelisiniz.

SINAV ANINDA YAPILMASI GEREKENLER

Sınavda başarılı olmak için sınav heyecanını yenebilmek önemli bir kriterdir. Sınava hazırlanma aşamasında birçok deneme sınavına girdiğinizi unutmayın. Merkezi sınav benzeri, gerçek mekan gerçek sınav benzeri sınavlarla kendinizi denediniz. Önceki yıllarda çıkan soruları çözdünüz, sınava yönelik özel olarak hazırlanan kaynak kitaplardan ise yüzlerce soru çözdünüz. Merkezi sınavlar, sizin sınava hazırlık sürecinde girdiğiniz deneme sınavlarından farklı değildir. Sınav, bir sıralama sınavıdır. Diğer bir deyişle bir öğrenciye zor gelen bir soru pek çok öğrenciye de zor gelebilmektedir. Sınav kaygısı aşırı olmadığı müddetçe öğrenciye motivasyon ve enerji veren bir duygu olarak kabul edilir. Orta düzey bir kaygı ise sorulara odaklanmanız anlamında gereklidir. Sınav esnasında yapabileceğiniz en iyisine odaklanmalısınız. Sınavın sonucunu düşünmeden, sınav anında sınav süresini en iyi ve en etkili şekilde kullanmalısınız.

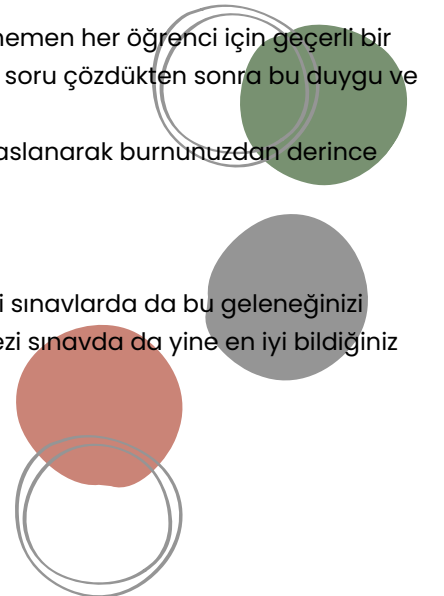
SINAV SIRASINDA NEFES EGZERSİZİ İLE KONSANTRASYONUNUZU AKTİF HALE GETİRİN

Sınav başladığı andan itibaren her şeyi unuttuğunuzu düşünebilirsiniz. Bu durum hemen her öğrenci için geçerli bir durum olabilmektedir. Ancak bu orta düzey kaygının getirdiği geçici bir durumdur. Bir kaç soru çözdükten sonra bu duygu ve düşünce durumu kaybolur. Endişe etmeyin.

Sınav sırasında konsantrasyonunuzun dağıldığını hissederseniz 10 ile 15 saniye arkanıza yaslanarak burnunuzdan derince nefes alıp bırakarak sınava tekrar geri dönebilirsiniz.

SINAVA EN İYİ BİLDİĞİNİZ ALANDAN BAŞLAYIN, STRATEJİ DEĞİŞİKLİĞİ YAPMAYIN

Sınava hazırlık döneminde deneme sınavlarına hangi alandan başladınız? Merkezi sınavlarda da bu geleneğinizi değiştirmeyin. Tüm yıl boyunca strateji olarak sınava hangi alandan başladığınız, merkezi sınavda da yine en iyi bildiğiniz alandan başlayın. Kısacası sınavda strateji değişikliği yapmayın.



SORULARA ÖN YARGILI YAKLAŞMAYIN

Sınavda başarılı olmak için sınav sorularını önyargıdan uzak bir şekilde değerlendirmek gerekir. Her soru bir aldatmaca içermez ve bazı sorular bilgiye dayalı olduğu için sizin bilgiyi kullanarak doğrudan sonuca ulaşmanızı sağlar. Eğer soruları önyargı ile okursanız ve soruda istenilmeyen bilgileri düşünürseniz doğru şıktan uzaklaşabilir ve zaman kaybedebilirsiniz. "Bu soru zor", "Ben bu soruyu yapamam" "Bu paragraf çok uzun kesin çok zordur" gibi düşünceler sizin cesaretinizi kırar. Yine aynı şekilde bu soru çok kolaymış, hemen yaparım gibi düşünceler de soruyu yanlış yanıtlamaya neden olabilir. Bu bakımdan sınavda başarılı olmak için sınav sorularını önyargıdan uzak bir şekilde değerlendirin.

UZUN PARAGRAFLI SORULARDAN KORKMAYIN

Bir önceki maddede bahsettiğimiz gibi sorulara önyargı ile yaklaşmamalısınız. Uzun paragraflı sorulardan korkmayın. Uzun paragraflı soruları çözümü ve cevapları genellikle metnin içinde saklı olur. Bu anlamda uzun metinlerin ve paragraf sorularının aslında daha kolay olduğu söylenebilir.

SORU KÖKLERİNİ İYİ OKUYUN

Sınavda başarılı olmak için soru kökünü iyi okumalısınız. Soruları doğru okumanız, soruya yoğunlaşmanız ve sorunun sizden ne istediğini anlamanız son derece önemlidir. Soru kökü "yanlıştır", "değildir", "yoktur" "olamaz" gibi anlatımlar taşıyabilir. Zihin olumlu soru köküne göre hamle yaptığı için olumsuz soru kökleri dikkatsizlik sonucu olumlu soru kökü olarak algılanabilir. Bu bakımdan soru cümlesinin son kelimesine dikkat etmeli, altı çizili sözcüklere, sizden ne istenildiğine ve olumsuz anlatımlara dikkat etmelisiniz. Düzenli Kitap Okuma Alışkanlığı ile zihniniz sorulan soruya göre paragrafı okuma eğiliminde olacaktır.

HER SORUNUN BİRBİRİNDEN BAĞIMSIZ OLDUĞUNU UNUTMAYIN

Soru çözümünde aklınız önceki sorularda ya da soru içinde geçen bir kelimedede kalabilir. Bu sizin bir sonraki soruya odaklanamamanıza sebep olur. Her sorunun birbirinden bağımsız olduğunu unutmamalısınız. Bir soru bittiğinde ve diğer soruya geçtiğinizde dikkatinizi her soruda yeniden toplamalı, her sorunun diğer sorulardan ayrı ve bağımsız olduğu bilinci ile yoğunlaşmalı ve o şekilde soruyu yanıtlamalısınız. Önceki sorudan kurtulmayı başaramadığınızı hissettiğiniz anda, 15 saniye nefes egzersizi yaparak dikkatinizi yeniden toplamalı ve yeni soruya odaklanarak başlamalısınız.

SAYISAL SORULARI SADECE BAKARAK ÇÖZMEYİN

Sayısal bölümdeki işlem gerektiren sorular zihinden çözülebilecek gibi olsa ve siz bu yeteneğinize güveniyor olsanız da sayısal soruları mutlaka sınav kitapçığının üzerine işlem yaparak ve yazarak çözmelisiniz. İşlemleri yazarak çözmeye, yapacağınız olası hataları en aza indirir. Matematiksel işlemleri sadece bakarak ve zihinden çözmeye çalışmak, merkezi sınav gibi önemli bir sınavda yapılmaması gereken bir durumdur.

KODLAMAYI HER SORU ÇÖZÜMÜNDEN SONRA YAPIN

Kodlamayı her soru çözümünden sonra yapmalı ve asla en sona bırakmamalısınız. Her kodlama yaptığınızda hangi numaralı soruyu çözdüğünüze ve hangi numaralı soruyu kodladığınızı kontrol edin. İşaretleme yapılan cevap bölümündeki sorunun, çözdüğünüz testle aynı soru olduğundan emin olun.

ACELECİ DAVRANMAYIN VE BİLMEDİĞİNİZ SORULARI BOŞ BIRAKIN

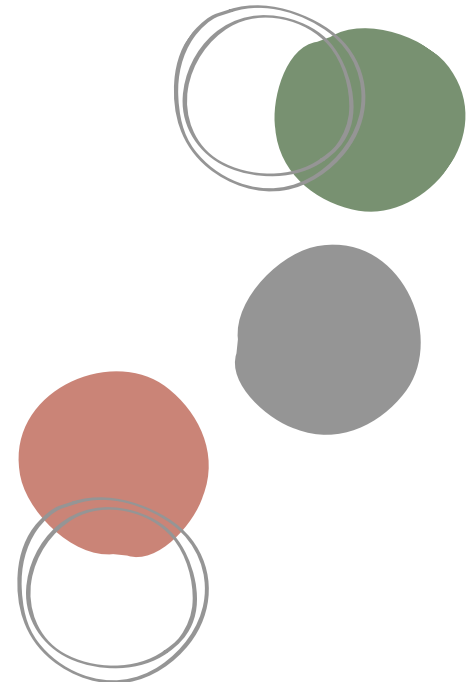
Sınav sorularının tüm cevaplarını okumalısınız. Sınavlardaki soruların cevapları çeldirici nitelikte olabilir. Bir sorunun yanıtını diğer seçeneklere bakmadan işaretlememelisiniz.

Doğru yanıt bulduğunuzu zannederek diğer seçeneklere bakmamanız sizin zararınıza olur. Mutlaka sorunun bütün seçeneklerini okuyun. Bu, zaman kaybı değildir. Yanıtınız doğru olsa bile mutlaka diğer seçenekleri de okuyun. Cevabından yüzde yüz emin olmadığınız soruları boş bırakmalısınız. Cevapları eleyerek bilmediğiniz sorunun cevabına ulaşmaya çalışmamalısınız.



ZORLANDIĞINIZ SORUDA FAZLA VAKİT KAYBETMEYİN, SORUYLA İNATLAŞMAYIN

Sınavlarda zaman faktörü önemli bir kriterdir. Öğrenci zamanını son derece dikkatli bir şekilde kullanmalıdır. Bu noktada öğrencinin zor sorularda fazla zaman harcamaması, sorular ile inatlaşmaması gerekir. Çözülemeyen sorunun yanına işaretleme yaparak, sınav sonunda size zor gelen soruları tekrar çözebilirsiniz. Bunun için Turlama Tekniği sınavlarda kullanılabilecek etkili bir tekniktir.



ÖZEL EĞİTİM NEDİR?

“Bireysel ve gelişim özellikleri ile eğitim yeterlilikleri açısından akranlarından anlamlı düzeyde farklılık gösteren birey” özel eğitime ihtiyaç duyan bireydir. En genel tanımıyla özel eğitim özel gereksinimi olan bireylere sunulan eğitimidir. Özel eğitim: Özel eğitim ihtiyacı olan bireylerin eğitim ihtiyaçları, yeterlilikleri, ilgi ve yetenekleri doğrultusunda kapasitelerini en üst düzeyde kullanmalarını; üst öğrenime, meslek hayatına ve toplumsal yaşama hazırlanmalarını amaçlar. 573 sayılı Özel Eğitim Hakkında KHK’da özel eğitimin ilkeleri ise şöyle sıralanmıştır:

- Özel eğitim gerektiren tüm bireyler, ilgi, istek, yeterlilik ve yetenekleri doğrultusunda ve ölçüsünde özel eğitim hizmetlerinden yararlandırılır.
- Özel eğitime erken başlamak esastır.
- Özel eğitim hizmetleri, özel eğitim gerektiren bireyleri sosyal ve fiziksel çevrelerinden mümkün olduğu kadar ayırmadan planlanır ve yürütülür.

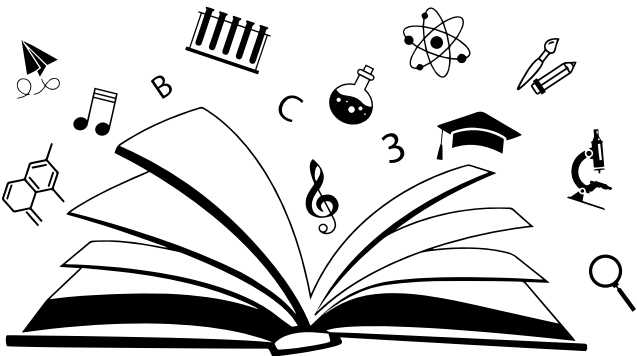
EĞİTSEL DEĞERLENDİRME VE TANILAMA NEDİR?

Eğitsel değerlendirme ve tanılama sayesinde özel gereksinimi olan öğrenci tanınır, ona sunulacak eğitim ve hizmetler belirlenir. Özel eğitime ihtiyaç duyan öğrencilerin değerlendirilmesi ve tanılanması öğrencinin en erken zamanda farkına varılması, güçlü ve zayıf yönlerinin ortaya çıkarılması, toplumsal yaşama hazırlanması için gerekli ve önemlidir. **Eğitsel değerlendirme** öğrencilerin akademik, davranışsal ya da gelişimsel özelliklerini belirlemek ve bu özelliklere uygun yasal ve eğitsel karar alma süreci olarak tanımlanabilir.

REHBERLİK ARAŞTIRMA MERKEZLERİ (RAM)

RAM rehberlik hizmetleri ile özel eğitim hizmetlerini planlayarak hizmetlerin koordineli bir şekilde yürütülmesini sağlayan kurumdur. RAM’lar il ve ilçe millî eğitim müdürlüklerine bağlı olarak faaliyet gösterirler. Ancak RAM’ların MEB bünyesinde bağlı oldukları ana birim Özel Eğitim ve Rehberlik Hizmetleri Genel Müdürlüğüdür.

Rehberlik ve araştırma merkezleri; özel eğitime ihtiyacı olan bireylerin eğitsel değerlendirme, tanılama, izleme ve yönlendirme hizmetlerini yürüterek birey için uygun olan eğitim ortamını önerir, birey ve ailesine destek eğitim ile rehberlik ve psikolojik danışma hizmetleri sunar.



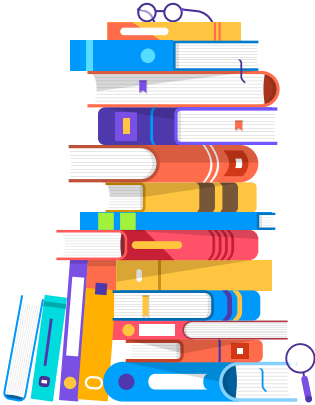
Kaynaştırma/Bütünleştirme Uygulamalarında

Görev ve Sorumluluklar

Eğitim ortamlarının tüm öğrenciler, özellikle özel gereksinimi olan bireyler için düzenlenmesinde; eğitim ihtiyaçlarına göre müfredat, sınıf düzenlemesi ve diğer gereken uyarlamaların yapılmasında tüm paydaşların rolü son derecede önemlidir.

Kaynaştırma/bütünleştirme yoluyla eğitim uygulamaları, özel eğitim ihtiyacı olan öğrencilerin her tür ve kademedede diğer öğrencilerle karşılıklı etkileşim içinde bulunmalarını ve eğitim amaçlarını en üst düzeyde gerçekleştirmelerini sağlamak amacıyla bu öğrencilere destek eğitim hizmetleri de sunulur. Akranlarıyla birlikte tam zamanlı ya da özel eğitim sınıflarında yarı zamanlı olarak verilen eğitim şeklinde ifade edilmektedir. Bu tanıma göre, özel eğitim destek eğitim hizmetlerinin hem özel gereksinimi olan öğrenciler için hem de bu uygulamayı yürüten öğretmenler için sağlanması gerekmektedir.

BİREYSELLEŐTİRİLMİŐ EĞİTİM PROGRAMI (BEP)



Eğitsel değerlendirme ve tanılama süreci tamamlanan özel gereksinimi olan öğrenci için BEP hazırlanır. ÖEHY'e göre BEP geliştirme birimi; okul müdürü veya görevlendireceği bir müdür yardımcısının başkanlığında, rehber öğretmen/psikolojik danışman, öğrencinin sınıf öğretmeni, dersini okutan alan öğretmenleri, öğrencinin velisi ve öğrenciden oluşur.

Gerektiğinde görüşlerine başvurulmak üzere özel eğitim değerlendirme kurulundan bir üyenin BEP geliştirme birimine katılımı sağlanır. BEP ekibi öğrencinin var olan potansiyeli ve gereksinimlerine göre kapsamlı bir BEP hazırlar. BEP ekibi bu programın uygulanması, izlenmesi ve değerlendirilmesi ile ilgili çalışmalarda koordinasyonu sağlar. Ekip öğrencinin tüm gelişim alanlarındaki özellikleri ile eğitim ihtiyaçları doğrultusunda BEP'inde değişiklik ve düzenlemeler yapabilir. Kaynaştırma/bütünleştirme yoluyla eğitimlerine devam eden öğrencilerden destek eğitim odasında eğitim alacak öğrencileri, eğitim hizmeti sunulacak dersleri ve haftalık ders saati sayısını da BEP ekibi belirler. BEP geliştirme biriminin daha birçok görevi ve sorumluluğu vardır. Ancak temel özelliği okuldaki tüm süreçlerde özel gereksinimi olan öğrenci ile ilgili kararları almada ve uygulamada yetkili olmasıdır.



OYUNCU ANNE



ŞERMIN YAŞAR' ın
kaleminden...



Çocuğunuzun İstedığı Her Şeyi Yaptınız, Ya Sonra?

Park, alışveriş, eğlence parkuru, sinema, belki de abur cubur... Anne-çocuk dopdolu bir gün geçirdiniz ve gönlünüzce eğlendiniz. Eve geldiğinizde ise çocuğunuzun minik bedeni yorulup erkenden uykuya daldı. Ve bir gün daha böylece sona erdi.

Peki, yarın ve sonraki günlerde çocuğunuz için nasıl bir planınız var? Bir çocuk kanalı açıp tüm gün salonda oturmak mı? Akıllı telefonunuza onun yaş seviyesine uygun birçok oyun ve uygulama indirmek mi?

Tüm bunlar, çocuğunuzun kendi başına vakit geçirmesi için uygulanabilecek kolay çözümler. Ancak onun bu aktiviteler boyunca neler öğrenmiş olabileceğini veya sizi ne kadar özleyebileceğini hiç düşündünüz mü? Öyleyse şimdi ikiniz için de oyun vakti!

Oyuncu Anne, çocuğunuzla hem keyifli hem de faydalı vakit geçirebileceğiniz birbirinden eğlenceli oyunlarla hayatınızı kolaylaştırıyor. Bir yandan çocuğunuzun doya doya severken, diğer yandan onun güvenli bir şekilde öğrendiğini ve yanınızda büyüdüğünü görmek size çok iyi gelecek!

<https://www.dr.com.tr/kitap/oyuncu-anne/egitim-basvuru/aile-cocuk/aile-cocuk/urunno=0000000645192>

VETERİNER



Hayvan sağlığının korunması için önlemler alan, hastalıklara tanı koyan, tıbbi ve cerrahi girişimlerde bulunarak hastalığın tedavisini sağlayan kişidir.

Veterinerler Neler Yapar?

- Yurdun çeşitli bölgelerinin, iklim, tarımsal yapı ve pazarlama koşullarına uygun hayvan tür ve ırklarının saptanması, mevcut olanların iyileştirilmesi,
- Hayvan davranışları ve korunmaları verimlerini artırıcı yöntemlerin geliştirilmesi ve uygulanması gibi çalışmalarda bulunur,
- Hayvanların bakım ve beslenmesi, sağlıklarının korunması,
- Hayvan rnlerinin değerlendirilmesi konularında, hayvan yetiştiricilerini aydınlatmak amacıyla eğitim programları düzenler,
- Salgın ve paraziter hayvan hastalıklarının önlenmesi için her türlü tıbbi çalışmaları yapar,
- Embriyo transferi gibi biyoteknolojik yöntemlerle hayvanlarda dl verimini artırma ve ıslah çalışmalarında bulunur.
- Zoonozların yayılmasını önler ve tedavi yöntemleri geliştirir.

Veterinerlerin alışma Alanları

Tarım işletmeleri Genel Müdürlüğü merkez ve hayvan ıslahı ve üretim kurumlarında, Veteriner Kontrol ve Araştırma Enstitüleri bölge laboratuvarlarında, ordu hayvan sağlığı ve gıda kontrol hizmetlerinde; ilaç firmaları, özel sektör çiftlikleri ve hayvansal üretime dayalı gıda sanayiinde, halk sağlığı ve evre sağlığıyla ilgili tüm kamu kurum ve kuruluşlarında sağlık kontrol, kalite kontrol, üretim, işletme ve yönetim alanlarında görev yapabilir ve mevcut kanunlara göre kendi kliniklerini açabilirler.

Veterinerlik Eğitimi Nerede Verilir?

Meslek eğitimi; üniversitelere bağlı fakültelerin Veterinerlik Bölümlerinde verilmektedir. Eğitim süresi 5 yıldır.

YUSUFELİ

Halitpaşa İlk ve Ortaokulu



Vizyonumuz: Öğrenmenin temel ihtiyaç hissedildiği, hem öğrenenlerin hem de öğretmenlerin birbirinin gelişimine yardımcı olduğu, herkesin yaptığından emin olduğu, sürekli öğrenen ve gelişen , sevgi ve kardeşliğin hakim olduğu, erdemli, hayatta ayakları üstünde durabilen 21.yüzyıl insanını yetiştirmek.

Misyonumuz: Evrensel nitelikte bilgi ve teknoloji üreten, araştırmacı, katılımcı, paylaşımcı, özgün ve estetik değerlere sahip, çağdaş bir eğitim ve bilimsel kültürü oluşturmak ve özgüveni tam ,toplumsal değerlere saygılı bireyler yetiştirmektir.

HAZIRLAYANLAR:

Hacer AKYÜREK
Halitpaşa Ortaokulu
Psikolojik Danışmanı

Esra AYDIN
Halitpaşa İlkokulu
Psikolojik Danışmanı