

# REHBERLİK BÜLTENİ

## SELİMPAŞA AHMET ZİYLAN ORTAOKULU



### BU SAYIDA

VERİMLİ DERS  
ÇALIŞMA YÖNTEMLERİ

OKUL TANITIMI: SOSYAL  
BİLİMLER LİSESİ

3 ARALIK DÜNYA  
ENGELLİLER GÜNÜ



*Selimpaşa Ahmet Zıylan Ortaokulu Rehberlik Servisi olarak hazırlayacağımız bültenler ile hem öğrencilerimiz ile olan iletişimimizi güçlendirmeyi hem de velilerimize daha yakın olmayı amaçladık.*

*Yapacağımız akademik çalışmalar ve sosyal etkinlikler ile öğrencilerimizin gelişimine katkı sağlamayı hedefliyoruz.*

*Keyifli okumalar dileriz... :)*

## VERİMLİ DERS ÇALIŞMAK NEDİR? NEDEN ÖNEMLİDİR?

Başarılı olmak ve hedefine ulaşmak isteyen bir öğrenci için verimli ders çalışmak çok önemlidir. Saatlerce masa başında olmak verimli ders çalışmak anlamına gelmemektedir. Birçok birey saatlerce ders çalışmasına rağmen verim elde edemediğini ya da konularını bitiremediğini ifade etmektedir. Bir öğrenci bu tarz sorunlarla karşılaşıyorsa öğrencinin çalışma şeklinde yada planlamasında bir sorun var demektir.



Verimli ders çalışmak kişinin planladığı süre zarfında çalışarak üst düzey bir başarı elde etmesi demektir. Verimli ders çalışmak uzun süre masa başında kalmak demek değildir. Verimli ders çalışmak için öncelikle bireyin hedefini belirlemesi ve bu hedefe yönelik uygun bir planlama yapması gerekmektedir. Quizler, ödevler ve sınavlar için uygun şekilde organize olmak ve hazırlanmak okul performansında büyük fark yaratabilir.



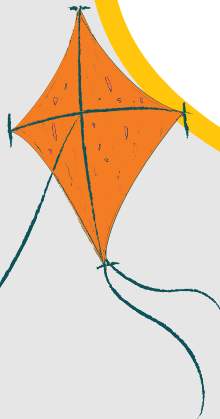


## PEKİ PLANLI ÇALIŞMA NEDİR?

**Planlı çalışmak, amacımıza ulaşmak için hangi dersi ne kadar çalışacağınızı, ne zaman çalışabileceğinizi, ne kadar gayret göstermeniz gerektiğini belirlemektir. Zamanı israf etmemek ve en faydalı şekilde değerlendirmek için planlı çalışmak çok önemlidir.**

## PLANLI ÇALIŞMAK ÖĞRENCİYE NE KAZANDIRIR?

1. Zamanı Daha Verimli Kullanmamızı Sağlar
2. Sorunlarımızı Çözmeyi Kolaylaştırır
3. Öğrenme Hızını Ve Kalitesini Artırır
4. Öğrendiklerimizin Daha Akılda Kalıcı Olmasını Sağlar
5. Kendimize Güvenimizi Artırır
6. Motivasyonumuzu Yükseltir
7. Doğru Karar Vermemize Yardımcı Olur
8. Endişelerimizi Ve Korkularımızı Azaltır
9. Diğer İlgilerimize Ve Hobilerimize Vakit Ayırmamızı Sağlar



## DERS ÇALIŞMA PROGRAMI HAZIRLARKEN DİKKAT EDİLMESİ GEREKENLER

- Kendinizi Tanıyın.
- Hedefinizi Ve Amacınızı Belirleyin.
- Günlük Rutininizi Gözden Geçirin.
- Çalışacağınız Derslere Ayıracağınız Çalışma Saatlerini, Süreyi Ve Günü Belirleyin.
- Mola Sürenizi Belirleyin.
- Oluşturacağınız Planın Okuldaki Ders Programı İle Uyumlu Olmasına Dikkat Edin.
- Eksiklerinizi Belirleyin.
- Dinlenme, Kültürel Ve Sportif Etkinlikler Gibi Ders Dışı Etkinliklere Ayrılan Süreyi Belirleyin.

## VERİMLİ DERS ÇALIŞMAYI ENGELLEYEN FAKTÖRLER NELERDİR?

- ÖĞRENCİNİN DERS ÇALIŞMA KONUSUNDA MOTİVASYON EKSİKLİĞİ VE DERS ÇALIŞMAYA KARŞI İSTEKSİZLİK
- DERSLERİN DÜZENLİ OLARAK TEKRARLARININ YAPILMAMASI
- DERS ÇALIŞIRKEN YAPILAN YANLIŞLARDAN DERS ALMAMAK
- ZAMANI DENETLEME KONUSUNDA SIKINTI ÇEKMEK VE ZAMANI İYİ AYARLAYAMAMAK
- KENDİNİ BAŞKALARIYLA KIYASLAMAK
- AŞIRI KAYGI İLE BERABER KENDİNE GÜVEN AZLIĞI
- DERS ÇALIŞIRKEN MÜZİK DİNLEMELİK
- TELEVİZYON YA DA SOSYAL MEDYADA TAKILIP KALMAK
- AŞIRI KAYGI İLE BERABER KENDİNE GÜVEN AZLIĞI



## VERİMLİ DERS ÇALIŞMA TEKNİKLERİ NELERDİR?

- HEDEFİN BELİRLENMESİ
- ÇALIŞMA ORTAMININ DÜZENLENMESİ
- ÇALIŞMAYA ÖZ HAZIRLIK YAPILMASI
- DERS SIRASINDA ETKİN DİNLEMENİN GERÇEKLEŞTİRİLMESİ
- NOT TUTMA VE ÖZET ÇIKARMA BECERİSİNİN KAZANILMASI
- ZAMAN YÖNETİMİ VE PLANLAMANIN YAPILABİLMESİ



Hazırlayan İnanç MENKİS

# SOSYAL BİLİMLER LİSESİ

**Sosyal Bilimler liselerinin bazıları Hazırlık+4 yıl olarak eğitim verirken bazıları 4 yıl eğitim vermektedir. Bu nedenle tercih öncesinde eğitim süresine bakmak gerekmektedir. Bir şubeye alınacak öğrenci sayısı 30'dur. Genellikle pansiyonları bulunmaktadır.**

**Okula gidecek öğrenciden beklenen;**

- Sosyal bilimleri ve edebiyat alanına ilgi duyması
- Matematiğe ilgisinin olması
- Sosyal etkileşiminin yüksek olması
- Akademik araştırmaya istekli

**Sosyal Bilimler Liselerine merkezi yerleştirme puanı ile yerleştirme yapılır.**

İlk defa 2003 yılında İstanbul'da açılan Sosyal Bilimler liseleri, edebiyat ve sosyal bilimler alanlarında ilgi ve yeteneği olan öğrencileri bu alanlarda üstöğrenim kurumlarına hazırlamayı amaçlamaktadır. Sözel ağırlıklı eğitim verilmektedir. Bu okullardan mezun olan öğrenciler yeterli puana sahip oldukları takdirde eşit ağırlık, sayısal, sözel veya dil puanı ile öğrenci alan tüm bölümleri tercih etmeleri mümkündür.

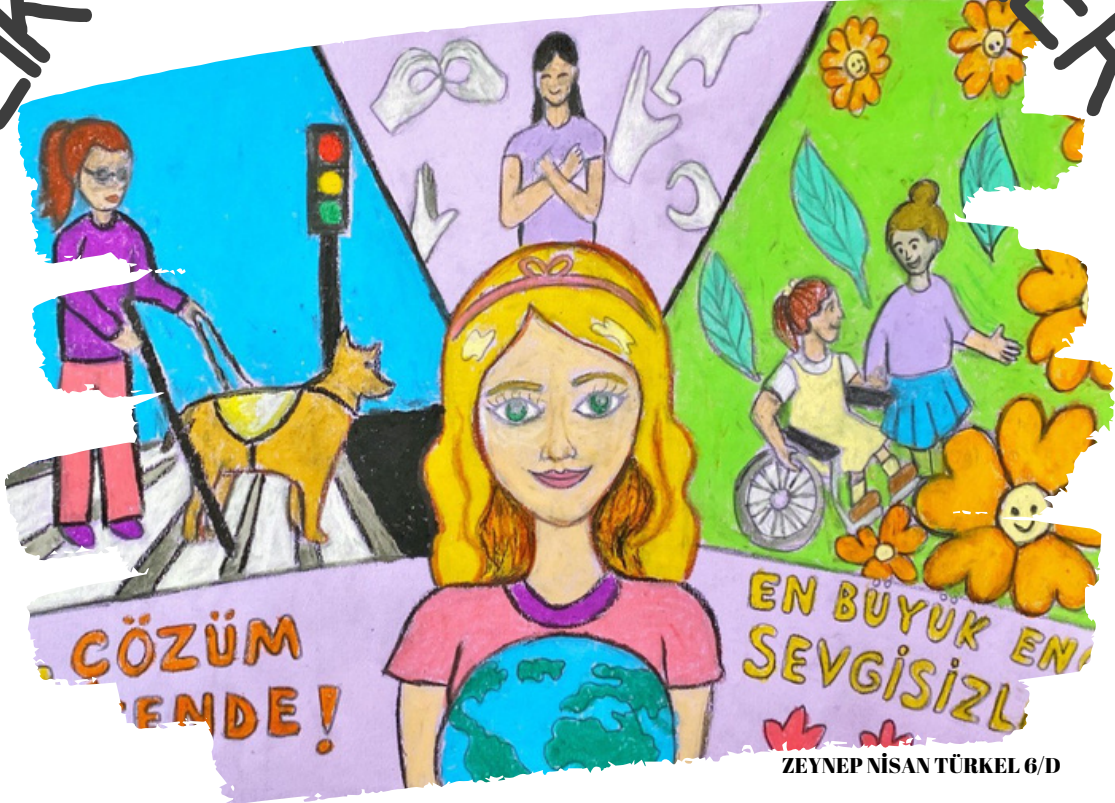
**Sosyal bilimler liselerinden mezun olan öğrencilerin ağırlıklı seçtikleri bölümler; Hukuk, psikoloji, kamu yönetimi, siyaset bilimi, uluslararası ilişkiler, iktisat, ekonomi ve edebiyattır.**



Hazırlayan Derya DEMİR

**Türkiyedeki ilk üç sosyal bilimler lisesi ve yüzdeler:**  
**Aydın SBL-%7.68**  
**İstanbul Mümtaz Turhan SBL-%8.19**  
**Eskişehir Eti SBL-%8.82**

# 3 ARALIK DÜNYA ENGELLİLER GÜNÜ



**EN BÜYÜK ENGEL SEVGİSİZLİKTİR!!!**

Birleşmiş Milletler tarafından engellilerin toplumsal yaşama tam ve diğer bireylerle eşit katılım sağlanmalarına ilişkin çalışmalar yürütülmüştür. Bu kapsamda engellilerin sorunlarına dikkat çekmek ve onları daha iyi anlayabilmek için 3 Aralık, 'Uluslararası Engelliler Günü' olarak ilan edilmiştir. Ülkemizde de çeşitli etkinlikler düzenlenerek eğitim, sağlık, çalışma hayatı gibi alanlarda fırsat eşitliği sağlanması ve farklılıklara saygı gösterilmesi, mekânsal erişim yanında teknoloji ve bilgiye erişimin bu bireyler için ne kadar önemli olduğuna dikkat çekilerek toplumsal farkındalık oluşturulması amaçlanmıştır.

Unutmayalım ki engellilik birey ve ailesi için zorlu yaşam koşullarını beraberinde getirmekte ve onların yaşadığı sorunlarla baş etmeleri sürecinde bizlere görevler düşmektedir. Bu nedenle her alanda onların yaşamlarını kolaylaştırmak, yılın her günü onları anlamak için her gün birlikte çalışalım.

Hoşgörü, sevgi ve saygıyla daha güçlü bir ülkede hep birlikte yaşamı kucaklayalım.

# OKULUMUZ ÖĞRENCİLERİNDEN 3 ARALIK DÜNYA ENGELLİLER GÜNÜ RESİMLERİ

