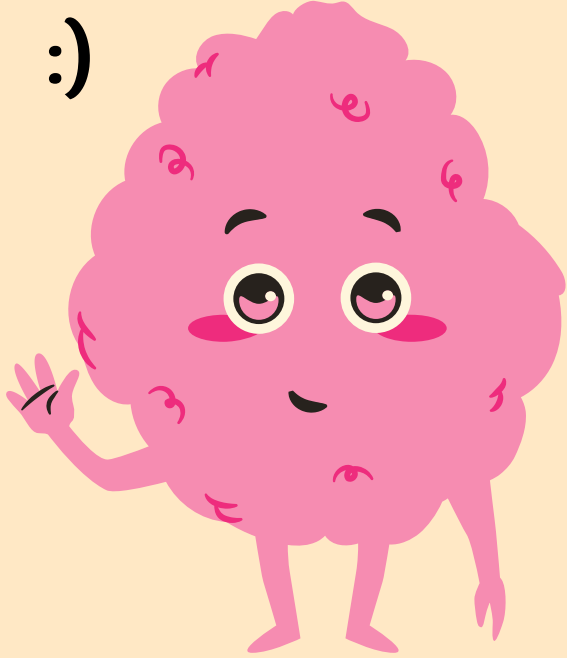


Hey!
Merhaba
Arkadaşım
:)



Benim adım
" Verimli "

Tanıştığımıza memnun
oldum.

Sana derslerinde başarılı
olmana yardım edecek
birkaç teknikten
bahsetmek istiyorum.



Uyku - Beslenme - Planlama

Uyku!
Sağlıklı yaşamın ve başarının en önemli anahtarıdır. Erken yatıp, erken kalkmak sana bu konuda yardımcı olacaktır.

Beslenme!
Sağlıklı beslenmek zihin gelişimin için de çok önemlidir. Bu yüzden lütfen kahvaltı yapmayı unutma.

Gününü planla!
Okuldan eve geldiğinde zamanını iyi değerlendirmek istiyorsan bir plana ihtiyacın var demektir.

DİKKAT!

- Dersi, derste dinle.
- Anlamadıklarını öğretmenine sor.
- Öğretmeninin yazmanızı istediklerini defterine not al.
- Her gün ödevlerini not al.
- Gününü planla.
- Eve gidince dinlen ve ödevlerine başla.
- Sessiz ortamda,
- Mümkünse masada,
- Mola vererek çalış.
- Sonraki güne hazırlan ve çantayı hazırla.
- Günlük kitap okumayı yapmayı unutma!



2022-2023 EĞİTİM-ÖĞRETİM YILI

PSİKOLOJİK DANIŞMA VE
REHBERLİK HİZMETLERİ

İÇERİK HAZIRLAMA KOMİSYONU

Eğer;

Nasıl çalışacağını
bilmiyorsan

Çalıştığın halde
başarısız oluyorsan

Zamanını planlamada güçlük
yaşıyorsan

Konuşacak birisine ihtiyaç
duyuyorsan

Okul psikolojik danışmanın seni
bekliyor :)

Unutma!
Ancak sen istersen
başarılısın.
Kendine güven
arkadaşım.
Ben sana güveniyorum



KASTAMONU
İL MİLLİ EĞİTİM MÜDÜRLÜĞÜ