

11-D SINIFI YARIYIL TATİLİ DERS ÇALIŞMA PROGRAMI



MİLAS FİNAL AKADEMİ
ANADOLU LİSESİ

Sevgili Gençler

Önünüzde dinlenmek, kendine vakit ayırmak ve yeni döneme taze bir başlangıç yapmak için harika bir fırsat var: Yarıyıl tatili! Bu tatil süreci, sadece okul rutinini esnetmek değil, aynı zamanda sana verilen görevleri kendi hızında tamamlamak, kendini keşfetmek ve "yeni dünyanın" bir parçası olmak için bir gelişim alanıdır.

Modern bilimin sunduğu perspektifler ışığında, bu süreci nasıl bir dönüşüm fırsatına çevirebileceğinizi lise yıllarının o dinamik ruhuna uygun bir dille ele aldık.



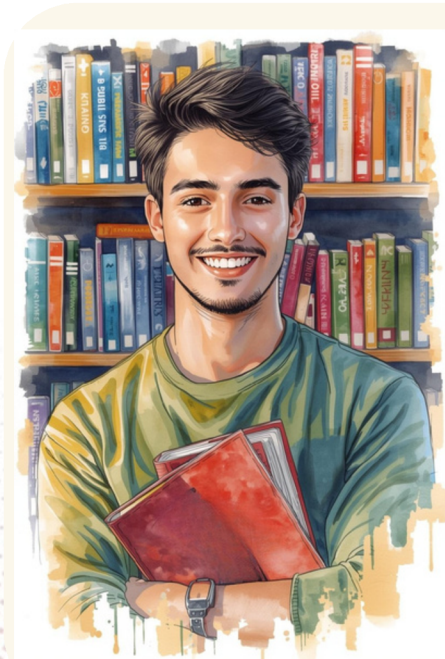
İşte modern dünyanın hızı içinde kaybolmadan, kendi potansiyelini ortaya çıkarmanıza yardımcı olacak kapsamlı rehberlik bültenimiz:

Cesaret Korkusuzluk Değildir: Konfor Alanının Dışına Yolculuk

Lise yılları, belki de hayatınızdaki en büyük belirsizliklerin yaşandığı, "Gelecekte ne olacağım?" sorusunun zihnini en çok meşgul ettiği dönemdir. Birçoğumuz cesareti, bir kahramanlık masalı gibi hiç korkmamak sanırız. Oysa cesaret, tam tanım itibarıyla **korkmanıza rağmen, sonunda elde edebileceğin bir faydaya, bir ihtimalle bile olsa harekete geçebilme kabiliyetidir**. Korku olmadığı zaman cesarete ihtiyaç yoktur; cesaret ancak korkuyla birleştiğinde anlam kazanır.

Öğretmenlerinizin verdiği ödevler ve projeler, bazen sana bu belirsizlik bulutu içinde birer yük gibi görünebilir. Ancak bu görevlerin her biri, aslında bildiğin ve rahat hissettiğin o "konfor alanı"ndan çıkman için birer araçtır. İnsan biyolojik olarak sürekli gelişmek zorunda olan bir varlıktır. Bir kedinin ya da köpeğin dünyayı değiştirme derdi yoktur; onlar oldukları gibi yaşarlar. Fakat insan, içinde bulunduğu koşulları iyileştirmek, yeni yaşam alanları yaratmak ve zihnini genişletmek üzerine yapılandırılmıştır.

Bu tatilde, zorlandığın bir dersin üzerine gitmek ya da bir ödevi tamamlamak için masaya oturduğunda hissettiğin o direnç, aslında gelişim dürtünle konfor isteğinin çatışmasıdır. Cesaret gösterip o adımı attığında, sadece akademik bir görevi tamamlamış olmazsın; aynı zamanda zihninizdeki o "yapamam" bariyerini de yıkarsın. Unutma ki cesaretin bittiği yerde esaret başlar. Eğer korkularının üzerine gitmezsen; alışkanlıkların, rutinlerin ve "başkaları ne der" kaygısının esiri olursun. Cesaret, o yazılmamış sayfayı doldurmaya başlamaktır.



"Beş Dakika Durma" Devrimi: Zihinsel Derleme ve Toplama

Modern dünyanın büyük hırsızları dikkatinin peşindedir. Onu çalmak için uğraşıp dururlar. Bugün dijital bir devrimin tam ortasında yaşıyoruz. Elektrik düğmesine bastığımızda lambanın yanması kadar doğal karşıladığımız dijital bir altyapı, hayatımızın her saniyesini kuşatmış durumda. Ancak bu hızın bir bedeli var: "Durma", "Durup düşünme" becerimizi kaybediyoruz.



02

Bilgi İşleme Süreci

Bu mod, gün boyu öğrendiğimiz bilgilerin derlenip toplanması, analiz edilmesi ve uzun süreli belleğe aktarılması faaliyetidir.

03

5 Dakikalık Sessizlik

Tatilde ödevlerinle ilgilenirken ya da bir konuyu anlamaya çalışırken zihninin yorulduğunu hissedebilirsin. İşte o an telefonuna sarılmak yerine, sadece 5 dakika hiçbir şey yapmadan oturmayı dene.



01

Varsayılan Mod Keşfi

İnsan beyni üzerinde yapılan araştırmalar, ilginç bir gerçeği ortaya koyuyor. Hiçbir şey yapmadan, herhangi bir ekrana bakmadan, bir bildirim beklemeden durduğumuzda beynimiz "varsayılan mod" (default mode) denilen özel bir çalışma biçimine geçer.



İnsanlık tarihinin en büyük icatları ve fikirleri, zihnin bu "boşluk" anlarında filizlenmiştir. Newton kütle çekimini bir laboratuvarında karmaşık formüllerle uğraşırken değil, bir ağaç altında otururken fark etmiştir. Çünkü o an zihni, elmanın düşüşünü fark edebilecek kadar sakinidir.

Bu tatilde, ödevlerinin arasında kendine bu küçük "sessizlik vahaları"nı yarat. Göreceksiniz ki, çözemediğin o matematik problemi ya da kurgulayamadığın o kompozisyon, tam da o boşluk anında zihninde netleşecek.

Dijital Dünya:

Nimet mi, Manipölasyon Sistemi mi?

içinde yaşadığımız bu "yeni dünya", psikoloji biliminin son yüz yılda biriktirdiği tüm bilgileri kullanarak bizi nasıl manipüle edebileceğini çok iyi biliyor. Cebindeki ücretsiz uygulamalar, aslında senin davranışlarından veri toplayan ve seni "daha iyi bir tüketici" yapmak için tasarlanmış devasa algoritmalarıdır. Bizler hoşça vakit geçirdiğimizi sanırken, arka planda zaaflarımız üzerine kurulmuş bir sistemin dizginlerini onlara bırakmış oluyoruz.



Mutfak Bıçağı Gibi

Yemek yapma niyetin varsa, bıçak harika bir yardımcıdır. Ancak bir amacın yoksa ve zihnin karışık, bıçakla kendini yaralamaman an meselesidir.

Nimet Olarak Sosyal Medya

Sosyal medya mecralarında bir fikrin, bir üretimin ya da başkalarına fayda sağlayacak bir paylaşımın varsa bu mecralar muhteşem bir nimettir.

Manipölasyon Tuzağı

Ancak sadece vakit öldürmek için oradaysan, sistem seni kıskançlık, yetersizlik ve "başkalarının hayatı benden daha iyi" hissiyatıyla besleyecektir.

Tatilde ödevlerinizi dijital kaynaklardan araştırırken ya da boş vaktinde internette gezinirken şu farkındalığı yanınızda taşı: "Ben şu an bu aracı mı kullanıyorum, yoksa bu araç mı beni kullanıyor?" Eğer bir postu izlerken içten içe kendini değersiz hissediyorsan, beyninin duygusal kısmının manipüle edildiğini fark et. Kendi benlik bilincini yukarıdan bir göz gibi izlemeyi öğrenen bir genç, yeni dünyanın en güçlü insanıdır.

Dikkat Kasını Güçlendirmek: Geleceğin En Büyük Gücü

Öğrenmenin ve bir işi ustalıkla bitirmenin sihirli bir anahtarı vardır: **Dikkati, yeterli bir süre boyunca o işin üzerinde tutabilmek.** Ancak dijital dünya, dikkatimizi bir pinpon topuna çevirdi. Her bildirim, her yeni video, dikkatimizi çekmek için birbiriyle yarışıyor. Bu durum, uzun süreli odaklanma yeteneğimizi bir kasın erimesi gibi zayıflatıyor.



Bu tatilde, sana verilen görevleri yerine getirirken "ajandalı bir dikkat" pratiği yap.

Örneğin; "Önümüzdeki 40 dakika boyunca sadece bu konuya odaklanacağım ve telefonum başka bir odada duracak" diyebilmek, aslında beyninizi yeniden programlamaktır. Bu odaklanma becerisi, sana sadece okulda değil, hayatın her alanında rakiplerinin önüne geçirecek bir "süper güç" sağlayacaktır.

Bir ödevi bitirmek ya da bir kitabı derinlemesine okumak için gereken o "derin çalışma" becerisi, artık nadir bulunan bir yetenek haline geldi. Eğer dikkatin sürekli dış uyaranlar tarafından çekiliyorsa, kararlarının direksiyonunda sen oturmuyorsun demektir.

Şikayet ve Cesaretin Ezeli Düşmanlığı

Hayatının yönünü belirleyen en kritik tercihlerden biri, kullandığın dildir. Bu bültene esin kaynağı olan Sinan Canan'ın da vurguladığı gibi: **"Şikayet ve cesaret aynı bünyede barınamaz."** Şikayet etmek, sorumluluğu hep dışarıya; sisteme, öğretmenlere, zor ödevlere ya da şanssızlığa atmaktır. Şikayet eden insan kendini bir "kurban" olarak konumlandırır. Kurban psikolojisi ise konfor alanının en güvenli limanıdır; çünkü orada hiçbir şeyi değiştirmek zorunda değilsinizdir, sadece mızızlanırsınız.

Şikayet Eden



Vakti çoktur, ama hiçbir şey değişmez

Sorgulayan



"Ne yapabilirim?" diye sorar

Cesur Eylemci



Şikayet etmeye vakti yoktur, çözüm üretir

Kendini Bil

Ancak cesur insan, şartlar ne olursa olsun eyleme geçendir. Şikayet edenlerin vakti çoktur, ama cesaret gösterip "ne yapabilirim?" diyenlerin şikayet etmeye vakti yoktur. Bu tatilde ödevlerin biriktiğinde ya da zorlandığında kendini şikayet ederken yakalarsan, bunun bir "durma hali" olduğunu fark et.

Şikayeti bıraktığın an, enerjin eyleme dönüşür. Kendi gündemini belirleyen, kendi eksiklerini tamamlamak için çabalayan bir genci kimse durduramaz. Sen çevrendeki arkadaş grubunda şikayet eden değil, çözüm üreten ve eyleme geçen o "lider ruhlu" kişi olmayı seç.

Tatilde sana verilen ödevler sadece kağıt üzerindeki sorular değildir; o sorularla uğraşırken kendi sabrını, problem çözme biçimini ve disiplini de test edersin.

Nerede tıkanıldığını, hangi konularda heyecanlandığını gözlemler. Eğer bir boşluğu tatmin etmek için sürekli sosyal medyada ya da oyunlarda kayboluyorsan, o boşluğun kaynağını araştır. Öz-disiplin ve öz-yeterlilik duygusu, dışarıdan verilen bir ödülle değil, kendi üzerinde kurduğun o tatlı hakimiyetle gelişir.

Bu tatili; verilen ödevleri birer engel olarak değil, zihinsel kaslarını güçlendirecek birer antrenman olarak gör.

Ruhunu Besle

Geri kalan zamanında ise ruhunu besleyecek, seni dijital gürültüden uzaklaştıracak faaliyetlere yönel.

Niyetten Cesarete

Kendi niyetini gayrete, gayretini ise cesarete dönüştür.

Gelecek, şikayet edenlerin değil; kendi zihnini tanıyan, odaklanmayı bilen ve cesurca adım atanların olacaktır.

İyi tatiller ve verimli çalışmalar dileriz!

GELECEĞİ NET OLSUN AMA NEET* OLMASIN!

Merhaba Değerli Velimiz,

2025-2026 eğitim-öğretim yılının ilk yarısını geride bıraktığımız bu dönemde, elimizdeki karneler sadece birer sayısal veriden ibaret değildir. 17 Ocak Cumartesi günü başlayacak ve 1 Şubat Pazar günü sona erecek olan bu yarıyıl tatili, hepimiz için bir "durup düşünme" durağıdır. Bu bülteni hazırlarken amacımız, sadece bir tatil takvimi sunmak değil; çocuğunuzun geleceğine dair en kritik soruyu birlikte sormaktır:

Çocuğumuz kendi ayakları üzerinde durabilecek mi?



Akademik Başarı Önemlidir. Peki Yeter mi?

Elbette öğrenim süreci, akademik tahsil ve sahip olunan diploma çok değerlidir. Yapılan tüm küresel araştırmalar ve ülkemizdeki veriler, öğrenim düzeyi ile gelir seviyesi arasında doğrudan ve güçlü bir ilişki olduğunu kanıtlıyor. Çocuğunuz gelecekte; ister bir girişimci ruhla kendi yolunu çizsin, ister kurumsal bir yapıda çalışan veya yönetici olsun; akademik altyapı her zaman onun en önemli cephanesi olacaktır.

Ancak şunu dürüstçe kabul etmeliyiz: Akademik başarı, tek başına mutlu ve bağımsız bir hayatın garantisi değildir. Bugün okul hayatını en yüksek notlarla tamamlayan ancak gerçek hayatın rüzgarı estiğinde yönünü kaybeden, sorumluluk almaktan çekinen ve ailesine bağımlı kalmaya devam eden gençlerin sayısı azımsanmayacak kadar fazladır. Çünkü hayat, dört şıklı sorulardan veya ezberlenmiş formüllerden çok daha karmaşıktır. Bu tatil, çocuğumuzu sadece bir "öğrenci" olarak değil, geleceğin yetişkini olarak yeniden keşfetme fırsatımızdır.

Modern Çağın Riski "NEET" ve Sosyal Beceriler

Eğitim dünyasında ve sosyolojik araştırmalarda son yılların en çok konuşulan kavramı: NEET. İngilizce "**Not in Education, Employment, or Training**" ifadesinin kısaltması olan NEET; ne eğitimde, ne istihdamda ne de bir mesleki hazırlık sürecinde olan gençleri tanımlar. Bu sadece işsizlik demek değildir; bu bir "kopuş" halidir. Hayatın hem öğrenim hem de üretim tarafında devre dışı kalmaktır.

İstatistikler Bize Ne Söylüyor?

Türkiye Tablosu: 15-24 yaş grubunda Türkiye'de NEET oranı yaklaşık %22,9 civarındadır. Yani ülkemizde her 4-5 gençten biri bu riskle karşı karşıyadır. Bu oran 18-29 yaş aralığında %30'lara kadar çıkmaktadır. Genç kadınlarda bu risk %30'un üzerindeyken, erkeklerde %16 seviyelerindedir. Avrupa Birliği ortalaması %11 iken, Türkiye bu oranın çok üzerindedir. Bu sayılar sadece birer istatistik değil, birer uyarı levhasıdır.



Çocuklarımızı Hayata Hazırlayan Beceriler

Biz rehber öğretmenlerin sınıf etkinliklerinde, seminerlerinde ve bültenlerinde sıkça vurguladığı bir alan vardır:

Sosyal ve Duygusal Öğrenme becerileri. Bu ifade ilk bakışta teknik, akademik bir terim gibi görünebilir. Oysa anlattığı şey aslında çok tanıdık, çok insani ve hayatın içinden becerilerdir. Bundan 30–40 yıl önce bu becerilerin adı yoktu; ama kendisi hayatın tam ortasıydı. Mahallede oynanan oyunlarda, komşuluk ilişkilerinde, birlikte iş yaparken, bir ustanın yanında çıraklık ederken, evde sorumluluk alırken, kardeşiyle anlaşmazlık yaşarken çocuklar bu becerileri doğal olarak öğrenirdi. Bugün ise çocuklarımız daha güvenli ama daha dar sosyal alanlarda büyüyor. Bu nedenle hayata hazırlayan becerilerin bilinçli olarak desteklenmesi gerekiyor.

Geleceğinin Daha Net, Aydınlık Olması İçin Önemli Bu Beceriler Nelerdir?

- **Kendini tanıyabilmek:** “Ben neyi iyi yapıyorum, ne beni zorluyor?” diyebilmek.
- **Duygularını yönetebilmek:** Öfkelendiğinde bağırmandan durabilmek, hayal kırıklığı yaşadığında içine kapanmak yerine konuşabilmek.
- **Sorumluluk alabilmek:** Yapması gerekeni başkasına yüklemekten üstlenebilmek.
- **Hata yaptığında vazgeçmemek:** “Olmadı” deyip köşeye çekilmek yerine, “Bir daha denerim” diyebilmek.
- **İlişki kurabilmek:** Dinleyebilmek, kendini ifade edebilmek, gerektiğinde uzlaşabilmek.
- **Amaç koyabilmek ve emek verebilmek:** Her şey hemen olsun istemeden, sabır gösterebilmek.

Bunların ortak bir adı var: Hayata temas edebilme becerisi. Bir genç derslerinde çok başarılı olabilir. Ama bu beceriler yeterince gelişmemişse; hayat onu zorladığında çabuk kırılabilir, geri çekilebilir, sorumluluğu başkasına yükleyebilir. İşte NEET riski tam da burada başlar.

Yarıyıl tatili, büyük beklentiler koymaktan çok ilişkiyi ve güveni tazelemek için kıymetli bir duraktır. Bu süreçte çocuğunuzu sadece dersleriyle değil, bir insan olarak dinlemek; hayata dair düşüncelerini konuşmak; küçük sorumluluklar almasına alan açmak ve hata yaptığında hemen müdahale etmemek, sandığınızdan çok daha güçlü etkiler yaratır. Çünkü bir çocuğun geleceği yalnızca karnesinde değil; ilişki kurabildiği, sorumluluk alabildiği ve kendine güvenebildiği alanlarda şekillenir.

Yarıyıl tatili de bu temelleri sessizce ama sağlam biçimde güçlendirmek için önemli bir fırsattır; biz rehberlik çalışmalarımızda tam da bu nedenle, notlardan önce hayata hazırlığı merkeze alıyoruz.

Çocuğunuzla bağlarınızın güçlendiği, birlikte tazelendiğiniz; onun için kurduğunuz aydınlık ve parlak gelecek hayalini, kendiniz için de yeniden kurabildiğiniz bir yarıyıl tatili olmasını dileriz.