

## ARA TATILDE NELER YAPMALIYIZ

### Spor Yapın

### Ailenizle Vakit Geçirin

Zamanınızın belli bir bölümünü aile bireyleri ile beraber geçirin. Bu beraber oyun oynama olabilir, birlikte ailece izleyebileceğiniz bir film olabilir. 'Her Çocuk Özeldir' filmi veya sizin sevdiğiniz başka filimler varsa onları izleyebilirsiniz. Bunlar gibi birlikte farklı etkinlikler yapabilirsiniz.

Vücudumuz spor yaptığımızda endorfin ve seratonin gibi bizleri mutlu eden hormonlar salgılar. Düzenli egzersiz bizlere hem sağlık, hem de mutluluk getirir. Spor her yerde yapılabilir, ister ilgi duyduğunuz bir sportif faaliyet yerinde, ister spor salonunda, ister evinizde... Her ortamı spor yapabileceğiniz bir alan haline getirebilirsiniz.

## YÜKSEKOVA REHBERLİK VE ARAŞTIRMA MERKEZİ



## Sosyal Medya

### Araçlarından Uzak Durun

Kaliteli zaman geçirmek için telefon,televizyon, tablet, bilgisayar gibi zamanın boşa harcanmasına neden olan sosyal medya araçlarından olabildiğince uzak durun.Bunun yerine ailenizle, arkadaşlarınızla beraber sosyal etkinlikler düzenleyin .

## Sevdiğiniz Etkinliklere

### Zaman Ayırın



## Tekrar Yapınız

Birinci dönem okulda işlediğiniz konuların bir tekrarını yapın. Bu işlediğiniz konuların unutulmamasını, konunun daha çok pekişmesini sağlar.

### İşlediğiniz Konular İle İlgili Soru Çözün

İşlediğiniz konuların pekişmesi ve konu ile ilgili eksiklikleri belirlemek için bolca soru çözün.



## Kitap Okuyun



Kitap okumak insanoğlunun kişisel gelişimini etkileyen en önemli etkenlerden biridir. İnsanın fikir yapısını, hayal dünyasını geliştirir; kelime dağarcığını arttırır, insana bilgi ve birikim kazandırır. Okumak, kişiyi öğrenmeye teşvik eden en önemli bilgi kaynağıdır.