

Verimli Ders Çalışma: Öğrenciler İçin Daha İyi Öğrenme Yolları

Verimli ders çalışmak, öğrencilerin öğrenme sürecini hızlandıran ve bilgilerin kalıcılığını artıran önemli bir beceridir. Öğretmenler olarak, öğrencilerin bu beceriyi kazanmasına yardımcı olmak, onların akademik başarılarını doğrudan etkiler. Bu broşürde, verimli ders çalışma yöntemlerinin önemini ve öğretmenlerin bu süreçte nasıl rol alabileceğini keşfedeceğiz.



Verimli Ders Çalışmanın Önemi

Öğrencilerin ders çalışırken zamanlarını etkili kullanmaları, sadece akademik başarıları için değil, aynı zamanda yaşam becerilerini geliştirmeleri için de kritiktir.

Öğrencilerin rastgele çalışma alışkanlıkları yerine, bilinçli ve planlı bir çalışma düzeni oluşturmaları şu avantajları sağlar:

- Bilgilerin uzun süreli hafızaya aktarılması
- Sınav kaygısının azalması
- Zaman yönetiminin öğrenilmesi
- Ders dışı etkinliklere daha fazla vakit ayırabilme
- Problem çözme ve analiz yeteneklerinin gelişmesi



Öğrencileri Yönlendirmek İçin 5 Strateji

a) Hedef Belirleme

Öğrenciler, günlük veya haftalık çalışma hedefleri belirlemelidir. Bu hedefler somut, ölçülebilir ve ulaşılabilir olmalıdır. Öğretmenler, dersin başında veya sonunda küçük hedef belirleme seansları düzenleyebilir.

b) Çalışma Planı Oluşturma

Bir çalışma planı yapmak, öğrencilerin konuları adım adım öğrenmesine yardımcı olur. Planın, öğrencilere derslerin yoğunluğuna göre ara vererek çalışmayı öneren bir yapıda olması önemlidir.

c) Tekrarın Gücü

Öğrenilen bilgilerin düzenli tekrar edilmesi, hafızayı güçlendirir.

Öğretmenler, öğrencilere kısa ve etkili tekrar yöntemlerini öğretebilir, bu süreçte aktif öğrenme tekniklerini kullanabilirler.

d) Aktif Öğrenme Teknikleri Kullanımı

Pasif ders dinleme yerine öğrencilerin aktif katılım sağlayacakları yöntemler kullanılmalıdır. Soru-cevap, tartışma grupları ve proje temelli öğrenme, bilgilerin daha kalıcı olmasını sağlar.

e) Ara Vermenin Önemi

Sürekli çalışmak yerine öğrencilerin düzenli molalar vermesi, konsantrasyonlarını artırır. Öğretmenler, ders aralarında öğrencilerle kısa molalar yaparak bu alışkanlığı kazandırabilirler.



Öğretmenlerin Rolü

Öğretmenler, verimli ders çalışma alışkanlıklarının kazandırılmasında kritik bir rol oynar. Bu süreçte:

- Öğrencilerin bireysel öğrenme stillerini tanımalarına yardımcı olmaları.
- Zaman yönetimi ve stresle başa çıkma konusunda öğrencileri yönlendirmeleri.
- Düzenli geri bildirim vererek motivasyonu artırmaları.
- Öğrencilerin güçlü ve zayıf yönlerini gözlemleyip kişisel rehberlik sunmaları.



Sonuç:

Verimli ders çalışma, öğrencilerin öğrenme sürecinde karşılaştıkları zorlukları aşmalarını ve akademik hedeflerine ulaşmalarını sağlar. Öğretmenler, bu süreçte öğrencilere rehberlik ederek onların yaşam boyu öğrenen bireyler haline gelmelerine katkıda bulunabilir.

Hazırlayan
Psikolojik Danışman: Abdalbaki BAŞ

VERİMLİ DERS ÇALIŞMA YÖNTEMLERİ



Kişisel seviyenize uygun, uygulanabilir, esnek ve gerçekçi bir ders çalışma programı oluşturun.



Yüksek verim alabilmek için kişisel bir ders çalışma metodu ve öğrenme stili oluşturmaya çalışın.



Ders çalışma planınızı oluştururken ders dizilimini basitten zora doğru oluşturun.



Ders çalışırken, mümkün olduğunca sessiz, düzenli ve sakin bir ortamda çalışmaya çalışın.



Derse başlamadan önce fiziksel ihtiyaçlarınızı giderin ve bunu bir rutine dönüştürün.



Kısa ve uzun vadeli hedefler belirleyin ve zorlanacağın hedefler seçmekten uzak durun.



VERİMLİ DERS ÇALIŞMA YÖNTEMLERİ



Günlük, haftalık ve aylık hedefler belirle ve öğrenme sürecini parçadan bütüne doğru planla...



Çalıştığın konuyu sonuna kadar öğren ve konu hakimiyetini sağladıktan sonra soru çözümlerine geç.



Dikkatinin dağılma süresini ölç ve programındaki ders çalışma ve dinlenme zamanlarını bu süreye göre planla.



Öğrendiklerini günlük, haftalık ve aylık tekrarlarla canlı tutmaya çalışın.



Kendine küçük başarı basamakları oluştur ve kişisel başarılarını sık sık küçük ödüllerle kutla.



Ders çalışma sürecinin tüm basamaklarında **Rehberlik servisi**'nden yardım alabileceğini unutma!





VERİMLİ DERS ÇALIŞMA YÖNTEM VE TEKNİKLERİ

Destekleyici Ortaokul Etkinlikleri

VERİMLİ DERS ÇALIŞMA YÖNTEM VE TEKNİKLERİ

Destekleyici Ortaokul Etkinlikleri

Kitapçıkta yer alan etkinlikler, ortaokul öğrencilerine verimli ders çalışma alışkanlıkları kazandırmak amacıyla hazırlanmıştır. Ders çalışma becerilerinin geliştirilmesi, öğrencilerin akademik başarısında kritik bir rol oynar. Bu etkinlikler, öğrencilere ders çalışırken daha odaklanmış, düzenli ve motive kalmayı öğreten pratik ve eğitici deneyimler sunar.

Etkinlik İçerikleri ve Amaçları

Zaman Yönetimi Oyunu:

Zamanı etkili kullanmanın önemini kavramak ve ders çalışma süresini planlamayı öğrenmek bu etkinliğin temel amacıdır. Öğrenciler, 30 dakikalık ders çalışma periyotlarıyla zamanlarını nasıl yöneteceklerini planlayarak günlük çalışma düzeni oluşturmayı öğrenirler.

Ders Çalışma Alanı Haritası:

Öğrencilere çalışma ortamlarının önemini kavratmayı amaçlar. Dikkat dağıtıcı unsurlardan arındırılmış, motive edici ve düzenli bir çalışma alanı oluşturmanın verimliliği artıracağı vurgulanır. Öğrenciler, kendi çalışma alanlarını planlayarak verimli bir ortamın nasıl oluşturulacağını öğrenirler.

Pomodoro Tekniği Deneyimi:

Kısa çalışma ve mola döngülerinden oluşan Pomodoro Tekniği'ni uygulayarak öğrencilerin uzun süreli odaklanmayı öğrenmeleri amaçlanır. Bu etkinlik, öğrencilerin kısa molalarla verimli çalışmayı deneyimlemelerine olanak sağlar.

Not Alma Teknikleri Atölyesi:

Farklı not alma yöntemlerini öğrenerek bilgiyi organize etmek ve hafızada tutmak amaçlanmıştır. Cornell ve Zihin Haritası gibi teknikler kullanılarak, öğrencilerin dersleri daha etkin bir şekilde öğrenmeleri hedeflenir.

Hedef Belirleme Çalışması:

Kısa ve uzun vadeli hedefler belirleyerek akademik başarıya ulaşmak için stratejiler geliştirmeyi amaçlar. Öğrenciler, S.M.A.R.T hedefler doğrultusunda plan yaparak bu hedeflere ulaşmayı öğrenirler.

Grup Çalışması ve İş Birliği Stratejileri:

Grup çalışması becerilerini geliştirmek, iş birliği yaparak verimli çalışmayı öğrenmek ve iş bölümü yapabilme yetisi kazandırmak bu etkinliğin temel amacıdır.

Motivasyon Kartları:

Ders çalışma motivasyonunu artırmak ve olumlu düşünce alışkanlığı kazandırmayı amaçlar. Öğrenciler, birbirlerini motive eden olumlu mesajlarla destekleyici bir öğrenme ortamı oluşturur.

Genel Hedefler

Bu etkinliklerin hedefi, öğrencilerin ders çalışma alışkanlıklarını daha verimli hale getirmek ve öğrenme süreçlerini geliştirmektir. Her etkinlik, öğrencilerin dikkatlerini toplama, zamanlarını yönetme, çalışma ortamlarını optimize etme ve ders çalışırken daha sistemli olma becerilerini kazanmalarına yardımcı olur. Grup çalışması ve motivasyon etkinlikleri ise öğrencilerin sosyal öğrenme becerilerini pekiştirir. Etkinlikler, öğrencilerin kendi potansiyellerini keşfetmelerini sağlayarak akademik hedeflerine ulaşmalarını destekler.

Dikkat Edilmesi Gereken Yerler

Etkinlikler uygulanırken, öğrencilerin dikkatini aktif tutmak ve katılımı teşvik etmek önemlidir. Her etkinlik, öğrencilerin yaş ve öğrenme seviyelerine uygun olmalı ve anlaşılır şekilde sunulmalıdır. Zaman yönetimi, etkinliklerin planlanan süre içinde tamamlanması açısından kritik öneme sahiptir. Ayrıca, öğrencilerin bireysel farklılıklarına ve öğrenme stillerine saygı gösterilmeli, gerektiğinde kişiselleştirilmiş rehberlik sağlanmalıdır. Grup çalışmaları sırasında, iş birliği ve iletişim becerileri vurgulanmalı, herkesin katkıda bulunmasına olanak tanınmalıdır. Son olarak, etkinlik sonrası geri bildirim vererek öğrencilerin gelişimlerini gözlemlemek ve eksik noktaları pekiştirmek faydalı olacaktır.

VERİMLİ DERS ÇALIŞMA YÖNTEM VE TEKNİKLERİ

Etkinlik-1

"Zaman Yönetimi Oyunu"

Süre: 15 dakika

Amaç: Zaman yönetiminin önemi hakkında farkındalık kazandırmak ve ders çalışma sürelerini etkili bir şekilde planlamayı öğretmek.

Malzemeler: Saat (kronometre), tahta/kağıt, kalem, örnek günlük plan çizelgeleri.

Uygulama Adımları:

Öncelikle öğrencilere zamanı nasıl etkili yönetmeleri gerektiği hakkında kısa bir bilgilendirme yapın. Zaman yönetiminin verimli çalışmanın temel taşlarından biri olduğunu ve zamanlarını iyi planlayan kişilerin daha az stres yaşadıklarını vurgulayın. Zamanı boşa harcamanın olası sonuçlarını tartışın (gecikmiş ödevler, sınav stresinin artması, etkisiz ders çalışma vb.)

Öğrencilere her gün ders dışında kalan vakitlerinin ne kadar olduğunu hesaplamalarını sağlayın (okul, yemek, uyku, dinlenme saatlerini çıkartarak). Bu kalan zaman dilimini ders çalışmaya nasıl verimli bir şekilde ayırabileceklerini göstermek için örnek bir günlük plan oluşturun.

Daha sonra öğrencilere 30 dakikalık bir ders çalışma planı hazırlatın:

- İlk 5 dakika konuyu tekrar etme.
- 20 dakika yoğun ders çalışması.
- Son 5 dakika kısa bir ara.

Hazırladıkları planları küçük gruplar hâlinde tartışmalarını ve daha iyi bir plan önerisi sunmalarını isteyin. Alternatif planlar hakkında beyin fırtınası yapın.

Planlarını sınıfta paylaşan öğrencilerle, bu planları günlük hayatta nasıl uygulayabileceklerine dair stratejiler belirleyin (örneğin, ders çalışırken telefon kullanımını sınırlandırmak, uygulamalar üzerinden hatırlatıcı kurmak).

Ekstra Bilgi:

Zaman yönetimi araçları: Öğrencilere Google Takvim, mobil uygulamalar (MyStudyLife, Trello gibi) veya fiziksel ajandalarla zamanlarını nasıl planlayabileceklerini gösterin.

Günlük hedef belirleme: Zaman yönetiminde hedeflerin küçük parçalara bölünmesi, öğrencilerin daha fazla kontrol hissi kazanmasına yardımcı olur.

Kazanımlar: Zamanın nasıl yönetileceğini öğrenen öğrenciler, ders çalışma saatlerini daha iyi planlayabilir ve bu planlara uyma alışkanlığı geliştirir.

VERİMLİ DERS ÇALIŞMA YÖNTEM VE TEKNİKLERİ

Etkinlik-2

"Ders Çalışma Alanı Haritası"

Süre: 20 dakika

Amaç: Verimli ders çalışmayı destekleyen bir ortamın nasıl olması gerektiğini anlamak ve ideal ders çalışma alanını düzenlemek.

Malzemeler: Büyük kağıtlar, renkli kalemler, masa düzeni örnekleri, dikkat dağıtıcı faktörler listesi.

Uygulama Adımları:

Öğrencilere başarılı insanların çalışma alanları hakkında bilgi verin. Bilim insanlarının, yazarların veya ünlü kişilerin çalışma düzenlerini örnek olarak sunabilirsiniz. Bu noktada dikkat edilmesi gereken unsurlardan bahsedin: Düzenli masa, iyi aydınlatma, sessizlik, ergonomik sandalye gibi.

Her öğrenci kendi çalışma alanını çizecek. Çizim sırasında öğrencilere dikkat dağıtıcı unsurların neler olduğunu ve bu unsurlardan nasıl kaçınılması gerektiğini anlatın (örneğin, telefon, bilgisayar oyunları, TV vb.)

Çizim tamamlandıktan sonra, öğrencilerden alanlarını nasıl geliştirebileceklerine dair notlar almalarını isteyin. Çalışma alanını verimli hâle getirmenin püf noktalarını tartışın.

Öğrencilerin çalışma alanlarının görsellerini inceleyin ve sınıfta herkesin ideal çalışma alanını nasıl kurabileceği hakkında fikir alışverişinde bulunun.

Ekstra Bilgi:

Düzen ve motivasyon ilişkisi: Temiz ve düzenli bir çalışma alanı, öğrencinin zihnini temiz tutmasına ve daha odaklanmış bir şekilde ders çalışmasına yardımcı olur.

İdeal ortam yaratma: Rahat bir sandalye, doğal ışık, minimum dikkat dağıtıcı unsurlar ve ilham verici görsellerin çalışma ortamında bulunmasının verimlilik üzerindeki etkilerini tartışın.

Kazanımlar: Öğrenciler, kendi çalışma alanlarını nasıl daha organize ve motive edici hale getirebileceklerini öğrenirler. Dikkat dağıtıcı faktörleri tanır ve ortadan kaldırmayı amaçlarlar.

VERİMLİ DERS ÇALIŞMA YÖNTEM VE TEKNİKLERİ

Etkinlik-3

"Pomodoro Tekniğı Deneyimi"

Süre: 15 dakika

Amaç: Kısa molalar vererek daha verimli bir şekilde çalışmayı öğrenmek ve Pomodoro Tekniğı'nin etkinliğini uygulamalı olarak görmek.

Malzemeler: Kronometre, ders materyalleri, Pomodoro uygulamaları (telefon).

Uygulama Adımları:

Öğrencilere Pomodoro Tekniğı'ni tanıtarak, bu yöntemin özellikle uzun süreli çalışmalarda motivasyonu nasıl artırabileceğinden bahsedin. 25 dakika boyunca kesintisiz çalışmanın, kısa molalarla bölündüğünde verimi artırdığını açıklayın.

Pomodoro Tekniğı'ni sınıfta uygulamalı olarak deneyin. Öğrencilere kısa bir görev verin (örneğin, ders kitabından bir bölüm okumaları veya özet çıkarmaları). 25 dakika boyunca sadece bu göreve odaklanmalarını isteyin.

Süre dolduğunda, öğrencilere 5 dakikalık bir ara verin. Bu kısa arada yapılabilecek rahatlatma tekniklerini gösterin: derin nefes alma, basit esneme hareketleri, yürüyüş.

5 dakikanın sonunda öğrencilerden bu çalışma deneyimini değerlendirmelerini ve normalde çalıştıkları zamanla karşılaştırmalarını isteyin. Pomodoro'nun faydalarını tartışın.

Ekstra Bilgi:

Ara verme bilinci: Sürekli çalışmanın verim düşürdüğünü ve beynin odaklanma süresini artırmak için kısa molalara ihtiyaç duyduğunu anlatın. Molaların ne zaman ve nasıl yapılması gerektiği hakkında bilgilendirme yapın.

Teknoloji kullanımı: Pomodoro tekniğini destekleyen birçok mobil uygulama olduğunu ve bu uygulamaların ders çalışma düzenini kolaylaştırabileceğini belirtin (Forest, Pomodone, Focus Booster gibi).

Kazanımlar: Öğrenciler, kısa molalarla çalışma düzeni kurmanın uzun süreli odaklanmaya nasıl katkı sağladığını öğrenirler.

VERİMLİ DERS ÇALIŞMA YÖNTEM VE TEKNİKLERİ

Etkinlik-4

"Not Alma Teknikleri Atölyesi"

Süre: 15 dakika

Amaç: Farklı not alma tekniklerini öğrenerek, bilgiyi daha iyi organize etmek ve hafızada tutmak.

Malzemeler: Defter, kalem, ders kitapları, örnek notlar.

Uygulama Adımları:

Öğrencilere not almanın öğrenmeye nasıl katkı sağladığını açıklayın. Önemli bilgileri not almanın, dersi tekrar etmeyi kolaylaştırdığını ve ders sırasında odaklanmayı artırdığını anlatın.

Öğrencilere Cornell Not Alma Tekniği ve Zihin Haritası Tekniği gibi farklı yöntemleri öğretin:

Cornell Tekniği: Sayfanın sol tarafına anahtar kelimeleri, sağ tarafına detayları ve alt kısmına özet yazın. Bu teknik, konuyu parçalar hâlinde öğrenmeye yardımcı olur.

Zihin Haritası Tekniği: Ana bir konu etrafında dallar oluşturarak konuyu görsel olarak organize edin. Bu teknik, beynin daha yaratıcı ve ilişkilendirilmiş bir şekilde öğrenmesini sağlar.

Sınıfta basit bir konu üzerinden her iki tekniği de uygulayarak not almalarını sağlayın.

Notları karşılaştırın ve hangi yöntemin hangi tür derslerde daha etkili olabileceğini tartışın.

Ekstra Bilgi:

Kendi not stilini oluşturma: Öğrencilerin bireysel öğrenme stillerine göre kendi not alma yöntemlerini geliştirmeleri gerektiğini belirtin. Bazıları çizimlerle daha iyi öğrenirken, bazıları için kısa ve öz yazmak daha etkili olabilir.

Tekrar etme alışkanlığı: Not almanın sadece ders sırasında değil, ders sonrası tekrarlar sırasında da öğrenmeyi pekiştirdiğini açıklayın.

Kazanımlar: Öğrenciler farklı not alma yöntemlerini tanır, öğrenme tarzlarına uygun bir not alma stili geliştirirler ve bu yöntemleri ders çalışmalarında nasıl kullanacaklarını öğrenirler.

VERİMLİ DERS ÇALIŞMA YÖNTEM VE TEKNİKLERİ

Etkinlik-5

"Hedef Belirleme Çalışması"

Süre: 15 dakika

Amaç: Öğrencilerin akademik hedefler belirlemesi ve bu hedeflere ulaşmak için stratejiler geliştirmesi.

Malzemeler: Kağıt, kalem, hedef belirleme şemaları.

Uygulama Adımları:

Öğrencilere hedef belirlemenin başarıya ulaşmada nasıl önemli bir rol oynadığını anlatın. Hedeflerin motive edici olduğunu ve çalışmalarda rehberlik ettiğini vurgulayın. S.M.A.R.T hedef kriterlerini açıklayın:

Spesifik (Belirli): Hedef açık ve net olmalı.

Ölçülebilir: Başarı nasıl değerlendirilecek?

Ulaşılabilir: Gerçekçi hedefler koyulmalı.

Gerçekçi: Kişinin kapasitesine uygun olmalı.

Zaman sınırlı: Hedefin bir son tarihi olmalı.

Öğrencilerden haftalık bir hedef belirlemelerini isteyin. Belirledikleri hedefleri kağıda yazdırın ve nasıl ulaşacaklarını anlatan küçük bir strateji geliştirmelerini sağlayın.

Sınıfta bu hedeflerin bazılarını tartışarak, her hedefin nasıl daha spesifik ve ulaşılabilir hale getirilebileceğine dair önerilerde bulunun.

Ekstra Bilgi:

Hedef ve başarı ilişkisi: Uzun vadeli hedeflerin, kısa vadeli hedeflerle nasıl desteklenebileceği üzerine konuşun. Öğrencilerin bu hedefleri küçük parçalara bölerek ulaşmalarının daha kolay olacağını açıklayın.

Motivasyonu yüksek tutma: Hedef belirlemenin aynı zamanda bir motivasyon kaynağı olduğunu ve öğrencilere düzenli çalışma alışkanlığı kazandırdığını anlatın.

Kazanımlar: Öğrenciler, kendilerine uygun hedefler belirleyerek ders çalışmalarını bu hedefler doğrultusunda planlamayı öğrenirler.

VERİMLİ DERS ÇALIŞMA YÖNTEM VE TEKNİKLERİ

Etkinlik-6

"Grup Çalışması ve İş Birliği Stratejileri"

Süre: 15 dakika

Amaç: Grup çalışması sırasında etkin bir iş bölümü yaparak, iş birliğinin nasıl verimli bir şekilde sağlanacağını öğrenmek.

Malzemeler: Kağıt, kalem, görev kartları.

Uygulama Adımları:

Öğrencilerden 3-4 kişilik gruplar oluşturmalarını isteyin. Her gruba bir ders konusuyla ilgili bir görev verin (örneğin, bir konuyu sunum haline getirme, sorular hazırlama).

Her grup üyeleri arasında iş bölümü yaparak, çalışmanın nasıl organize edileceğini planlasın.

Grup çalışmasının sonunda her grup, diğer gruplara sunum yaparak sonuçlarını paylaşsın.

Ekstra Bilgi:

İş birliği becerileri: İş birliğinin, öğrencilerin hem sosyal becerilerini hem de öğrenme hızlarını nasıl geliştirdiğini açıklayın.

Sorun çözme: Grup içinde çıkan anlaşmazlıkların nasıl çözülebileceği üzerine konuşun.

Kazanımlar: Grup çalışması becerilerini geliştiren öğrenciler, iş birliği yaparak daha verimli çalışmayı öğrenir.

VERİMLİ DERS ÇALIŞMA YÖNTEM VE TEKNİKLERİ

Etkinlik-7

"Motivasyon Kartları"

Süre: 15 dakika

Amaç: Ders çalışma motivasyonunu yüksek tutmak ve öğrencilerin birbirlerini motive etmesini sağlamak.

Malzemeler: Renkli kartlar, kalem.

Uygulama Adımları:

Her öğrenciye küçük bir kart verin ve bu karta ders çalışırken motivasyonlarını artıracak bir söz ya da hedef yazmalarını isteyin.

Kartların sınıfta bulunan bir panoya asılmasını sağlayın ve gönüllü bir öğrenciden motivasyon sözlerinin tamamını okumasını isteyin.

Ya da öğrencilerden kartlarını birbirleriyle değiş tokuş etmelerini isteyin ve her öğrenciden arkadaşının kartını yüksek sesle okumasını isteyin.

Ekstra Bilgi: Pozitif mesajların öğrencilerin motivasyonunu nasıl artırabileceğini anlatın.

Kazanımlar: Öğrenciler, olumlu düşünme ve birbirlerini destekleme alışkanlığı kazanır.

VERİMLİ DERS ÇALIŞMA

VELİ BÜLTENİ



ÖĞRENCİLERİN DERS ÇALIŞMA ALİŞKANLIĞI KAZANMALARINDA ANNE VE BABALARA DÜŞEN GÖREVLER NELER?

Yaşantılar sonucu davranışlarda meydana gelen kalıcı değişikliklere öğrenme denir. Öğrenme yaşamın doğal bir parçasıdır. Dünyaya geldiği ilk andan itibaren her bireyin öğrenme süreci başlar ve hayat boyu devam eder. Öğrenilen yeni bilgiler ek çalışmalar, ödev ve projelerle pekiştirilir. Bu çalışmalar sırasında da öğrencilerin etkili çalışma becerilerini kullanmaları gerekir.

Etkili ders çalışma becerileri; eksiklerini fark edebilme, zamanı planlayabilme ve yönetebilme, hedef oluşturabilme ve etkili çalışma yöntemlerini kapsar. Çalışma alışkanlığının kazanılması ve geliştirilmesi okul yılları süresince olur. Bu yıllarda kazanılan ya da kazanılması beklenen beceriler, bireyin hayatı boyunca ihtiyaç duyacağı zamanını yönetebilme ve yaşamda disiplinli olma becerilerinin altyapısını oluşturur.

Öğrenciler çalışma alışkanlığı kazanabilmek için anne babalarının desteğine ve yönlendirmesine ihtiyaç duyabilirler. Bu süreçte anne babalar da zaman zaman “Çocuğum nasıl ders çalışmalı?”, “Ödevlerine ne ölçüde müdahale etmeliyim”, “Ders çalışma alışkanlığını nasıl kazandırabilirim?”, “Zamanını nasıl verimli kullanabilir?” vb. sorulara yanıt arayabilirler ve bu konuda desteğe gereksinim duyabilirler.



DEĞERLİ VELİLERİMİZ,

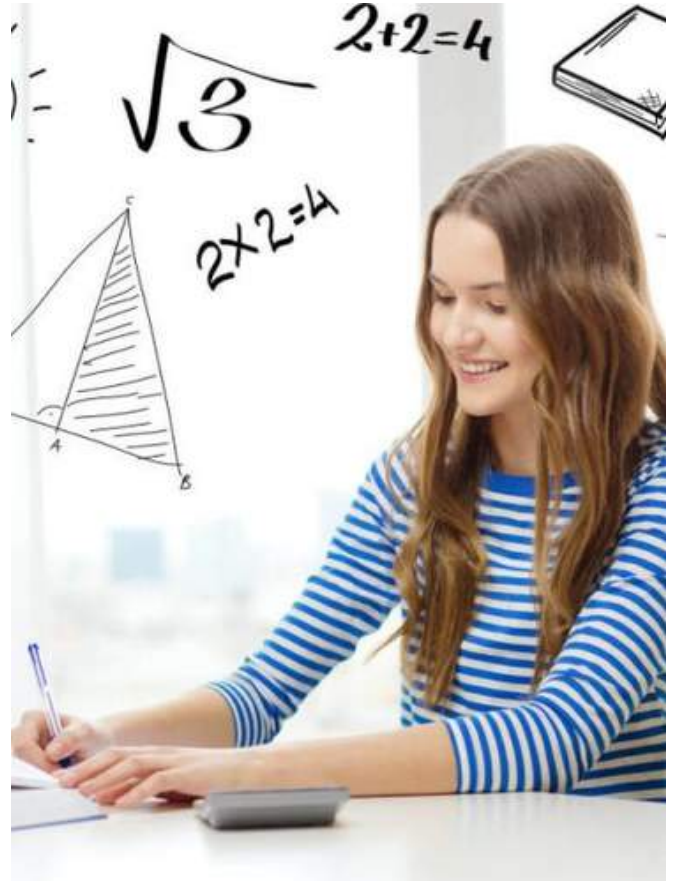
Çok sayıda öğrenci, ders çalışma ile ilgili yakınmalarını ve sorunlarını sık sık dile getirir. Bunlardan bir kısmı ders çalışmaya başlamakta güçlük çektiğinden, bir kısmı çalışmayı sürdüremediğinden, bir kısmı da çalıştığı halde başarılı olamadığından şikayetçidir. Öğrencilerin ders çalışma konusundaki sorunları başlıca şu nedenlerden kaynaklanmaktadır:

- Öğrencilerin küçük yaştan itibaren çalışma alışkanlığını edinmemiş olması,
- Yanlış çalışma alışkanlığı,
- Temel bilgi eksikliğinden dolayı dersleri anlayamama,
- Ailevi sorunlar.

Öğrenciler arasında en yaygın olan neden “Yanlış Çalışma Alışkanlıkları”dır. Yanlış Çalışma Alışkanlıkları genellikle şunlardır:

- Amaçsız çalışma,
- Plansız ve programsız çalışma,
- Evin değişik yerlerinde çalışma,
- Yatarak, uzanarak çalışma,
- Kaynaklardan yararlanmama,
- Derslerden korkma, anlayamadığı dersi bırakma,
- Dersle ilgili ön yargılar.

Eğitim hayatı boyunca, çocuklarımıza destek olabilmek için onları gerçekten tanımanın çok önemi vardır. Çocuklarımızı tanımanın yolu, onlarla iletişimimizi arttırmak, onları dinlemek ve onlara değer vermekten geçer.





Etkili ders çalışma davranışının temelinde, öğrencilerin küçük yaşlardan itibaren kendi sorumluluklarını almaları, öğrenme ve başarabilmenin mutluluğunu yakalamaları vardır. **‘Yapılan araştırmalara göre okul başarısında ailenin rolü doğru ebeveyn tutumlarını benimsemekten, okul ile iş birliği içerisinde olmaktan ve çocukla maddi ve manevi ilgilenmekten geçmektedir.’** Çocuğunun ilgi, beceri alanlarını bilen, gelişimini destekleyen, hedef belirlemesine rehberlik eden ailelerin çocukları daha başarılıdır Anne babaların çocuklarının gelişimleri için onların görevlerini üstlenmek yerine, onlara destek olarak ve yapacakları iş konusunda ipuçları vererek sorumluluk duygularının gelişmesine katkıda bulunmaları gerekir. Küçük yaşlardan itibaren sorumluluklarını yerine getirebilen öğrenciler, ortaokul döneminde ders çalışma ve ödev yapma sorumluluklarını yerine getirmekte güçlük çekmeyecektir.

Çocuğunuz Etkili Ders Çalışma Becerilerini Geliştirirken Aşağıdaki Konularda Ona Destek Olabilirsiniz

Çalışma Ortamının Hazırlanması

Fiziksel ve çevresel koşullar dâhilinde çalışma için öncelikle uygun bir ortam hazırlanmalıdır. Her zaman ona özel bir oda olmayabilir ancak sürekli olarak kullanabileceği bir ders çalışma köşesi hazırlamak, çocuğunuzun verimli çalışmasına yardımcı olur. Çalışma ortamının evin gürültüsünden uzak, sessiz bir köşede dikkati dağıtacak öğelerden uzak olması en önemli şarttır. Ayrıca aydınlatmasının iyi olması, havalandırılmış olması, bir çalışma masası ya da çok dağılmadan oturabileceği bir koltuk olması ve gerekli materyalleri (kalem, kitap, sözlük vb.) elinin altında bulundurması önemlidir.



Hedeflerin Oluşturulması

Öğrenme için motivasyon gereklidir. Ulaşılabilecek aynı zamanda biraz zorlayıcı olan hedefler belirlemek, çocuğunuzun motivasyonunu artırır. Yapılan araştırmalar, başarıyı yakalayan kişilerin net ve açık hedefleri olduğunu göstermektedir.

Çalışma Zamanının ve Düzeninin Belirlenmesi

Zaman yönetimi, hedeflere ulaşmada önemli bir kaynak olan zamanı verimli kullanma çabasıdır. Zamanını yönetmesini isterken ve zaman planlaması yaparken çocuğunuzun yorucu bir gün sonunda eve döndüğü gerçeğini aklınızda tutarak öncelikle ona bir dinlenme zamanı tanıyın. 1-1.5 saatlik bir dinlenmeden sonra çalışmaya başlaması ve ödevlerini geç saatlere bırakmaması konusunda yönlendirici olun. Ödevlerini ona sürekli olarak hatırlatmak, bu ödevlerin bir yük gibi görülmesine neden olabilir. Bunun yerine, onunla konuşarak ödevlerini zamanında ve düzenli yapmanın yararlarını birlikte bulabilir, yine birlikte bir zaman çizelgesi oluşturabilirsiniz.

Önceliklerin Saptanması

Hangi derslerde daha çok çalışmaya ihtiyaç duyduğu ya da hangi ödevin ne kadar zaman alacağı gibi konularda sıralama yapmasını istemek faydalı olabilir. Örneğin, çalışmaya notu düşük olan ya da zorlandığı dersten başlaması uygun olabilir. Öğrenciler zaman zaman ödev başlama konusunda isteksiz olup erteleme eğilimi gösterebilmektedir. Böyle bir durum var ise, en kolay bulduğu ya da en çok zevk aldığı dersle başlamasını önerebilirsiniz. Ayrıca çalışma sırasında arka arkaya gelecek derslerin mümkün olduğu ölçüde birbirinden farklı olmasında da yarar vardır. İçerikleri açısından benzer olan derslerin peş peşe çalışılması öğrenmeyi zorlaştırabilir. Örneğin Türkçe dersinden sonra Matematik dersine çalışılabilir.



Zaman Tuzaklarının Fark Edilmesi

Zamanını iyi kullanabilmek için öncelikle zaman kaybettiren şeyler belirlenmelidir. Çalışma anında hayallere dalmak, uzayıp giden telefon konuşmaları yapmak, arkadaşlara ya da kardeşe "hayır" diyememek, televizyona, bilgisayara takılıp kalmak etkili ve planlı çalışmayı engelleyen tuzaklardır.

Tekrar Yapılması

Tekrar etmek, etkili bir çalışma için olmazsa olmazlardan biridir. Tekrar çalışmaları yapılmazsa belli bir süre sonra öğrenilen bilgiler unutulur. Unutmak normal bir sonuçtur. Araştırmalara göre bir öğrenci öğrendiklerinin %70' ini bir saat içinde, %80' ini de bir gün içinde unutmaktadır. Çocuğunuzun günde 10-15 dakikasını ayırarak yapacağı tekrar, yeni öğrendiği bilgileri unutmamasını, bilgileri hafızaya yerleştirmesini sağlar.



Dinleyerek Öğrenme/Not Tutma

Bazı öğrenciler dersi dinleyerek daha kolay öğrendiklerini söylerler. İyi bir dinleyici olma başarıda önemli rol oynar. Dinleyerek dersin iyi anlaşılabilmesi için; öğrencinin o günkü konuya önceden hazırlık yapması şarttır. Hiç olmazsa konu ile ilgili temel kavramlara yabancılık çekmemesi gerekir. Bir konuda anlatılanları not alma öğrenciye yardımcı olacak ilgisinin dağılmasını önleyecektir. Not tutma, dinlenen şeylerin akılda kalmasını sağlar. Derste dikkatin dağılmasını önler; öğretmene dersle ilgili olduğu mesajını verir.

Ödevlerin Tamamlandığına Emin Olunması

Etkili ders çalışma ve düzenli ders yapma alışkanlığı edinene kadar çocuğunuzun ödevini düzenli ve tam yapıp yapmadığını gözden geçirmelisiniz. Bunu yaparken de öncelikle onun kendi başına eksiklerini, yanlış yaptıklarını görmesine yardımcı olarak kontrolün kendisinde olduğunu fark etmesini sağlayabilirsiniz. Çabasını ve düzenli çalışmasını destekleyerek, bu konuda takdir ederek sadece aldığı iyi notları değil, öğrenme sürecinin tümünü değerlendirmeniz onu tümüyle öğrenmeye güdüleyecektir.

Sağlıklı Yaşam

Öğrenci, çalışmalarından verim alabilmesi için dengeli ve düzenli beslenmeli, özellikle sabah kahvaltısını düzenli ve yeterli kaloriyi alacak şekilde yapmalıdır. Uyku düzenine dikkat etmeli, günlük en az 7-8 saatlik uykuyu almasına dikkat etmelisiniz.

SEVGİLİ VELİLER, UNUTMAYIN Kİ..

Sınavların ve derslerin, çocuk ve aile tarafından bir kişilik ölçümü olarak görülmesi, çocuğun başkaları ile kıyaslanması, sınavda yeterli başarı elde edilmemesi durumunda; “başkaları ne düşünür?”, “ya rezil olursak?” vb. anlamlar yüklenmesi kaygıyı artırır, öğrencinin başarısını olumsuz etkiler.

O YÜZDEN ÇOCUKLARIMIZI HER ZAMAN HER ŞEYE RAĞMEN SEVDİĞİMİZİ ONLARA DA HATIRLATALIM..