



VERİMLİ DERS ÇALIŞMA TEKNİKLERİ BROŞÜR

Etkili ders çalışma davranışının temelinde, öğrencilerin küçük yaşlardan itibaren kendi sorumluluklarını almaları, öğrenme ve başarabilmenin mutluluğunu yakalamaları vardır.

Anne babaların çocuklarının gelişimleri için onların görevlerini üstlenmek yerine, onlara destek olarak ve yapacakları iş konusunda ipuçları vererek sorumluluk duygularının gelişmesine katkıda bulunmaları gerekir.

ÇALIŞMA ORTAMININ HAZIRLANMASI

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.

HEDEFLERİN OLUŞTURULMASI

Ulaşılabilecek aynı zamanda biraz zorlayıcı olan hedefler belirlemek, çocuğunuzun motivasyonunu artırır. Fakat yapabileceklerinden daha yüksek hedefler koymak da kendilerini yetersiz hissetmelerine sebep olabilir. Çocuğunuz ile birlikte hedefler belirlemek fayda sağlayacaktır.

ÇALIŞMA ZAMANININ VE DÜZENİNİN BELİRLENMESİ

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. Ödevleri zamanında ve düzenli yapmanın yararlarını birlikte bulun.

ÖNCELİKLERİN SAPTANMASI

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.



ZAMAN TUZAKLARININ FARK EDİLMESİ

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. Ortak karar alarak teknoloji kullanımını sınırlandırabiliriz.

TEKRAR YAPILMASI

PSİKOLOJİK DESTEK SAĞLANMASI

Başarılı olabileceğimiz birçok alan vardır. Akademik sosyal, bireysel... Burada odaklanmamız gereken nokta çocuğumuzun güçlü yanlarıdır. Başarının başkalarıyla kıyas ile anlamlandırılmaması çok önemlidir. Çocuğunuzun yapabildiklerine odaklanıp, başarılı olabileceği alanlar yaratmak, akademik alanda da kendini gösterme isteğini artıracaktır. Çocuğunuzun duygularını önemseyin ve ihtiyaçlarının farkında olun.



Destekleyici olun.

Çocuğunuzun evdeki çalışma düzenini birlikte planlayabilirsiniz. Bu süreçte yalnız olmadığını hissedecektir. Çalışma alışkanlığının kazanılması için zaman gerektiğini unutmayın. Çocuğunuzun ilerleyişini takdir edin. Çocuğunuzun çalışma saatlerini yavaş yavaş artırabileceğini göz önünde bulundurun.



Önemli olanın masa başında geçirilen zaman uzunluğu değil, verimli ve nitelikli zaman geçirmek olduğunu unutmayın.



Okul ile işbirliği içinde olun.

Öğrencinin derste dinlediklerini evde pekiştirmesi ve alıştırmalar yapması en önemli noktadır. Ödevlerin yapılması ve ders çalışma alışkanlığının devamlılığı için evde süreci takip eden olun.



80. Yıl Ortaokulu
Psikolojik Danışma ve Rehberlik
Servisi