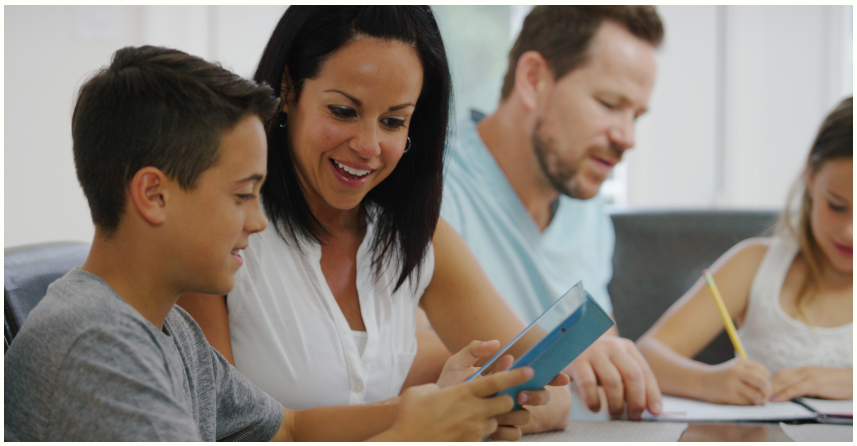
VERİMLİ DERS ÇALIŞMA VELİ BÜLTENİ

MEHMETÇİK İLKOKULU REHBERLİK SERVİSİ



OKUL BAŞARISINDA AİLENİN ROLÜ

Verimli çalışma, “ZAMANI” amacımız doğrultusunda planlı ve programlı kullanmaktır. Okula başlamayla birlikte çocukların verimli ders çalışma yöntemleri konusundaki becerilerinin geliştirilmesi önem kazanmaya başlar. Bu becerilerden en önemlileri; zamanını uygun bir biçimde planlayabilme, sistemli çalışabilme, okuma ve yazma becerilerinin gelişmesi, dikkatini belli bir süre toplayabilme ve sınavlarda etkili ve verimli olabilmektir. Verimli ders çalışmayla ilgili olarak çocukların olduğu kadar ailelerin de aklı karışık olabilir. Çocuklar “Nasıl Çalışmalıyım?” sorusunu kendilerine sorarken, anne babalar da “Çocuğuma ders çalışırken nasıl ve ne ölçüde yardımcı olmalıyım?”, “Çocuğum yalnız mı çalışmalı?” gibi sorulara yanıt arayabilirler

PEKİ ANNE BABA OLARAK NELER YAPABİLİRSİNİZ?

1-ÇOCUKLARINIZA HEDEF BELİRLEMELERİ KONUSUNDA YARDIMCI OLUN

Hedef belirlemek nereye, nasıl, ne zaman ve ne şekilde varmak istediğinizi belirlemenizi sağlar. Hedefsizlik nereye gideceğinizi bilmeden yola çıkmak gibidir. Zaman kaybına, kararsızlığa ve kolayca yoldan sapmaya neden olacaktır. Hedef belirlemek ise güzergahı belli olan, durakları, molaları ve varış noktası olan bir seyahat planı gibidir. Olası riskler hesaplanmış, yolculukta sürprizlerle karşılaşmamak için ön hazırlıklar yapılmıştır. Hedef belirlemek; belirlenen hedefe yönelik dikkatimizi vermemizi ve odaklanmanızı sağlar. Dolayısıyla hedefe yoğunlaşıldığında dikkat dağıtıcı faktörlere karşı çok daha dirençli olabiliriz. Ayrıca iyi bir hedef dinamiklik yaratır, yüksek enerji potansiyeli oluşturur ve hayata heyecan katar. İyi bir hedef kişinin kendisine ait olandır. Bu sebeple hedefler belirlenirken sizlerin değil çocuklarınızın hedefi olmasına dikkat edin.

2- PLANLI ÇALIŞMALARI KONUSUNDA DESTEK OLUN

Verimli ders çalışmada bir diğer etken de çalışmanın bir program çerçevesinde planlanmasıdır. Çocuğunuzun bireysel özellikleri göz önünde bulundurularak hazırlanan bir çalışma programı çalışmanın verimini arttırmanın yanında, zamanı etkin kullanmasına da yardımcı olacaktır. Çalışma programı hazırlanırken dikkat edilmesi gereken noktalar programın uygulanabilir nitelikte olması, öğrencinin sosyal ihtiyaçlarının (molalar, serbest zaman vb.) da program içinde yer almasıdır.

3- UYGUN BİR ÇALIŞMA ORTAMI SUNMAYA ÇALIŞIN

Çalışma ortamı mümkün olduğunca çocuklarımızın dikkatini dağıtabilecek etkenlerden uzak, sade ve sessiz olmalıdır. Işık, oda sıcaklığı, gürültü, çalışma masasının ve sandalyenin rahatlığı gibi fiziksel etkenler çocuklarımıza en uygun şekilde düzenlenmelidir. Dikkat dağıtıcı cep telefonu, televizyon, bilgisayar gibi araçlar çalışma ortamlarında olmamalıdır. Ayrıca odanın düzenli olması dikkatlerini toplamaları için önemlidir.

Dağınık Oda= Dağınık Zihin

4- ZAMANI DOĞRU KULLANMALARIKONSUNDA TEŞVİK EDİN

Zaman biriktirilemez ve aktarılamaz. Durum böyleyken zamanı nasıl değerlendirdiğimiz oldukça önemlidir. Çocuklarımızın zamanını etkili kullanabilmek için çalışma çizelgeleri hazırlamaları ve çalışma çizelgelerinde

- Hangi gün hangi derse ne kadar süreyle çalışacağı,
- Hangi konuya, hangi gün çalışacağı ve hangi gün tekrarını yapacağı,
- Ödevlere ayıracağınız zaman diliminiz,
- Haftalık ve aylık tekrarları,
- Kitap okuma süreleri
- Okulda geçirdiği zaman, mola ve dinlenme süreleriniz ve hobilerine ayırdığı zaman gibi bilgilerin yer alması başarılarında önemli rol oynamaktadır.

5- SAĞLIKLI BESLENMELERİ VE UYUMALARINA YARDIMCI OLUN

Çocuklarımız çalışmalarından yeterince verim alabilmek için dengeli ve düzenli beslenmeli, özellikle sabah kahvaltılarını düzenli ve yeterli kaloriyi alacak şekilde yapmalıdır.

Araştırmalar sağlıklı uyku uyuyan öğrencilerin, iyi uyumayanlara oranla daha iyi not aldıklarını ortaya koymuştur.12 yaşına kadar olan çocukların uyuması gereken süre 10-11 saattir.

Sağlıklı bir uyku için ebeveyn olarak yapabilecekleriniz

- Çocuklarınızın her akşam aynı saatte yatıp her sabah aynı saatte uyanarak biyolojik saatlerini koşullandırmalarına destek olun.
- Gün içindeki şekerlemelerde yarım saati süreyi aşmamalarına dikkat edin.
- Yatağa karınları çok aç ya da çok tok girmemelerine dikkat edin.
- Yatak odaları sessiz ve karanlık olsun.
- Yatmadan en az yarım saat önce telefon, tablet, bilgisayar gibi teknolojik gereçleri kullanmayı bırakmaları konusunda teşvik edin, sizler de onlara bu konuda örnek olun.

6- DÜZENLİ TEKRAR ETMELERİNİ SAĞLAYIN

İnsan, konuyu tekrarladıkça öğrenir, tekrar ve alıştırma, bireyde öğrenilecek konuya yatkınlık sağlar. Öğrenmenin iyi ve kalıcı olması ancak alıştırma ve tekrar ile mümkün olur. Tekrar sayısı arttıkça, öğrenmede ilerleme görülür. Yalnız tekrarların sıkıcı olmamasına özen gösterilmelidir. Herhangi bir öğrenme için gerekli tekrar sayısı, bu tekrarların türü, tekrarların süresi, tekrarlar arasındaki zaman çok iyi ayarlanmalıdır. Öğrenmede tekrar kadar, dinlenmeye de yer verilmelidir. Bu tekrarlama ya da alıştırma döneminde konuyu bir bütün olarak öğrenmenin mi, yoksa bütünü parçalarına ayırarak öğrenmenin mi daha iyi sonuç verdiği araştırılmalı, alıştırmalar ona göre düzenlenmelidir. Alıştırma ve tekrar, öğrenmeyi kuvvetlendirir, pekiştirir, kalıcı kılar.

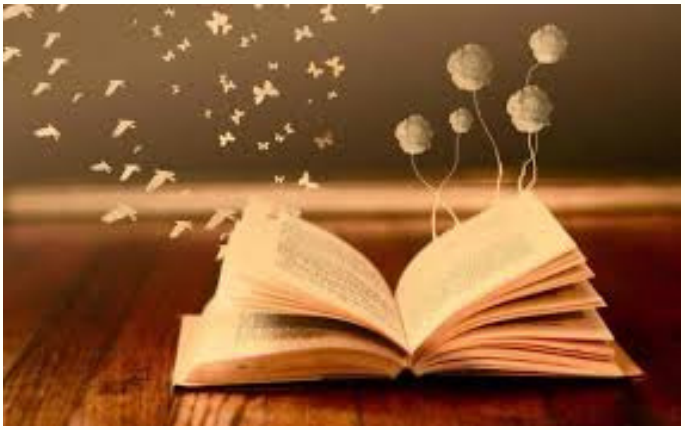
Günlük Tekrar
- Günlük olarak o gün işlenen dersleri10-15 dakika gözden geçirerek yapabilirsiniz.

Haftalık Tekrar
- Haftanın sonunda o hafta işlemiş olduğunuz dersleri 30 dakika gözden geçirerek yapabilirsiniz.

Aylık Tekrar
- Ayın sonunda o ay işlediğiniz konuları derslerine göre ayırarak parçalar halinde birkaç saatinizi ayırarak gözden geçirebilirsiniz.

DÜZENLİ TEKRAR YAPILMADIĞINDA

UNUTURSUNUZ!!!



7- KİTAP OKUMALARINI TEŞVİK EDİN, ONLARA ÖRNEK OLUN

Çeşitli araştırmalar gösteriyor ki, okuma alışkanlığı bulunan ebeveynlerin çocuklarının da okuma alışkanlığına sahip olma oranları hayli yüksektir. Evde kitap okuyan ebeveynler, çevrede kitap okuyan arkadaşlar çocuğun kitap okuma alışkanlığı kazanmasında son derece önemlidir. Düzenli olarak kitap okunduğunda;

- Hızlı okuma ve hızlı anlama alışkanlığı kazanılır.
- Anlama, analiz etme, sentez yapma, yorumlama, farklı düşünebilme becerileri gelişir.
- Ders başarısı ve genel kültür artar.

8- DERSE HAZIRLIKLI GİTMELERİ KONUSUNDA TEŞVİK EDİN

Konunun başlığını, önemli noktalarını gözden geçirerek yapılan ön hazırlık derse karşı ilgi kurulmasını ve bu ilginin de dersin daha dikkatli ve katılım göstererek takip edilmesini desteklemektedir.

BUNLARA DİKKAT!!!

- Aile çocuğuyla verilen ödevin ne olduğu, kendisinden ne yapılması beklendiği konusunda tartışmalı ve çocuğun bütün bunları anladığından emin olması çok yararlı olacaktır. Ödevin ilk 1-2 maddesini yaparken onun yanında olmak, ona yol göstermek yararlıdır. Ödevin tamamını birlikte yapma zararlıdır, çocuğa yarar sağlamaz. Eğer çocuğunuzun bu tür bir isteği varsa; bir ödül sistemi geliştirerek sizin yardımınıza güvenmeden, kendi başına çalışmasını sağlamak en iyi yöntemdir.
- Aileler, ödevin düzenli ve doğru olarak yapılıp yapılmadığını görmek için gözden geçirebilirler. Çocuk hatalarını kendisi kontrol edebilecek duruma geldiyse "matematik ödevinde üç hata buldum" ya da "bir bak bakalım yazım hataları var mı? " şeklindeki cümlelerle, ondan kontrolü kendisinin yapması istenebilir. Eğer çocuk henüz bunu yapacak durumda değilse, yanlışları onu kırmayacak şekilde gösterir, bunları düzeltmesi istenebilir.
- Dikkatini dağıtabilecek uyaranları en aza indirdiğinden emin olun.
- Çalışma sırasında küçük molalara ihtiyacı olduğunu unutmayın.
- Önemli olanın masa başında geçirilen zaman uzunluğu değil, verimli ve nitelikli zaman geçirmek olduğunu unutmayın.
- Çocuğunuzdan beklentiniz onun düzeyine uygun olmalıdır. Tam gün bir okulda okuduğunu ve eve yorgun döndüğünü unutmayınız. Ona dinlenme zamanı tanıdıktan sonra ödevinin başına oturması için isteklendirmeniz, onu anladığınız ve takdir ettiğiniz mesajlarıyla pekiştirildiğinde ödev sorumluluğu kazanmasında işe yarayacaktır. Beklenti düzeyinin çok yüksek olması, çocukta başarısızlık duygusu ve çaresizlik hissi yaratabilir. Bu yüzden, sonuçları ödüllendirmekten çok, çabasını ödüllendirmek onu ödev yapma konusunda daha çok heveslendirecektir. Hatasız ödev istemek yerine, hataların düzeltilmesine yönelik yüreklendirici bir rol edinmeniz aranızdaki ilişkiyi de tatsızlaşmaktan kurtarabilir. Ödev, aile ve çocuk arasında tatsız ve gereksiz çekişmelere yol açabilen önemli bir sorundur. Unutmayınız, hataların düzeltilmesi öğrenmenin pekiştirilmesi için çok değerli fırsatlardır. "Ders alınmış başarısızlık, başarı demektir."

- Size açıkladığımız bu yöntemler, okulun ilk yıllarında çocuklarınıza verimli çalışma becerileri kazandırmak için yararlanabileceğiniz ipuçlarıdır. Onları, zamanlarını planlamayı ve programlar yapmayı öğrenmeleri için yönlendirmek asıl hedefimiz olmalıdır. Çocuğumuzun zaman içinde yapacağı işlerin, ödevlerin sorumluluğunu kendi başına almayı öğrenmesi, bizden bağımsız olarak verimli çalışma ortamlarını yaratması ilköğretim yıllarında verebileceğimiz en yararlı alışkanlıklar arasındadır. Bizim aile olarak yapacağımız, çocuğumuza nasıl çalışacağı konusunda yardımcı olmak, ders çalışma yöntemleri konusunda rehberlik etmek, ve çocuğumuz bu becerileri geliştirirken onu gözlemek, desteklemek ve ödüllendirmektir.
- Kalıcı, doğru ve yararlı alışkanlıklar kazanılmışsa ilkokul yılları başarılı geçmiş demektir.
- Tüm bu çalışmaların başında çocuğun kendini olan güven duygusu yer aldığını unutmayalım.

MEHMETÇİK İLKOKULU REHBERLİK SERVİSİ