

DEĞERLİ VELİLERİMİZ;

Birçok öğrenci, ders çalışma ile ilgili yakınmalarını ve sorunlarını sık sık dile getirir. Bunlardan bir kısmı ders çalışmaya başlamakta güçlük çektiğinden, bir kısmı çalışmayı sürdürmediğinden, 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,
- Derslerden korkma, anlayamadığı dersi bırakma,
- Dersle ilgili ön yargılar.

BİLİCSİZ TEKNOLOJİ KULLANMAMAK

- ▶ Televizyon, bilgisayar, özellikle de telefonun bulunduğu bir ortamda olmak çalışmanın verimini azaltacaktır. Ders çalışırken ara ara telefona bakmak, mesaj yazmak, sosyal medyada gezinmek sık yapılan hatalardan biridir. Ders çalışma süresi içerisinde teknolojiyle hiçbir bağlantı kurulmamalı, yapılması gereken bir iş var ise de mola vaktinde gerçekleştirilmelidir.

**DEĞERLİ VELİLERİMİZ, UNUTMAYIN Kİ..**

Sınavların, derslerin çocuk ve ailesi tarafından bir kişilik ölçümü olarak görülmesi, başkaları ile kıyaslama, sınavda yeterli başarı elde edilmezse “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..

Sena Akmercan

Psikolojik Danışman ve Rehber Öğretmen

VERİMLİ DERS ÇALIŞMA TEKNİKLERİ

**MEHMET BÜYÜKEĞEN KIZ ANADOLU
İMAM HATİP LİSESİ
FEN VE SOSYAL BİLİMLER PROJE OKULU**



VERİMLİ ÇALIŞMA NEDİR?

- ▶ Çalışmanın verimli olması, öğrencinin masa başında geçirdiği sürenin uzunluğuna değil o sürecin öğrenci için ne kadar etkili olduğuna bağlıdır. Verimli çalışma, belirlenen amaç doğrultusunda zamanı planlı ve programlı kullanmaktır. Bunun için de okul, arkadaşlık, spor, yemek, uyku vb. gibi etkinliklerin dışında kalan zaman ders çalışmak için ayrılır ve belli bir plan ve programa bağlanır.
- ▶ Verimli ders çalışma sadece ders çalışmak için zaman ayırarak diğer etkinlikleri göz ardı etmek değildir. Aksine belli bir plan ve program dahilinde çalışmak, öğrenciye hem ders çalışma hem de diğer etkinlikler için zaman ayırdığından hayattan daha çok zevk almaya yardımcı olur.



PEKİ, DOĞRU ÇALIŞMA ALIŞKANLIKLARI NELERDİR?

AMAÇ BELİRLEME

- ▶ Öğrenmek amacı ile yapılan her işin kendine özgü bir "amacı" vardır. Amaçsız çalışma olmaz. Bilinçli çalışma, çalışmanın ne amaçla yapıldığının öğrenci tarafından açık seçik bilinmesini gerektirir. Yaptığı işin amacını bilmek, öğrencinin bu işi benimseyip, ona sahip olmasına ve iş için kendini güdülemesine yardımcı olur. Yani çocuğumuza geleceğe dair bir hedef oluşturmasına yardımcı olmak onu çalışma konusunda isteklendirecektir.

PLANLI ÇALIŞMA ALIŞKANLIĞI

- ▶ Planlı olmak öğrencinin her işe daha rahat zaman ayırmasını ve yapmak istediği şeyleri daha huzurlu yapmasını sağlar. Hangi dersi çalışacağına karar verememekten dolayı zaman kaybetmesini ,bir dersi bırakıp diğerine geçmesini önler. Her derse yeterince zaman ayırmanın ve çalışmanın verdiği bir güven sağlar.
- ▶ Günü gününe çalışmak, sınav öncesi çalışma süresini kısaltır, sınav paniğini önler ve çalışma verimini yükseltir. Bilinçli bir plan yapmak öğrencinin derse kendisini daha kolay vermesini sağlar. Hazırlanan plan, o gün öğrenilen konuların tekrarı ve test çözümü, ödevlerin tamamlanması, bir gün sonra işlenecek konuların ön hazırlığını içermelidir. Derslerin planını dengeli olarak yapın. Belli derslere ağırlık vererek, çalışılması gereken diğer dersleri ihmal etmeyin. Plana tutarlı ve kararlı bir şekilde sizin de ebeveyn olarak uymanız çocuğunuzun düzene uyum sağlaması adına oldukça önemlidir.

ÇALIŞMA ORTAMININ DÜZENİ

- ▶ Çalışma ortamının öğrencinin verimini yükseltecek bir biçimde düzenlenmiş olması o çalışmadan daha fazla doyum almasını sağlayacaktır. Çalışma, çalışma odasında eğer çalışma odası yoksa mutlaka sürekli çalışılan bir çalışma köşesinde yapılmalıdır. Burada önemli olan özel, ayrı bir odanın olması değil, çalışmanın mutlaka sert bir zeminde ve sandalyede oturarak yapılmasıdır. Çalışılan ortamda dikkati dağıtabilecek posterler, afişler, müzik, resim vb. dikkat dağıtıcı işitsel ve görsel uyarıcılar bulunmamalıdır.



SAĞLIKLI 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.

DİNLEYEREK ÖĞRENME / NOT TUTMA

- ▶ Bazı öğrenciler dersi dinleyerek daha kolay öğrendiklerini söylerler. İyi bir dinleyici olma başarısında 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.