



HÜSNÜ ZÜBER İLKOKULU
PSİKOLOJİK DANIŞMA VE REHBERLİK SERVİSİ
VELİ BÜLTENİ



Sayın Velimiz,

Verimli ders çalışabilmek doğuştan getirilen bir yetenek değil öğrenilerek kazanılan bir beceridir. İlkokul dönemi temel alışkanlıkların kazanıldığı, okula ve öğrenmeye yönelik tutumların şekillendiği bir dönemdir. Bu dönemde edinilen tutum ve alışkanlıklar onların tüm öğrenim yaşantılarını etkileyecek niteliktedir. Tüm diğer alışkanlıklar gibi verimli ders çalışma alışkanlıklarını elde etmek belirli bir zaman ve süreç ister. Yerleşmiş alışkanlıkları bırakıp yerine verimli davranışlar oluşturmak için kararlı ve sabırlı olmalıyız. Öğrencinin dikkat ve algılama süresi, öğrenme şekli, ilgi alanları ve bireysel özellikleri dikkate alınarak gerçekleştirilen çalışmaların amacına mutlaka ulaşacağına inanıyoruz.



Psikolojik Danışma ve Rehberlik Servisi



Öncelikle belirtmek gerekir ki; okul yaşantısı ile ilgili tutum ve alışkanlıkları diğer temel alışkanlıklardan (uyku, öz bakım, beslenme vb.) ayrı düşünmek mümkün değildir.

Bu nedenle;

- Öncelikle çocuğun evde düzenli , disiplinli bir yaşam tarzının oluşması sağlanmalıdır.
- Disiplin ve düzenin evdeki herkes için geçerli ve gerekli olduğu unutulmamalı ve bu konuda çocuğa örnek olunmalıdır.
- Disiplin ve düzenli bir yaşam tarzının oluşturulması amacıyla koyulan kuralların çocuğun özelliklerine (yaşına, kişilik yapısına vb.) uygun olmasına dikkat edilmelidir.
- Tutarlı olmayan ve istikrarla uygulanmayan bir kural kalıcı olmaz.
- Kuralların nedenleri çocuğa anlatılmalı ve böylece kuralların gerekliliğine inanmaları sağlanmalıdır.
- Kurallara uymasında aktif rol ve sorumluluk verilmeli, beklenen davranış açık bir dille belirtilmelidir. Kendisinden beklenen davranışları yapması için yardım edilmelidir.
- İstenen davranışlar gösterildiğinde hemen fark edilmeli ve pekiştirilmelidir. Beğenin, memnuniyetin ifade edilmesi, takdir ve teşvik, davranışın kalıcı olmasını sağlayan önemli unsurlardır.

- Öğrencinin günlük yaşamında düzenli ve disiplinli olmasının, verimli ve düzenli ders çalışma alışkanlığı kazanmasını sağlar.

VERİMLİ DERS ÇALIŞMA

Verimli çalışma, "ZAMANI" amacımız doğrultusunda planlı ve programlı kullanmaktır. Okula başlamaya 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.



ANNE- BABALAR NELER YAPABİLİR?

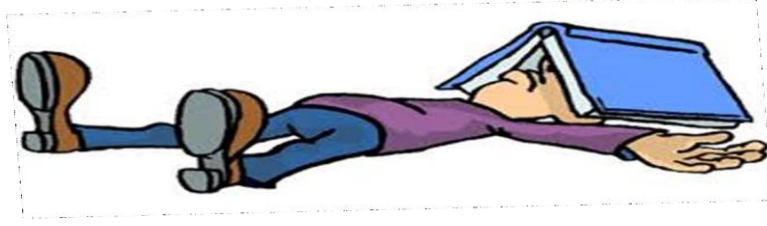
- Uygun bir çalışma ortamı için ilk şart fiziksel koşullardır. İyi havalandırılmış bir çalışma odası, çalışma masası, uygun bir aydınlatma, gerekli araç-gerecin hazırlanması gibi konularda çocuğunuzu yönlendirin.
- Ayrıca çocuğun çalışma ortamında dikkat dağıtıcı unsurların bulunmaması da önemlidir. (poster, bilgisayar, televizyon, cep telefonu..vb.)

➤ 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



➤ Her şeyden önce çocuğunuzun ders çalışma alışkanlığı geliştirebilmesi iç disiplin oluşturmaya bağlıdır. Çocuğunuzda iç disiplin oluşması için ona sorumluluklar ve görevler verin.

- Çocukların rutinelere ihtiyaçları vardır, rutinler sayesinde bir davranış alışkanlık haline dönüşebilir.
- Çocuğunuzun alışkanlıklarını ailece gözden geçirin. Örneğin; her gün aynı saatte ders çalışmaya başlaması için onu teşvik edin.
- Her zaman çocuğunuzun destekleyici bir tutum içinde olmaya çalışın. Okuldan geldiğinde onunla sıcak, yakın bir iletişime girin. Bu sıcak iletişim ona çalışma öncesinde moral verecek ve onu motive edecektir.
- Küçük çocuklar dikkatlerini ancak kısa bir süre aynı konu üzerinde toplayabilirken, büyüdükçe bu sürenin arttığını unutmayın.
- Çocuğunuzun eve yorucu bir günün sonunda döndüğü gerçeğini hatırlayarak, ona bir dinlenme zamanı tanıyın.
- Çocuklarınızın daha kolay öğrenebilmesi için neşe ve istek gerektiğinin bilincinde olun. Öğrenmenin eğlenceli bir hale geldiğini görmek çocuğunuza yardımcı olacaktır.



ÇOCUĞUNUZA VEREBİLECEĞİNİZ VERİMLİ ÇALIŞMA TAKTİKLERİ

- Kalıcı öğrenme için "tekrar" önemli bir faktördür. En çok hatırlanan bilgiler en sık tekrar edilenlerdir. Bu nedenle çocuğunuzun çalışması bittikten sonra en az 10 dakika çalıştıklarını tekrarlaması onun daha etkin öğrenmesine yardımcı olacaktır. Buna ek olarak her dersin haftalık tekrarın yapılması gerekmektedir.
- Bunun için hafta sonu çalışma programında tekrara zaman ayırması konusunda çocuğunuza rehberlik edin.
- Öğrenmekte zorlandığı konuları yüksek sesle okuyabilir, yüksek sesle okumak konuları anlamasını kolaylaştıracaktır.
- Yüksek sesle okuma yaparken okuduğu bölümden anladıklarını kontrol etmek için belli aralıklarla okumayı keserek öğrendiklerini aklından geçirmelidir.
- Her bölüm ya da ünitenin önemli noktalarını belirleyip bunların neden önemli olduğunu bulmaya çalışmak çocuğunuza yardımcı olacaktır.
- Bir öykü okurken, öyküdeki problemleri belirlemek, bu

problemlerin nasıl çözüldüğünü düşünmek çalıştığı konuyu daha iyi kavramasına yardımcı olacaktır

UNUTMAYIN!!

- Çocuğunuzun programına uygun olarak çalışıp çalışmadığını takip edin.
- Sadece çocuğunuzun gerçekten çaba sarf ettiđinden emin olduktan sonra ona yardım edin.
- 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.

Başarılı çalışmaların temelinde, çocuğun kendini olan güven duygusu yer almaktadır. Çocuklarımızın kendilerini gerçekleştirmek için, hedeflenen başarılarla katkı sağlaması dileklerimizle.

Psikolojik Danışma ve Rehberlik Servisi

