

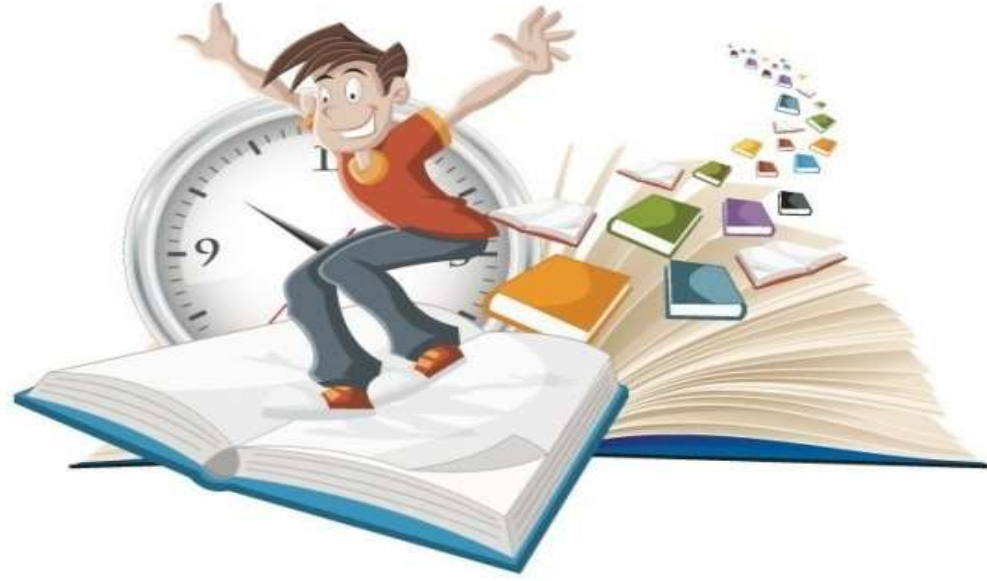


ŞEHİT AYTAÇ USTA İLKOKULU



VERİMLİ DERS ÇALIŞMA

UZ. PSİKOLOJİK DANIŞMAN NURAY YAMAN



ÇOCUKLARIN VERİMLİ DERS ÇALIŞMA ALIŞKANLIKLARI EDİNMELEİNDE VELİYE DÜŞEN GÖREVLER



Ana, baba ve öğretmenlerin öğrenciden genel beklentisi, onların "Derslerine çok çalışıp, başarılı olmaları" yönündedir.



Beklenti böyle olunca başarısızlığın nedeni, "yeterince çalışmamak" olarak görülmekte ve sizlerden sürekli daha çok çalışması istenmektedir.



- Verimli ders çalışma yollarını iyi bilerek ve bunlardan gereğince yararlanarak etkili çalışmaktır.



ÖĞRENMEDE BAŞARIYI ETKİLEYEN EN ÖNEMLİ FAKTÖRLER.

- Öğrenmeye karşı istekli ve kararlı olma.
- Öğrenme için gerekli yeteneklere sahip olma.
- Yeteneklerinize uygun bir çalışma sistemi geliştirerek, sistematik içerisinde olumlu ders çalışma alışkanlığı kazanma.
- Her bireyin kişilik yapısı ve algılama özellikleri birbirinden farklı olduğundan geliştirilecek bu sistematik bireyin kendi şartlarına uygun olmalıdır.



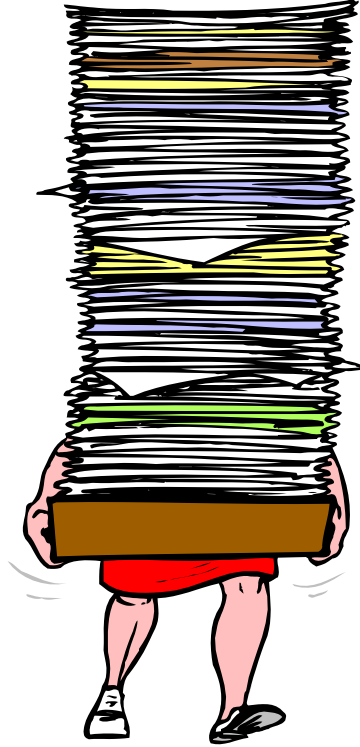
- Okuldan eve geldiğinde, dinlenme ve yemeğe zaman ayırın. Hemen ders çalışmaya geçmesini istemeyin. Bunun on dakikasını, birlikte sohbet ederek geçirmeye çalışın.



- Verimli ders çalışmada en yararlı zaman planlamasının çalışmaya birer saatlik süreler ayrılması olduğu söylenebilir.
- 40-50 dk ders
- 10 dk tekrar
- 10-15 dk dinlenme zamanı



Çocuğunuzu tanımaya çalışın.



- Her ocuğun kapasitesi, yetenekleri, ilgileri, farklıdır.
- ocuğunuzdan **yapabileceklerinden fazlasını beklemek**, onlara eğitim hayatları boyunca verebileceğiniz en büyük zarardır.



Ders başarı durumunu Sağlıklı ve devamlı takip edin.

(Çocuğu aşırı ders baskısı altında tutmak, çalışırken kendiniz bağımlı kılmak, ya da tamamen serbest bırakarak aslında hiç ilgilenmemek gibi hatalardan sakının.)



Doğru çalışmalar yapma konusunda öğretmeniyle sürekli bir işbirliği içinde olunuz



SORUMLULUK VERİN

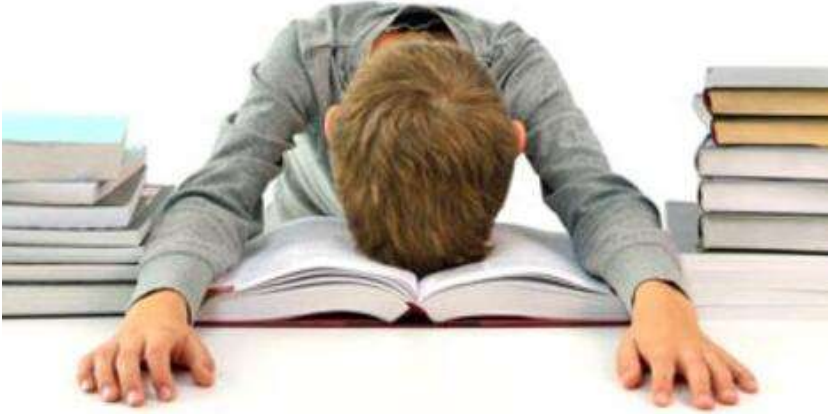
Sorumluluk bilinci gelişmiş ve sınır kavramını öğrenmiş çocuklarda, ders yapma alışkanlığı doğal olarak gelişir.



Çocuğunuza günlük yaşamda, evde yaşına uygun görevler verin.

Bu görevler çocuğunuzun kendini önemli hissetmesine, ait olma duygusu geliştirmesine, kendisine değer verildiğini düşünmesine ve sorumluluk bilincinin gelişmesine yardımcı olacaktır.





Çocuğunuza sürekli ve çok fazla “ders çalış” demeyin.

- Ölçülü miktarlarda yapılan “ders çalış” uyarısı ve takibi, çalışma ortamının da hazır olması çok daha fazla işe yarar.
- Diğer çocuklarla ders veya başka konularda kıyaslama içine girmeyin.



Verim Azaltıcı Etkenleri Ortadan Kaldırın

- Dikkat dağıtıcı nesnelere
- Öfke
- Uykusuzluk
- Yorgunluk
- Acelecilik
- Başka yerde olma isteği



- Çok fazla televizyon ve bilgisayara maruz kalan çocuklarda davranış problemleri oluşmaktadır. Ayrıca çalışmalarını olumsuz etkileyecektir



Çocuğunuza uygun bir çalışma ortamı hazırlayın.

- Çocuğunuzun evde rahat çalışabilmesi için **bir oda yada bir köşeye** ihtiyaı vardır.
- Çalışma ortamında dikkat dağıtıcı şeyler (Televizyon, yoğun ses, müzik gibi) olmamalıdır.
- Sürekli aynı ortamda ders çalışmalı

✓ Ders alışma ortamında az eşya olmalı

✓ Ders çalışılacak ortam büyük ve geniş olmamalıdır.



Yerde uzanarak yada koltukta oturarak çalışmasına izin vermeyiniz.



Çalışmaları için her gün düzenli “çalışma saati” oluşturmasını sağlayın.



Çocuğun düzenli çalışma yapma alışkanlığını geliştirmesine yardımcı olun.

Çalışma saati sona ererken, çocuğun yapmış olduğu çalışmayı kontrol etmeniz yarar vardır.



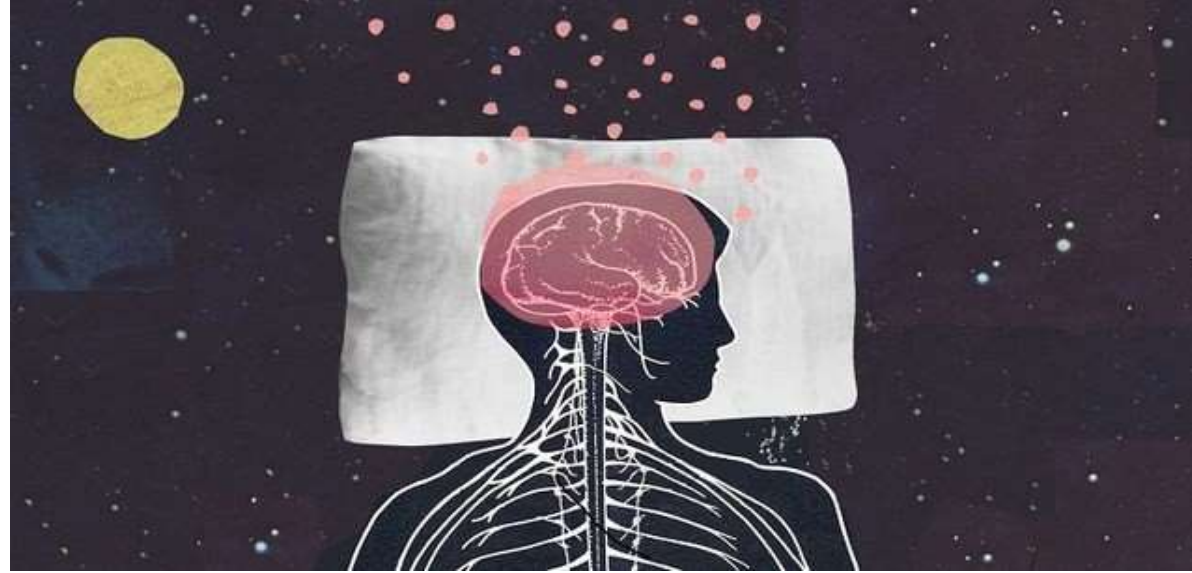
- Çalışması ve ödev yapması konusunda ona baskı yapmayın. Önemli olan çocuğun ders çalışırken keyif alabilmesi, desteğiniz ve teşvikinizle yapabileceğinin en iyisini ortaya koyabilmesidir.

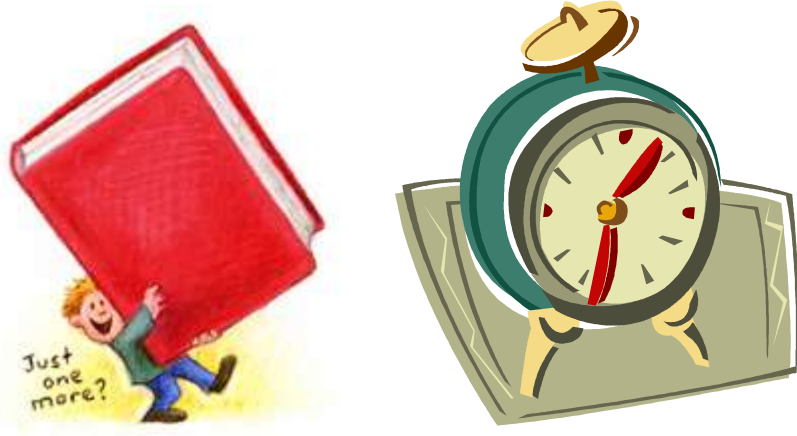


- Ödevimiz, sınıfımız, öğretmenimiz gibi ifadeler kullanmak yerine ödevin, dersin, öğretmenin, sınıfın gibi ifadeler kullanın ki sorumluluğun kendisine ait olduğunu öğrensin.



- Beynin uyumadan önce yapılan işlere uyurken devam ettiğini biliyor muydunuz?
- Bu yüzden uyumadan önce yapılan son ders tekrarları oldukça önemlidir.





- **Öğrenilenlerin %70'i bir saat içinde %80'i bir gün içerisinde unutulmaktadır. Unutmamak için tekrar yapılmalıdır.**





APILAN ARAŐTIRMALARDA



- İnsan öğrendiği konunun yaklaşık **%50'sini 20 dakika** sonra
 - **%70'ini 1 saatte**
 - **%80'ini ise 1günde** unuttur.
- Öğrenci okuduğunu yaklaşık **%20'sini**
- Önce okuyup sonra dinlediğinin **% 40'ını**
- Okuduktan sonra dinleyip sonrada yazdığını **%70'ini** ancak hatırlaya bilmektedir.

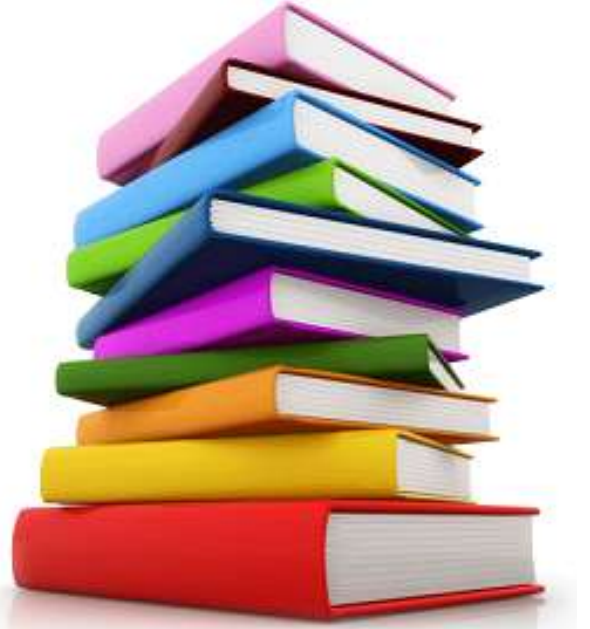


VERİMLİ DERS ÇALIŞMAK NEDİR?

Potansiyel gücünüzün ve yeteneklerinizin başarı elde etmek için olabilecek en yüksek düzeyde kullanılmasıdır.

Etkili ve Verimli Ders Çalışma Teknikleri

1. Kendinize bir amaç belirleyin.
- 2. Planlı çalışın.
- 3. Tekrar yapmayı unutmayın.
- 4. Diğer kaynaklardan faydalanın.
- 5. Soru çözün.
- 6. Ön hazırlık yapın.
- 7. Zamanınızı etkin ve verimli şekilde değerlendirin.





Nasıl Ders Çalışmalı? Çalışma yerinizi belirleyiniz.

Ne çalışacağınızı belirleyiniz. Çalışma zamanınızı dakika ile sınırlayınız. 50 dakikayı aşan çalışmalarda genellikle algılama gücü azalır; hatırlama oranı hızla düşer. Kesinlikle televizyon karşısında çalışmayınız. Her akşam o gün işlenen konuları mutlaka tekrar ediniz. Yanlış çözdüğünüz soruyu tekrar çözünüz. Dersi derste dinleyin ve çok iyi dinleyin. Günde 3 saat plansız çalışacağınıza 1 saat çalışın; ama planlı çalışın. Başarı, ders başında geçen süreye değil, planlı çalışmaya ve etkili tekrara bağlıdır.



- **BAŞARININ SIRLARI; Derse hazırlıklı gel, Dersi derste iyi dinle,**
- Öğretmenin anlattıklarından not tut,
- Günlük tekrarını yap,
- Farklı kaynaklardan faydalan,
- Bol miktarda soru çöz,
- Çözemediğin soruları öğretmenlerle paylaş.



Etkili Dinleme Alışkanlıkları

Etkili Not Almada 3 Adım;

Olumlu bir tutum içinde dinlemek

Aktif dinlemek(anlatılanlara ilişkin sorular geliştirmek)

Sözel olmayan mesajları dikkate almak

Önemli bilgiye işaret eden ipuçlarını dikkate almak

Ders için ön hazırlık yapmak

Etkili not almak

Dersten önce hazırlanma

Dersi dikkatle dinleme ve ders süresince not alma

Dersten sonra alınan notları gözden geçirme



Not Alma İlkeleri;

Önemli noktaları yakalamaya çalışmak

Dinleme ile not alma arasında bir denge oluşturmak

Kısaltmalar ve semboller kullanmak

Uyarı ve ödevleri not etmek





PLANLI ÇALIŞMAK (PROGRAM YAPMAK)

Çalışma programından; tekrarı içeren, etkili çalışmayı sağlayan ve kişiye özgü hazırlanmış bir program kastedilmektedir. Sadece belirli saatlerde dersin başına oturma, belirli saatlerde mola verme üzerine kurulmuş bir çizelge, uygun bir ders çalışma programı anlamına gelmez.

Önceden hazırlanan program aşağıdaki faydaları sağlar:

- 1.Zamanın etkili şekilde kullanılması
- 2.Neye nereden başlanacağına karar verilmesi
- 3.Güven ve motivasyonun artması



• ŞİMDİYİ DEĞİL
GELECEĞİ DÜŞÜNÜN!!