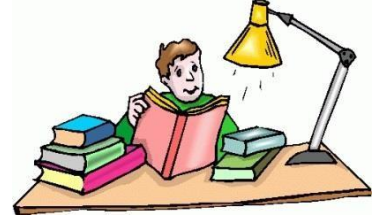


VERİMLİ DERS ÇALIŞMA TEKNİKLERİ



Çalışma becerileri zaman kullanımı, algılama, bilgiyi düzenleme, motive olma ve sorumluluk alma gibi geniş davranış alanı ve tutumları içerir. Okul başarısı, doğuştan sahip olduğumuz bir beceri değildir; öğrenilerek ve doğru çalışma becerilerini kullanarak gerçekleşir. Her çocuk kendine özgü yollarla öğrenir; bazıları işitsel, bazıları görsel ve yazarak daha iyi öğrenebilir. Akademik başarısının devamlılığını sağlayacak en önemli etkenler, çocuğun derse olan motivasyonu, derse katılması, dikkatini toplaması, sürdürmesi ve verimli ders çalışmasıdır.

Verimli ders çalışma alışkanlıklarını geliştirirken öncelikle yanlış çalışma alışkanlıklarından vazgeçmemiz gerekir.

- Hedef belirlemeden çalışma,
- Plan ve program yapmadan çalışma,
- Aşırı kaygı,
- Uygun çalışma ortamının olmayışı ya da sürekli değişik yerlerde çalışma,
- Yatarak, uzanarak çalışma,
- Müzik dinleyerek veya televizyon izleyerek çalışma,
- Kaynakları doğru kullanamama,
- Ders çalışırken telefonun ya da bilgisayarın açık olması,
- Derslerden korkma, anlayamadığı dersi bırakma,
- Öğretmenle ilgili önyargılar,
- Dersle ilgili önyargılar.



Verimli ders çalışma alışkanlığının kazandırılmasındaki ilk aşama, neden çalışmaları gerektiğine dair kendilerine hedef koymalarıdır.

Belirledikleri hedefe ulaşmaksa amaçları olmalıdır. Öncelikle küçük hedeflerle başlayıp, bu hedeflere ulaşmanın sonucundaki başarı hissini çocuklara yaşatılması gerekir. Ulaşılan her hedef, bir sonraki başarının kapısını açmaktadır. Bu, aynı zamanda kendine güveni ve yapabileceğine ilişkin desteği de beraberinde getirecektir. Böylece çalışmak, sıkıcı bir iş olmaktan çıkıp amaca yaklaştıran anlamlı bir sistem ve disiplin olarak yaşamlarında kalıcı bir düzen sağlayacaktır.

İkinci aşama çocuklarımıza verdiğimiz motivasyon ve takdirdir. Öğrenme bir sonuç değil bir süreçtir ve bu süreçte çocuklarımızın çabasının övülmesi, ona destek olunması ve takdir edilmesi çalışma alışkanlıklarının kazandırılmasında etkilidir. Öğrencilerin, öğrenme süreci içindeki çabalarının ödüllendirilmesi, hem çalışma disiplini kazanmaları hem de bunu sürdürmeleri açısından çok önemlidir çünkü öğrenme bir durağa değil bir yolculuğa benzer ve hayat boyu devam eder. Eğer öğrencilere çalışma sistemi kazandırmak istiyorsak onların sonuca giden yolda gösterdikleri çabayı ödüllendirmemiz, beklemedikleri sonuçlarla karşılaştıkları durumlarda hayal kırıklığı (başaramıyorum, yapamıyorum, beceremiyorum... vb. duyguları) yaşayıp vazgeçmelerini (çalışsam da yapamıyorum zaten) ve başarılarını tesadüflere bırakmalarını engellemede önemli katkı sağlayacaktır.

Masa başında çok oturmak, çok çalışmak demek değildir; çok çalışmak etkin ve verimli olduğu zaman başarı kendiliğinden gelir. Çok çalıştığı halde başarılı olamayan öğrenciler vardır. Plansız, programsız, bireysel özelliklerine uymayan ve yanlış çalışma yöntemleriyle ne kadar çalışılırsa çalışılsın etkin sonuç alınamamaktadır. Öte yandan dinlenmeye ve eğlenmeye vakit ayırmadan çalışmak, çocuklar üzerinde yorgunluk, bıkkınlık ve motivasyon eksikliği yarattığından yine etkin sonuç vermemektedir. Önemli olan masa başında ne kadar vakit geçirildiği değil, geçirilen vaktin nasıl değerlendirildiğidir.

Etkin çalışma alışkanlığının kazanılması için bir diğer aşama da çalışma ortamının öğrenmeyi destekleyecek şekilde düzenlenmesidir. Çalışma ortamında dikkat dağıtıcı etki yaratan (televizyon, bilgisayar, cep telefonu, tablet, oyun

konsolları) bulunmamasına özen gösterilmelidir. Özellikle farklı ilgilerin önem kazandığı ergenlik döneminde, kendilerini kontrol etmede güçlük çeken öğrenciler, bu ilgilerini dengelemede de sıkıntılar yaşarlar. Bu nedenle, öğrencilerimizin odalarında bulunan teknolojik araçları doğru bir zamanlama ile kullanabilmeleri güçleşmektedir. Aynı zamanda çalışma ortamında duvarlar da posterlerin de olması dikkat dağıtıcı etki yaratacağından bulundurulmaması önemlidir. Çalışma alışkanlığında önemli bir faktör de masa başında ders çalışma davranışının çocuğa kazandırılmasıdır.

Verimli ders çalışma alışkanlığının kazandırılmasında bir aşama da; dinlenme ve eğlenmeye vakit ayırmaktır. Bireysel ders çalışma planı yapılırken 40-50 dk arası ders/ödev/tekrar /test çalışmaları planlanarak 10 dk ara verilmesi önerilmektedir. Ders çalışmada tekrar önemli bir aşamadır çünkü ilk 24 saat içinde tekrar edilmeyen bilgilerin %80 i unutulur. Öğrencilerimizin bireysel özelliklerini göz önünde tutarak hazırladığımız ders çalışma planlarında, okulda ders saatinde öğrenilmiş olan konuların, evde 5-10 dakika tekrar edilmesini öneriyoruz. Bu sayede, okulda 40 dakikalık ders saatinde öğrenmiş oldukları konuları ileriye dönük daha rahat yerleştirebileceklerine ve öğreneceklerine inanıyoruz.

Yapılan tekrarların ardından verilen dinlenme süresi, öğrencilerin bir sonraki öğrenme seansına daha etkin başlamalarını sağlayacaktır. Dikkatini uzun süre yoğunlaştırılamayan ya da çabuk sıkılan öğrencilerin masa başında kalma sürelerini uzatabilmek için sıkıldıkları an yerlerinden kalkmadan, 1-2 dakika daha çalışma sürelerini uzatmak (bir soru daha çözmek ya da bir cümle daha yazarak) dikkat sürelerini artırmaya yardımcı olacaktır. Bu şekilde dikkatini 20 dakika toparlayabilen bir öğrencinin, zamanla masa başında kendini derse verebilme süresi gittikçe artma eğilimi gösterecektir. Bunun yanı sıra, çalışma süresi bitmeden masa başından kalkmamaları, yapılan işin niteliği açısından önemlidir.



ANNE BABALARA ÖNERİLER

- Çocuğunuzun ders çalışmak için bir sebebi olmasını istiyorsanız öncelikle geleceğe dair planlar yapmasını ve minik adımlar halinde hedefler seçmesini isteyin. Örneğin en yakın zamandaki sınavda iyi bir not almak gibi.
- Günlük derslerinden oluşan esnek olarak zamana ayarlanmış bir ders programı çocuğunuzun ders çalışmasına yardımcı olacaktır. Çocuğunuzun programa uyup uymadığını takip ederek bununla ilgili ona geribildirimler verin, ihtiyaç hissettiği durumlarda yönlendirmelerde bulunun.
- Çocuğunuzun çalışmalarını takip edin, sorumluluklarını yerine getirmesinde hatırlatıcı değil gözlemci olun.
- Çocuğunuzun yanında olduğunuzu hissettirin. İhtiyaç duyduğu her an desteğinizin hazır olduğunu bilmesi çocuğunuza güven verecektir.
- Notlarını değil, çabasını övün.
- Çocuğunuzun "çalışmıyor" diye etiketlemek, başkalarıyla kıyaslama yapmak yerine motivasyonunu arttıracak sözler söyleyin. Çocuğa kızmak ve hep yapmadığı şeylerden bahsetmek aile ile çocuk ilişkisine zarar verir. Size tepki göstermeye başlar.
- Anne baba olarak televizyon seyrederken çocuğunuzun ders çalışmasını beklemeyin. Aksi takdirde çocuk ders çalışmayı kendisine verilmiş bir ceza olarak görecektir. Siz de çocuğunuzun ders çalışırken kitap okumayı tercih edebilirsiniz.
- Çocuğunuza yaşına uygun sorumluluklar vermeniz halinde büyüdüğünde okul ödevlerini hatırlamak konusunda zorlanmayacaktır.
- Ders çalışmaya karşı çocuğunuzun isteksiz olma konusundaki asıl nedenini bulmaya çalışın. Çocuğunuzun aile, okul veya sağlıkla ilgili yaşadığı çeşitli sorunlar ders çalışmasına engel olabilir. Bu durumda profesyonel bir uzmandan yardım alın.

Kaynaklar

1.Şener Cihat, Hayatımız Sınav , Notos Yayınları

