

## ŞEHİT ONUR İLKHAN İLKOKULU

### PSİKOLOJİK DANIŞMA VE REHBERLİK SERVİSİ

#### VERİMLİ DERS ÇALIŞMA KONULU VELİ BROŞÜRÜ

##### *Çocuğum Ders Çalışmaya Başlamadan Önce Onun İçin Neler Yapmalıyım?*

1-Ailenin imkanları ölçüsünde öğrencinin çalışma masasında ders çalışması sağlanmalıdır.

2- Dağınık oda= dağınık zihin: Öğrencinin ders çalışacağı oda 18-20 derece ısıda, derli toplu, ışığı yeterli ve ders çalışma malzemeleri masanın üzerinde hazır olacak şekilde öğrenci ile birlikte düzenlenmeli.

##### *Çocuğum Ders Çalışmaya Başladığında Nelere Dikkat Etmeliyim?*

- Öğrenci televizyon karşısında ya da müzik dinleyerek ders çalışmamalı
- Yatarak ya da uzanarak ders çalışmak yerine mutlaka masa başında ders çalışılmalı
- Öğrenci ders çalışırken su dışında yiyecek veya tüketmemeli

- Ders çalışma zamanı uyku saatine yaklaşılana zamana bırakılmamalı.
- Öğrencinin ders çalışma esnasında telefon kullanmasına müsaade edilmemeli
- Öğrencinin çalışmayı sürekli erteleme alışkanlığı varsa veya öğrencinin bir çalışma programı yoksa program hazırlama konusunda destek olunmalı

##### *Verimli Ders Çalışma Teknikleri Nelerdir?*

Amaç Belirleme	Planlı Çalışma	Zamanı Etkili Kullanma
Verimi Engelleyen Etmenleri Ortadan Kaldırma	Çalışma Ortamı Oluşturma	Ders Çalışırken Başka Şeylerle İlgilenmeme
Not Tutma	Farklı Kaynaklardan Araştırma Yapmak	Etkili ve Verimli Okuma
	Tekrar Yapmak	

## Verimli Ders Çalışmayı Engelleyen Tuzaklar

- Yapılamayanlara odaklanmak
- Müzik eşliğinde çalışmak
- Zorlanılan dersleri önemsememek
- Aşırı kaygı
- Yatarak ya da uzanarak çalışmak
- Çalışırken hayallere dalmak
- Uzun telefon konuşmaları
- Çalışmayı yarım bırakmak
- Arkadaşlara 'hayır' diyememek
- Sınav bilgi ve tekniklerini yeterince bilmemek
- Televizyona takılıp kalmak
- Ders ve konular hakkında yetersiz bilgi sahibi olmak
- Düzenli tekrar yapmamak
- Plansız çalışmak
- Kendinizi/çocuğunuzu başkalarıyla kıyaslamak
- Zamanı denetleyememek
- Yanlışlardan ders almamak, eksikleri gidermemek

## Verimli Ders Çalışma Konusunda 9 Altın Kural



1. Televizyon karşısında ders çalışmamak



2. Her gün işlenen konuların tekrarı



3. Yanlış çözülen sorunun tekrarı



4. Başarı, etkili karara bağlıdır.



5. Çalışma gücünü artırma



6. Dersi derste ve çok iyi dinleme



7. Derse hazırlıklı gelme



8. Mümkün olduğunca ders masasında çalışma



9. Üç saat plansız çalışmak yerine bir saat planlı çalışma