



VERİMLİ DERS ÇALIŞMA

**Doğru şey üzerinde çalışıyor olmak,
muhtemelen çok çalışmaktan daha
önemlidir.**

Caterina Fake

Başarı, her anne-baba ve her öğrenci için ulaşılması gereken bir noktadır. Fakat her öğrenci ya da her anne babanın bu noktadaki çabası aynı değildir. Anne- baba çabası diyoruz, çünkü öğrenci başarısı için anne-babaya da düşen birçok görev bulunmaktadır. Bu görevlerden ilki, öğrenciye düzenli ve verimli bir çalışma alışkanlığı kazandırmış olmaktır. Peki verimli çalışma nedir? Verimli çalışmak, çok çalışmak değil, konuyu kavramayı sağlayacak şekilde yapılan bir çalışmadır.

- *Verimli Çalışma İçin Öncelikle Çalışma Ortamını Düzenleyebilirsiniz:*

Mümkünse öğrencinin çalışacağı ayrı bir odası olmalıdır. Çalışma ortamını öğrencinin kendisinin düzenlemesi, odayı benimsemesine yardımcı olur. Odada öğrencinin dikkatini dağıtacak oyuncak, elektronik aletler, poster, resim, fotoğraf vb. olması çalışma ortamındaki odaklanmayı azaltır. Odaklanamayan öğrencinin ders başarısı otomatik olarak düşer.

Yatakta ders çalışmak uykuyu getirir, öğrenciyi mayıştırır ve odaklanmayı azaltır. Bu nedenle öğrenci ders çalışırken masa sandalye kullanılmalıdır. Dik bir pozisyonda, aydınlık bir ortamda ders çalışmalıdır. Doğru bir masa sandalye seçimi bu noktada önemlidir. Çok küçük bir masa sıkışıklığa ve çabuk sıkılmaya sebep olabilir. Rahatsız bir sandalye de ergonomik açıdan önerilmemektedir. Geniş bir masa ve masanın yüksekliğine uygun, öğrencinin rahat edebileceği bir sandalye ders çalışma masasında geçen süreyi artıracaktır. Odanın sıcaklığı da ders çalışma verimi açısından oldukça önemlidir. Ders çalışılan oda ne çok soğuk ne de çok sıcak olmalıdır 22-24 derece sıcaklık ders çalışma ortamı için yeterlidir.

Çalışılan odanın duvar rengi de öğrenciyi çalışırken olumlu ya da olumsuz etkileyebilir. Yapılan araştırmalar gösteriyor ki mavi ve yeşil tonları öğrenciyi pozitif yönde etkilemektedir. Çok koyu renkler öğrencileri karamsarlığa sürüklerken, beyaz gibi çok aydınlık renkler de gözlerin yorulmasına neden olur. Bu sebeple oda rengi seçerken tercihen açık mavi, açık yeşil kullanılabilir.



- *Çocuğun İhtiyaçlarını Karşılmasını Sağlayarak Onunla Ortak Saatler Belirleyebilirsiniz:*

Öğrencinin çalışmadan verim elde etmesi, günlük ihtiyaçlarını karşılamış olması ile doğru orantılıdır. Çocuğun ödevine başlamadan ihtiyaçlarını karşılaması, ödevini bölünmeden yapabilmesine de yardımcı olacaktır. Aç, uykusuz, yorgun ya da enerjisini atamamış öğrenci dersten yeterince verim alamayacaktır. Çocuk, bir şeyler atıştırıp hemen ders çalışmaya başlamayı mı yoksa okuldan gelince yarım saat dinlendikten sonra ders çalışmayı mı tercih ettiği önceden konuşulup planlanmalıdır. Çocuk ile ortak karar verildikten sonra istisnalar dışında bu düzen bozulmamalıdır. Çocuğa empati ile yaklaşılması gerekir. Çocuk okuldan geldiği anda “Hemen derse oturuyorsun.” gibi ifadelerden kaçınılmalıdır. Çocuğa, günün nasıl geçtiği sorulabilir veya farklı konularda sohbet edilebilir. Ona gün içinde en çok neye güldüğü sorulabilir.

- *Kendi Sorumluluklarını Üstlenmesini Destekleyebilirsiniz:*

Öğrenciler çoğunlukla “Ödevlerini yaptın mı?” “Dersini çalış!” gibi cümleler duymaktan hoşlanmazlar. Bu cümleler yerine alternatif yapabileceklerimiz mevcuttur. Öncelikle öğrenciye küçük yaşlardan itibaren yaşına uygun sorumluluklar vermek gerekir. Sorumluluk duygusu kazandırılmış olan bir çocuk okul sorumluluğunu da kendi üzerine almaktan çekinmez. Sürekli hatırlatma yapmak yerine sorumluluklarının sonuçları olduğu bilincini kazandırmak daha kalıcı bir yöntemdir. Ödevini yapmadığı için sınıfta öğretmenine arkadaşlarının önünde hesap vermek durumunda kalan bir çocuk, bunun onaylanmayan bir davranış olduğunu fark eder. Sınıfta bir daha bu durumla karşılaşmamak için ders hazırlığını yaparak gelir.



Çocuğa ders çalışması gerektiğini hatırlatmamak, onu yalnızlığa itmek değildir. Öğrenci, her yardıma ihtiyacı olduğu anda anne-babasının ona destek sağlayacağını bilmelidir. Ayrıca kararlarını sürdürebilme mekanizmaları tam olarak gelişmediği için aile tarafından kontrol edileceğinin farkında olmak da ders çalışmaya özen göstermelerini sağlayacaktır.

- *Olumlu Davranışlarını Pekiştirerek Onu Motive Edebilirsiniz:*



Olumlu davranışları pekiştirmek ders çalışmayı keyifli hale getirmektedir. Tabii ki buradan her ders çalışma davranışı bir hediye ile karşılanmalı anlamı çıkarılmamalıdır. Olumlu pekiştirme bir başarı sözcüğüyle, öğrencinin başını okşamakla ya da bir aferinle gerçekleştirilebilir. Burada dikkat edilmesi gereken, öğrenciyi zekası ile değil çabası ile

övmektir.

Tüm bunları dikkate aldığımızda okul ile iletişim halinde kalınmalı, öğretmenlerin geri dönütleri ile ilgili öğrencimizle görüşmeler yapılmalıdır.

Peki Ders Çalışma Çocuğa Sevdirebilir mi?



Anne ve babalardan sıkça duyduğumuz söylemler vardır. ‘‘Biz her şeyi veriyoruz, bütün olanakları sağlıyoruz, kendine ait odası var, o ödev yaparken rahatsız olmasın diye televizyonu bile açmıyoruz. Ne isterse yapıyoruz ama bir türlü başarılı olamıyoruz. Ders çalışmayı nasıl sevdirebiliriz?’’ Ders çalışmak aslında

birçok çocuk için oldukça emek isteyen ve zor bir görevdir. Bu nedenle çocuklar işten kaçabildikleri kadar kaçmaya çalışırlar. Bunun yanında günümüzdeki teknolojik aletlerin (bilgisayar, cep telefonu, playstation) ve sosyal medyanın etkisi bu zorluğu daha da artırmaktadır. Çocukların ilgisini çeken ve ona keyif veren uyaran varken çocuğun ödev yapmasını beklemek elbette oldukça zordur. Fakat burada önemli olan husus, çocukları tamamen bu uyaranlardan uzak tutmak yerine kontrollü ve sınırlı sürelerde onların vakit geçirmelerini sağlamaktır.

**ŞEHİT DURMUŞ DELİBAŞI ANADOLU LİSESİ
REHBERLİK SERVİSİ**