**“Çocuğumuza Etkili Ve Verimli Ders Çalışma Alışkanlığını Kazandırma Konusunda Nasıl Destek Olabiliriz?”**



**Sayın Velimiz,**

Rehberlik Bölümü olarak her ay ihtiyaç duyduğumuz konularda veli bültenleri hazırlayarak sizlere destek olacağız. Bu ay veli bültenimizde konu olarak “Çocuğumuza Etkili ve Verimli Ders Çalışma Alışkanlığını Kazandırma Konusunda Nasıl Destek Olabiliriz?” konusunu seçtik. Bu konunun size ışık tutacağını ümit ediyoruz.

Çalışma alışkanlığı; küçük yaşlarda (anaokulu ve üçüncü sınıf düzeyi arasında) düzen kavramının ve özdenetim becerilerinin kazanılması demektir. İlköğretim 4. ve 5. sınıftan itibaren ise karar verme ve kararın sorumluluğunu üstlenmesi becerisidir. Daha üst sınıflarda ise yaşamın planlanması demektir.

 Çocuğun zamanını etkili bir şekilde kullanabilmesi ve verimli bir öğrenme süreci geçirmesi zamanını doğru kullanma ile ilgili olumlu beceriler kazanmasına bağlıdır. Etkili ve verimli çalışma alışkanlıklarını oluşturmada siz anne-babalara da bazı görevler düşmektedir. Bu görevler ;

1. Çocuklarımızın başarıları “çok çalışmalarına” değil ama “düzenli çalışmalarına” bağlıdır. Onlardan çok çalışmalarını değil ama düzenli çalışmalarını bekleyiniz ve bu yolda telkinlerde bulununuz.
2. Bağımsız bir çalışma odasının olması çocuğunuzun mutluluğu, motivasyonu ve performansı için çok olumlu etkiler meydana getirir. Çalışma bir şartlanma gerektirir. Aynı zamanlarda, aynı mekanlarda ders çalışmak, çocuğunuzun çalışmaya daha kısa sürede adapte olmasını sağlar. Çocuklarınıza çalışma masasında çalışma alışkanlıklarının gelişmesine yardımcı olunuz.
3. Dağınık oda, dağınık zihin demektir. Dağınıklık, insanın kendisini de rahatsız hissetmesine yol açar. Çocuklarınızın düzenli, dikkatlerini dağıtacak fazla objelerin olmadığı, sade bir odada çalışma alışkanlığını kazandırmaya çalışınız.
4. 18-20 derece oda ısısı, sessiz ve derli toplu bir oda, ışığı yeterli bir çalışma masası ve malzemelerin düzenli bir şekilde masanın üzerinde olması verimli ve etkili ders çalışmak için ön koşullardan biridir.
5. Televizyon izleyerek ya da müzik dinleyerek ders çalışma

öğrenmenin kalitesini önemli ölçüde düşürür. Önemli olan çocuğun hangi işi, hangi süre içinde, ne zaman ve hangi ortamda yapacağını planlayabilmesi ve günlük hayatını kendisinin kontrol edebilmesidir.

1. Çocuğumuzun yanlış çalışma alışkanlıklarından birisi de yatarak veya uzanarak ders çalışma davranışıdır. Yatmak ya da uzanmak uyku getirir. Ayrıca not tutmak, altını çizmek, okumak, problem çözmek gibi işler yatarak yapılmaz.
2. Çocuklarımızın en çok sıkıntı çektikleri konulardan bir tanesi de, eğlenmeye ve dinlenmeye ayıracakları saatler ile çalışmaya ayıracakları saatleri doğru tayin edememeleridir. Günlük hayatını planlayabilme ve kontrol edebilme becerisinin kazanılmasına yardım etmek, çocuklara yapılabilecek en etkili yardımlardan biridir.

 Özellikle ilkokulun ilk yıllarında çocukların dersle ilgili görevlerini yapma zamanını planlamada güçlükler ortaya çıkabilmektedir. Küçük çocuklar genellikle oyuna veya Digital dünyaya daha fazla süre harcayarak dersle ilgili görevlerini yapmayı aksatabilmektedirler. Bu nedenle ilk yıllarda anne babalar, derslerin yapılacağı zamanı birlikte planlamalı, çocuğun bu plana uymasını sağlanmalıdır.

1. Ders yaparken çocuğun dinlenmesini ve enerji toplamasını sağlamak amacıyla anne babalar çocuklarıyla birlikte gevşeme veya rahatlama egzersizleri yapmalıdırlar. Rahatlatıcı bir müzik dinlemek, bir şeyler yiyip içmek ya da vücudunu hareket ettirmek yararlı olacaktır. Çocuğun ödevini yaparken sıkılmasını önlemek için kısa süreli aralar vermesi de sağlanmalıdır.
2. Çocuğunuz yardım istediğinde yapacağınız yardım, dersle ilgili görevlerini yapmak değil onu sadece yönlendirmek şeklinde olmalıdır. Çocuğunuzun yararlanabileceği kaynakları göstererek yardımcı olmanız, gerisini ise çocuğunuza bırakmanız yararlı olacaktır.
3. Çocuğunuzun dersle ilgili görevlerini takip ve kontrol etmelisiniz. Yapılan dersle ilgili görevlerin okulda sunulmadan önce evde sizler tarafından kontrol edilmesi, çocuklarınıza yaptıkları hataların farkına varma ve onları düzeltme imkanı verecektir. Ayrıca görevlerini tamamladıklarında sizden takdir görmeleri de özgüven ve öz disiplinlerini geliştirici olacaktır.
4. Ailenin küçük yaşlardan itibaren, çocuklarından yüksek başarı beklentisi ve bu beklentiyi karşılamak için de çocuğun eleştirilmesi, dayakla veya cezayla ders çalışmaya zorlanması, onları olumsuz bazı sıfatlarla yargılaması (*tembel, haylaz, sorumsuz, geri zekalı vb.),* çocuğun kendine olan güveninin azalmasına, düşük benlik saygısı geliştirmesine ve bu durum da çocuğunuzda kaygıya, başarısının düşmesine neden olur.
5. *Motivasyon başarı üzerinde çok önemli bir etkiye sahiptir: Bu durumda anne-baba* çocuğuna kendisi için bir takım hedefler belirlemesini sağlamalıdır. Çocuk bu hedeflerine ulaştıkça aile onu ödüllendirmeye çalışarak, çalışmasını pekiştirmelidir. İstekli olduğu ve çalıştığı sürece başarılı olabileceğini belirtin. Ona güvendiğinizi hem sözlerinizle hem de davranışlarınızla, jest ve mimiklerinizle belli etmeye çalışın. Çocuğunuzu başarılarından dolayı takdir edin ve övün. Vereceğiniz ödüller; sevginin gösterilmesi, övgü sözleri, göz teması, birlikte yapabileceğiniz bir etkinlik olabilir.

Hep birlikte güzel bir dönem geçirmeyi dileriz…

**ALTAYÇEŞME İLKOKULU MÜDÜRLÜĞÜ**

**REHBERLİK BÖLÜMÜ**



Çocuğumuza Etkili Ve Verimli

Ders Çalışma Alışkanlığını Kazandırma

**Şubat’20**