

# ETKİLİ VE VERİMLİ ÇALIŞMA

YALOVA REHBERLİK VE ARAŞTIRMA MERKEZİ



## ETKİLİ VE VERİMLİ DERS NASIL ÇALIŞILIR?

Nazmiye GÜNAY-Psikolojik Danışman

Yaşantılar sonucu davranışlarda meydana gelen kalıcı değişikliklere öğrenme denir. Öğrenme yaşamın doğal bir parçasıdır. Bireyin öğrenme süreci dünyaya geldiği ilk andan itibaren başlar ve hayatı boyunca devam eder. Öğrenilen yeni bilgiler, ek çalışmalar, ödev ve projelerle pekiştirilir. Öğrenilen bilgilerin pekişmesi için ise etkili çalışma becerilerinin kullanılması gerekir.

Etkili ders çalışma becerileri bireyin/öğrencinin;

- Eksiklerini fark edebilme,
- Zamanı planlayarak yönetebilme,
- Hedef oluşturabilme
- Etkili çalışma yöntemlerini kullanmasını gerektirir.

Çalışma alışkanlığının kazanılması ve geliştirilmesi okul yılları süresince olur. Bu yıllarda kazanılan ya da kazanılması beklenen beceriler, bireyin hayatı boyunca ihtiyaç duyacağı zamanını yönetebilme ve yaşamda disiplinli olma becerilerinin altyapısını oluşturur.

Temel eğitimin 1.basamağında yani ilkokulda okula uyum ve sorumluluklar konusunda ailenin ilgi ve desteği ile birlikte olması normal gibi görünse de çocuğun/öğrencinin içinde bulunduğu her ortamda kendini doğru ifade edebilmesi yani bireyselleşmesine imkân tanınması gereklidir.

Ortaokula geçiş ile birlikte öğrencilerin etkili ders çalışma becerilerinin geliştirilmesi daha fazla önem kazanmaktadır. Ortaokul döneminde öğrenciler, ders sayısının artması, derslerin çeşitlenmesi, sorumlulukların artması, başarı ve performansın daha çok değerlendirilmeye başlanması ile birlikte ders çalışma alışkanlığı kazanabilmek için anne babalarının desteğine ve yönlendirmesine ihtiyaç duyabilirler.

Bu süreçte anne babalar da zaman zaman:

“Çocuğum nasıl ders çalışmalı?”,

“Ödevlerine ne ölçüde müdahale etmeliyim”,

“Ders çalışma alışkanlığını nasıl kazandırabilirim?”,

“Zamanını nasıl verimli kullanabilir?” vb. sorulara yanıt

arayabilirler ve bu konuda desteğe gereksinim duyabilirler.



Etkili ders çalışma davranışının temelinde, öğrencilerin küçük yaşlardan itibaren kendi sorumluluklarını almaları, öğrenme ve başarabilmenin mutluluğunu yakalamaları vardır. Anne babaların çocuklarının gelişimleri için onların görevlerini üstlenmek yerine, onlara destek olarak ve yapacakları iş konusunda ipuçları vererek sorumluluk duygularının gelişmesine katkıda bulunmaları gerekir. Küçük yaşlardan itibaren sorumluluklarını yerine getirebilen öğrenciler, ortaokul döneminde ders çalışma ve ödev yapma sorumluluklarını yerine getirmekte güçlük çekmemektedir.

## Çocuğunuz Etkili Ders Çalışma Becerilerini Geliştirirken Ona Nasıl Destek Olabilirsiniz?

### ÇALIŞMA ORTAMININ HAZIRLANMASI

Fiziksel ve çevresel koşullar dâhilinde çalışma için öncelikle uygun bir ortam hazırlanmalıdır. Her zaman ona özel bir oda olmayabilir ancak sürekli olarak kullanabileceği bir ders çalışma köşesi hazırlamak, çocuğunuzun verimli çalışmasına yardımcı olur. Çalışma ortamının evin gürültüsünden uzak, sessiz bir köşede dikkati dağıtacak öğelerden uzak olması en önemli şarttır. Ayrıca aydınlatmasının iyi olması, havalandırılmış olması, bir çalışma masası ya da çok dağılmadan oturabileceği bir koltuk olması ve gerekli materyalleri (kalem, kitap, sözlük vb.) elinin altında bulundurması önemlidir.





## HEDEFLERİN BELİRLENMESİ

Öğrenme için motivasyon gereklidir. Ulaşılabilecek aynı zamanda biraz zorlayıcı olan hedefler belirlemek, çocuğunuzun motivasyonunu artırır. Yapılan araştırmalar, başarıyı yakalayan kişilerin net ve açık hedefleri olduğunu göstermektedir.

## ÇALIŞMA ZAMANI VE DÜZENİNİN BELİRLENMESİ

Zaman yönetimi, hedeflere ulaşmada önemli bir kaynak olan zamanı verimli kullanma çabasıdır. Zamanını yönetmesini isterken ve zaman planlaması yaparken çocuğunuzun yorucu bir gün sonunda eve döndüğü gerçeğini aklınızda tutarak öncelikle ona bir dinlenme zamanı tanıyın. 1-1.5 saatlik bir dinlenmeden sonra çalışmaya başlaması ve ödevlerini geç saatlere bırakmaması konusunda yönlendirici olun. Ödevlerini ona sürekli olarak hatırlatmak, bu ödevlerin bir yük gibi görülmesine neden olabilir. Bunun yerine, onunla konuşarak ödevlerini zamanında ve düzenli yapmanın yararlarını birlikte bulabilir, yine birlikte bir zaman çizelgesi oluşturabilirsiniz.



## ÖNCELİKLERİN BELİRLENMESİ

Hangi derslerde daha çok çalışmaya ihtiyaç duyduğu ya da hangi ödevin ne kadar zaman alacağı gibi konularda sıralama yapmasını istemek faydalı olabilir. Örneğin, çalışmaya notu düşük olan ya da zorlandığı dersten başlaması uygun olabilir.

Öğrenciler zaman zaman ödevde başlama konusunda isteksiz olup erteleme eğilimi gösterebilirler. Böyle bir durumda, kolay bulduğu ya da en çok zevk aldığı dersle başlamasını önerebilirsiniz.

Ayrıca çalışma sırasında arka arkaya gelecek derslerin mümkün olduğu ölçüde birbirinden farklı olmasında da yarar vardır. İçerikleri açısından benzer olan derslerin peş peşe çalışılması öğrenmeyi zorlaştırabilir. Örneğin Türkçe dersinden sonra Matematik dersine çalışılabilir.



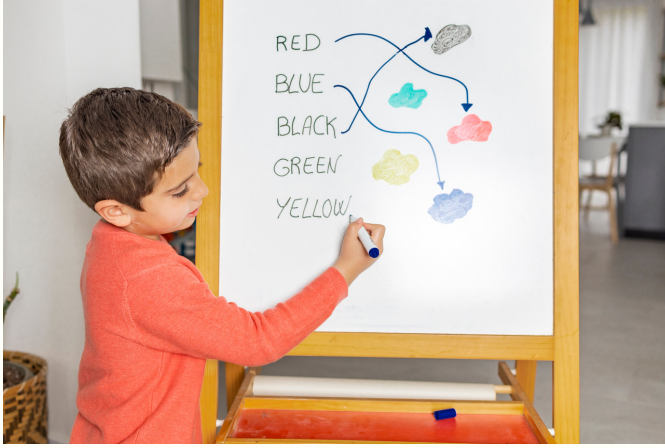
## ZAMAN TUZAKLARININ BELİRLENMESİ

Zamanını iyi kullanabilmek için öncelikle zaman kaybettiren şeyler belirlenmelidir. Çalışma anında hayallere dalmak, uzayıp giden telefon konuşmaları yapmak, arkadaşlara ya da kardeşe "hayır" diyememek, televizyona, bilgisayara, telefona takılıp kalmak etkili ve planlı çalışmayı engelleyen tuzaklardır.



## TEKRARLARIN YAPILMASI

Öğrenilen bilgilerin kalıcılığını sağlamak için tekrar etmek, etkili bir çalışma için olmazsa olmazlardandır. Tekrar çalışmaları yapılmazsa belli bir süre sonra öğrenilen bilgiler unutulur. Unutmak normal bir sonuçtur. Araştırmalara göre bir öğrenci öğrendiklerinin %70' ini bir saat içinde, %80' ini de bir gün içinde unutmaktadır. Çocuğunuzun günde 10-15 dakikasını ayırarak yapacağı tekrar, yeni öğrendiği bilgileri unutmamasını, bilgileri kalıcı hafızaya (uzun dönemli bellek) yerleştirmesini sağlar.



## OKUL HAZIRLIĞININ YAPILMASI

Ödevlerin yapılması kadar önemli olan bir diğer konuda, çocuğunuzun okul için gerekli ödev, proje ve materyalleri eksiksiz olarak okula getirmesidir. Bir sonraki gün için gerekli olan eşyaların önceden hazırlanması alışkanlık haline getirilmesi gereken bir diğer beceridir.

## ÖDEVLERİN TAMAMLANDIĞINA EMİN OLUNMASI

Etkili ders çalışma ve düzenli ders yapma alışkanlığı edinene kadar çocuğunuzun ödevini düzenli ve tam yapıp yapmadığını gözden geçirmelisiniz. Bunu yaparken de öncelikle onun kendi başına eksiklerini, yanlış yaptıklarını görmesine yardımcı olarak kontrolün kendisinde olduğunu fark etmesini sağlayabilirsiniz. Çabasını ve düzenli çalışmasını destekleyerek, bu konuda takdir ederek sadece aldığı iyi notları değil, öğrenme sürecinin tümünü değerlendirmeniz onu tümüyle öğrenmeye güdüleyecektir.

Her işte olduğu ders çalışmak da belli bir disiplin anlayışı gerektirir. Tek bir doğru yada tek bir formül geçerli olsaydı herkesin performansı üst düzeyde olur, bu konuların sürekli gündemi oluşturmasının önüne geçilirdi. Çalışma alışkanlıklarına yönelik hiçbir madde tek başına başarıya götürmez, bir bütünü oluşturan parçalar gibi hepsi panoda var olmalıdır.

Unutulmamalıdır ki; öğrenmenin önemi, öğrencilerin merak ve öğrenme isteklerini arttırmayı sağlayarak gerçekleşebilir.