

YUNUS EMRE İLKOKULU REHBERLİK SERVİSİ



VERİMLİ DERS ÇALIŞMA TEKNİKLERİ EBEVEYNLERE YÖNELİK



- **EN ÖNEMLİ KURAL:**
- Çocuğunuza güvendiğinizi ve inandığınızı hissettirin.
-
-



Haydi Plan Yapalım

Günlük rutin içinde çocuğunuza ne yapması gerektiğini söylemek yerine, özdenetim yapmasını sağlamak içinden gelerek sorumluluklarını yerine getirmesini kolaylaştıracaktır.

Gün içinde ne kadar süre sosyal faaliyetlerine zaman ayıracağına birlikte karar vererseniz, süresi dolduğunda bırakması gerektiğini kavrayacaktır. Günün sonunda baskı görmeden ve aşırıya kaçmadan planı yerine getirmiş olacaktır.

Derslerdeki başarısını, derslere olan ilgisini takip etmeye çalışın.

Bunu yaparken onu kontrol ediyormuş ya da denetliyormuş gibi değil; güvensizlik belirtisi olarak veya eleştiri korkusu yaşatmadan ilgilendiğinizi ve merak ettiğinizi ona destek verdiğinizi göstererek yapmaya çalışın.

Kitap oku! demek yerine;
-Gel beraber kitap okuyalım, diyerek günlük ailecek okuma saatleri düzenleyebilirsiniz.

Unutmayın rol model olmak her zaman daha etkilidir.



Ders çalışabileceği uygun bir ortam oluşturun.

Kanepede ya da yatarak çalışmak yerine, masasında çalışması için bir köşe ayarlayın.

Mümkün olduğunca gürültüden uzak tutmaya çalışın.

Odasını sık sık havalandırın, aynı zamanda odanın ısısına dikkat edin.

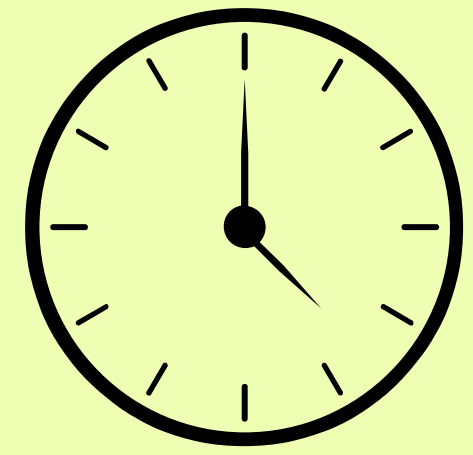
Molalar dışında ders çalışma esnasında yiyecek içecek götürerek bölünmesine izin vermeyin.

Çalıştığı odada televizyon, telefon vs. bulunmasına izin vermeyin, bunları teknoloji saatlerinde kullanması gerektiğini açıklayın.

Belli bir uyku düzeni oturtmasına yardımcı olun. Özellikle de gece geç uyumaması çok önemlidir. Sabahları da belli bir rutinde uyanması, düzen açısından öğrenciyi olumlu etkiler.



Kahvaltı mutlaka yapmalı; güne yararlı besin gruplarından tüketerek başlamalıdır.



- Çalıştığı odada saatin bulunması, kendi denetimini sağlamasına yardımcı olacaktır.
- Özellikle de test çözerken zaman yönetimi sağlaması gerekmektedir.

Dersleri ya da ödevleri konusunda sizden yardım istediğinde yol gösterici bir yaklaşımla hareket edin, tamamını yaparak değil; beraber yardımlaşma şeklinde süreci yönetmeye dikkat etmelisiniz.

Çocuğunuzun aşırıya kaçmamak üzere başarmış olduğu durumları takdir ederek pekiştirmeye çalışın. Ama süreklilik arz eden ödül verme durumu olmamalıdır, alışkanlığa dönüşmesi etkisini azaltmasına sebep olabilir.