

Okul hayatında ders başarısını arttırabilmesini sağlayacak bazı ders çalışma teknikleri şöyle:

Uygun zamanın seçimi

Çalışma için günün en verimli, en enerjik olunan vakti seçilmelidir. Herkesin uyku saatine, ne kadar uyuduğuna göre değişen biyolojik ritmi vardır.

Bazıları gece, bazıları sabah saat saatlerinde daha verimli çalışırlar. Araştırmalar, sabah elde edilen öğrenmenin öğlenden sonra ile kıyaslandığında daha fazla olduğunu göstermektedir. Bu nedenle zihinsel gücü daha zorlayıcı olan derslerin sabah saatlerinde çalışılması tavsiye edilir.

Ders çalışmadan önce enerji depolama

Rahatlama teknikleri herkes için farklı olabilir. Çocuğun okuldan geldiğinde veya önemli bir sınavı sonrasında - spor, -oyun, -banyo, - yürüyüş, - gezi gibi farklı aktivitelerden kendine uygun olanı tercih ederek rahatlmasına izin verilmelidir.

Zamanlama olarak; derse oturma, bu gibi aktivitelerden sonra tercih edilebilir. Bu rahatlama esnasında ders çalışmanın gerekliliği telkin edilerek çocuğun rahatlama hakkı olduğu üzerinde durulmalıdır. Bu telkin 'rahatlama hakkı ve bir sonraki çalışma için enerji topluyorsun' şeklinde olabilir.

Ortamın iyi düzenlenmesi

Ortamın ısı ve ışık şartları etkilidir. Hava çok sıcak ya da soğuk olmamalı, temiz, havadar bir ortam olmalıdır. Evde sadece ders çalışma amacına yönelik bir köşe ya da bir masa ayrılmalı. Böylelikle çocuk oraya geçtiğinde derslerine odaklanması ve yoğunlaşması kolaylaşır.

Çocuğun dikkatinin dağılmaması için; çalışma masasının karışık olmamasına, masada kullanacağı araç ve gereçlerin hazır olmasına özen gösterilmelidir.

Yatarak veya müzik dinleyerek çalışmak dikkati azaltacağından verimi de azaltır. Bunun yerine masa başında dik oturarak çalışmak verimi artırır.

Çalışma sürelerinin planlanması

Çalışma süresi, çocuğun masa başında ne kadar oturabilir olduğuna göre; 20 dk., 30 dk., 40 dk., olabilir. Çalışma programı oturana kadar süre az olmalı, zaman içinde tedricen arttırılmalıdır.

Molalar; öğrendiklerinin yerleşmesini, taşların yerine oturmasını sağlar. 10 dk. mola için makul bir süredir. Bu sırada dikkatini ve motivasyonunu dağıtmayacak, özellikle bilgisayar, televizyon, oyun dışında uğraşlara yönelmesi tercih edilmelidir.

Çalışma nedenlerinin belirlenmesi gerek

Neyi neden yaptığımızı bilmek her zaman işimizi kolaylaştırır. Çocuk neden öğreniyor, ders çalışıyor olduğunu bilirse çok daha iyi motive olur.

Hedeflerini, neden ders çalışıyor olduğunu yazıp, görebileceği bir yere asmalıdır.

Öğrenme tekniklerinin kullanılması

Ayıklama veya hedef belirleme; ne kadar sürede hangi konuları çalışabileceğini önceliklerine göre belirlemelidir.

Göz gezdirme; çalışmaya başlamadan önce konunun başlıklarını okumalı, içeriğinde neler olduğuna göz atmalıdır. Böylelikle beyine, ne kadar bilgi geleceğine dair haber verilmiş olur.

Beyin o bilgileri almaya hazırlanır. Bu, bilgisayar modeline benzeyen bir durumdur.

Çalışılacak yerlere göz gezdirilirken bilinen, az bilinen, yeterli bilinenler gibi gruplamalar yapılmalıdır. Bu şekilde bilinen yerlerin tespiti hem ödül olur, kendine güven verir hem de gereksiz vakit kaybını önler.

Çocuk çalıştığı konunun bölümlerinden sorular hazırlayıp, bu soruların cevaplarını arayarak

çalışma yapmalıdır.

Görselleştirme; renkler ve şekiller akılda tutmayı kolaylaştırır. Bu sebeple çocuk; çalıştığı konuları resimlemeli, şekillerle harita oluşturmalı ve renkli kalemler kullanmalıdır.

Sürekli okumak yerine özet çıkarmayı tercih etmelidir.

Özet nasıl çıkarılmalı?

1- Kendi cümleleri, kelimeleri ile anlatmalı veya yazmalı. 2- Madde madde başlıklar halinde not tutmalı.

3- Önemli noktaları, ana

temayı belirlemeli.

4-

Metin içerisinde dikkatli olunacak cümleleri, oklar, şekiller kullanarak renkli kalemlerle altını çizerek belirtmeli.

5- Anahtar kelimeleri çıkarılmalı; anahtarlar bütünü hatırlatmaya yarar, sonra bakıldığında vakit kaybını önler.

6- Dinlerken not almalı; dinleme ve yazma birlikte olabilir, birbirini ketlemez. Beyin dinlemeye konsantre olduğunda el otomatik olarak yazabilir. Bir araştırmada not tutanla tutmayan arasında kıyas yapılmış, not tutanların daha başarılı olduğu görülmüştür.

Sosyal derslerinde özetleme ve çok sayıda tekrar yapmalı, anlatmalı, matematik dersinde bol problem çözmelidir.

Kafasında onu meşgul eden bir şey olmaması, gerekirse; beyinde fazla yer işgal etmemesi için sonra yapacaklarını not etmelidir.

Sıkıldığında ya da motivasyonu azaldığında ders çalışmayı bir oyun haline getirebilir. Örneğin size, kendisini ünlü bir yazar, bilim adamı ya da öğretmen gibi düşünerek anlatabilir.