**BUCA VALİ RAHMİ BEY İLKOKULU**

**REHBERLİK BÜLTENİ**

**EVDE VERİMLİ DERS ÇALIŞMA**

**Hepimiz,çocuklarımızın zamanını verimli değerlendirmesini,etkili biçimde ders çalışmasını,ödev ve sorumluluklarını zamanında yerine getirmesini bekleriz.Ancak, çocuklarımızda bu becerileri geliştirmek; küçük yaşlarda (anaokulu ve üçüncü sınıf düzeyi arasında) düzen kavramının ve özdenetim becerilerinin kazanılmasıyla mümkündür.Bu beceriler, 4. ve 5. sınıftan itibaren karar verme ve kararın sorumluluğunu üstlenme becerisiyken,daha üst sınıflarda ise yaşamın planlanması anlamına gelmektedir.Bu aşamada çocuğa doğru örnek olunmalı ve gerektiğinde destek verilmelidir.Özellikle okula yeni başlayan çocuklar,ders çalışma alışkanlığını edinebilmek için ailelerinin desteğine gereksinim duyarlar.Başlangıçta bu desteği vermek,ödev yaparken onun yanında bulunmakla eş anlamlıyken,zaman içinde danışabileceği biri konumuna gelinmesi beklenen ve doğru davranıştır.**

**Çocuğunuzun ders çalışma alışkanlığını edinebilmesi ve kendi başına verimli çalışabilmesi için siz ailelere düşen bazı görevler vardır.**

**-Çalışılacak yerin belirlenmesi: Çocuğunuzun odası olabileceği gibi evin uygun olan bir bölümü de ders çalışma için düzenlenebilir.Çalışma yeri sabit ve sakin,oda ısısı 18-20 derece arasında ve ışığı yeterli olmalıdır.Etrafta çocuğun dikkatini dağıtacak objeler (resim,oyuncak,renkli eşyalar) bulunmamalıdır.Çünkü dağınık bir oda dağınık zihin demektir.Ayrıca çalışma bir şartlanma gerektirir.Aynı zamanlarda ve aynı mekanlarda çalışmak,çocuğunuzun çalışmaya daha kısa sürede adapte olmasını sağlar.Bu nedenle aynı yerde çalışılması sağlanarak alışkanlık haline getirilmelidir.**

**-Gerekli malzemelerin hazırlanması: Çalışmaya başlamadan önce kalem,defter, silgi gibi gerekli malzemelerin hazırlanması çalışmanın bölünmemesi ve zaman kaybının önlenmesi açısından çok önemlidir.İlk zamanlar birlikte hazırlanarak bu düzen sağlanmaya çalışılmalı ve öğretilmelidir.**

**-Planlama: Zamanın verimli kullanılması ve etkili ders çalışma için çocuğun günlük yaşamı planlanmalı ve mümkün olduğu kadar uyulmalıdır.Bu planlamada çocuğun enerjisini boşaltabileceği,ailesi ile birlikte olabileceği eğlenceli etkinliklere ve dinlenmeye de yer verilmelidir.**

**-Yanlış çalışma alışkanlıkları: Yatarak,televizyon izleyerek ya da müzik dinleyerek ders çalışmak mümkün değildir.Beyin birden fazla işi aynı anda yapamaz ve kalite kaybı ortaya çıkar. Bu nedenle çalışma sırasında çocuğunuzun sadece dersi ile baş başa olmasına ve yine bunu alışkanlık haline getirmesine özen göstermelisiniz.**

**-Ödevlerin düzenlenmesi: Günlük ödevlerin neler olduğu gözden geçirilmeli,uzun ve kısa olanlar,önce ve sonra yapılması gerekenler sıraya konulmalı,uzun ödevler parçalara ayrılmalıdır.Ödev yapımı sırasında çocuğun dikkat süresine göre kısa molalar verilmelidir.**

**-Olumlu iletişim: Motivasyonun başarı üzerindeki etkisi çok büyüktür.Bu nedenle anne-babaların çocuklarından yüksek başarı beklentisi içinde olmadan yapıcı eleştirilerde bulunmaları,özgüven ve öz disiplini geliştirmek üzere onlara olan güvenlerini söz,davranış,jest ve mimikleriyle belli etmeleri motivasyonu arttıracak ,aradaki ilişkiyi de güçlendirecektir.**

**-Tekrar:Unutma öğrenmenin düşmanıdır.Unutmayı engelleyen temel etkinlik ise tekrar yapmaktır.Bu nedenle çocuğunuza mutlaka o gün okulda gördüklerini tekrar ettirmelisiniz.**

|  |  |
| --- | --- |
| **SABAHÇI ÖĞRENCİLER İÇİN GÜNLÜK PLAN ÖRNEĞİ** | |
| **SAAT** | **ETKİNLİK** |
| **06:30-07:20** | **Kalkış-Temizlik-Kahvaltı** |
| **07:30-12:20** | **OKUL** |
| **12:20-13:00** | **Eve Gidiş** |
| **13:00-14:30** | **Öğle Yemeği ve Serbest Zaman** |
| **14:30-15:00** | **DERS ÇALIŞMA (30 Dk.)** |
| **15:00-15:50** | **Dinlenme,Serbest Zaman** |
| **15:50-16:30** | **DERS ÇALIŞMA (40 Dk.)** |
| **16:30-19:30** | **Dinlenme,Serbest Zaman,Akşam Yemeği** |
| **19:30-20:00** | **DERS ÇALIŞMA (30 Dk.)** |
| **20:00-21:00** | **Dinlenme,Serbest Zaman** |
| **21:00-21:20** | **KİTAP OKUMA SAATİ (20 Dk.)** |
| **21:20-21:30** | **Ertesi Güne Hazırlık,Diş Fırçalama** |
| **21:30-06:30** | **UYKU** |
|  |  |

|  |  |
| --- | --- |
| **ÖĞLENCİ ÖĞRENCİLER İÇİN GÜNLÜK PLAN ÖRNEĞİ** | |
| **SAAT** | **ETKİNLİK** |
| **08:45-09:30** | **Kalkış-Temizlik-Kahvaltı** |
| **09:30-10:10** | **DERS ÇALIŞMA (40 Dk.)** |
| **10:10-11:00** | **Dinlenme,Serbest Zaman** |
| **11:00-11:30** | **DERS ÇALIŞMA (30 Dk.)** |
| **11:30-12:20** | **Dinlenme,Okula Hazırlık** |
| **12:20-17:20** | **OKUL** |
| **17:20-18:00** | **Eve Gidiş** |
| **18:00-19:30** | **Dinlenme,Serbest Zaman,Akşam Yemeği** |
| **19:30-20:00** | **DERS ÇALIŞMA (30 Dk.)** |
| **20:00-21:00** | **Dinlenme,Serbest Zaman** |
| **21:00-21:20** | **KİTAP OKUMA SAATİ (20 Dk.)** |
| **21:20-21:30** | **Ertesi Güne Hazırlık,Diş Fırçalama** |
| **21:30-08:45** | **UYKU** |
|  |  |

**NOT: Yukarıdaki plan örnektir. Her ailenin evdeki yaşam düzenine göre kendine uygun plan yapması daha verimli olur.**