

Değerli Velilerimiz,

Çocuklarımızın akademik başarılarını artırmak ve ders çalışma alışkanlıklarını geliştirmek için doğru yöntemleri kullanmaları büyük önem taşımaktadır. Bu süreçte sizlerin desteği de oldukça kıymetlidir. İşte çocuklarınızın ders çalışma sürecini daha verimli hale getirebilmesi için bazı etkili teknikler:

### 1. Ders Çalışma Ortamını Düzenleyin

- Sessiz, düzenli ve dikkat dağıtıcı unsurlardan arındırılmış bir çalışma ortamı oluşturun.
- Çalışma masasında yalnızca ders materyalleri bulunsun.
- İyi bir aydınlatma ve rahat bir oturma düzeni sağlayın.

### 2. Planlı Çalışmayı Teşvik Edin

- Çocuğunuzla birlikte günlük veya haftalık bir çalışma programı hazırlayın.
- Çalışma saatlerini belirlerken dinlenme ve eğlenceye de zaman ayırmayı unutmayın.
- Hedefler koyarak, her ders için belirli bir süre ayırmalarını sağlayın.

### 3. Kısa ve Odaklanmış Çalışma Süreleri

- Uzun süreli çalışmalardan kaçınılmalı, 25-30 dakikalık çalışma aralıkları (Pomodoro Tekniği gibi) tercih edilmelidir.
- Her çalışma aralığından sonra 5-10 dakikalık kısa molalar verilmelidir.

### 4. Tekrar ve Not Tutma Alışkanlığı

- Çocuğunuzun öğrendiklerini düzenli olarak tekrar etmesini teşvik edin.
- Önemli bilgileri not alarak veya özet çıkararak öğrenmelerini destekleyin.
- Renkli kalemler ve görsel materyallerle notlarını zenginleştirmelerini önerin.

### 5. Teknolojiyi Doğru Kullanın

- Ders çalışırken telefon, tablet gibi dikkat dağıtıcı cihazlardan uzak durmalarını sağlayın.
- Eğitim amaçlı uygulamalar ve videolarla öğrenme sürecini destekleyebilirsiniz.

### 6. Sağlıklı Yaşam Alışkanlıkları

- Düzenli uyku, dengeli beslenme ve fiziksel aktivite, çocuğunuzun zihinsel performansını artırır.
- Çocuğunuzun yeterince dinlendiğinden ve sağlıklı beslendiğinden emin olun.

### 7. Motivasyonu Artırın

- Çocuğunuzun başarılarını takdir edin ve küçük ödüllerle motive edin.
- Ders çalışmanın önemini anlamalarına yardımcı olun, ancak baskı yapmaktan kaçının.

### 8. Öğrenme Stillerini Keşfedin

- Her çocuğun öğrenme tarzı farklıdır. Görsel, işitsel veya kinestetik öğrenme yöntemlerinden hangisinin çocuğunuza uygun olduğunu keşfedin.
- Bu doğrultuda uygun materyaller ve yöntemler kullanmalarını sağlayın.

## 9. Örnek Olun

- Çocuğunuzun ders çalışmasını desteklemek için siz de kitap okuyarak veya bir şeyler öğrenerek örnek olabilirsiniz.
- Çalışma sürecine ilgi göstererek, onların yanında olduğunuzu hissettirin.

## 10. Destekleyici Olun

- Çocuğunuzun zorlandığı konularda sabırlı olun ve destekleyici bir tutum sergileyin.
- Gerekirse öğretmenlerinden veya bir uzmandan yardım almayı önerin.

Unutmayalım, çocuklarımızın başarısı sadece akademik sonuçlarla değil, aynı zamanda öğrenme sürecinden keyif almalarıyla da ölçülür. Onlara rehberlik ederek, hem başarılı hem de mutlu bireyler olmalarına katkı sağlayabiliriz.

Hacı Ömer Aydoğan AİHL

Rehberlik Servisi