

# HACI LÜTFİYE ŞİRECİ REHBERLİK VE ARAŞTIRMA MERKEZİ

Sevgili Veliler,

Çocuklarınızın akademik başarısını artırmak ve ders çalışma becerilerini geliştirmek için bu rehber hazırlanmıştır. Bu rehberde, verimli ders çalışma ile ilgili bilgiler ve tavsiyeler bulacaksınız.

## ÇALIŞMA ORTAMI

- Sessiz ve dikkat dağıtıcı unsurların olmadığı bir ortam seçilmelidir.
- Çalışma masası ve sandalyenin ergonomik olması önemlidir.
- Yeterli aydınlatma sağlanmalıdır.
- Düzenli ve temiz bir çalışma ortamı motivasyonu artırır.



## MOTİVASYON

- Çocuğunuzun ilgi alanlarını ve hedeflerini göz önünde bulundurun.
- Başarılı olduğu alanlarda onu teşvik edin.
- Olumlu bir tutum ve destekleyici bir ortam sağlayın.



## UYKU VE BESLENME

- Yeterli ve kaliteli uyku öğrenme için önemlidir.
- Sağlıklı ve dengeli beslenme konsantrasyonu artırır.



## ZAMAN YÖNETİMİ

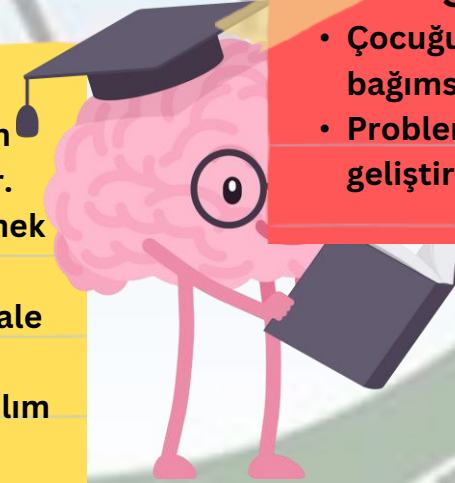
- Gerçekçi bir çalışma programı oluşturulmalıdır.
- Programda molalar unutulmamalıdır.
- Zaman yönetimi teknikleri öğrenilebilir.



## VERİMLİ DERS ÇALIŞMAYI ETKİLEYEN BAZI FAKTÖRLER

## ÇALIŞMA TEKNİKLERİ

- Farklı öğrenme stillerine uygun çalışma teknikleri kullanılabilir.
- Önceden not almak ve özetlemek önemlidir.
- Aktif tekrar öğrenmeyi kalıcı hale getirir.
- Grup çalışması ve etütlere katılım faydalı olabilir.



## SORUMLULUK VERME

- Çocuğunuza sorumluluklar verin ve bağımsız çalışmasını teşvik edin.
- Problem çözme becerilerini geliştirmesine yardımcı olun.



# VELİ OLARAK NELER YAPABİLİRİZ

**Düzenli Bir Çalışma Alanı Oluşturun:** Çocuğunuzun düzenli bir çalışma alanı olması, dikkatini toplamasına ve odaklanmasına yardımcı olur. Sessiz, rahat ve düzenli bir ortam, verimliliği artırır.

**Mola Vermeyi Unutmayın:** Ders çalışma süreleri boyunca düzenli mola vermek, beyinlerinin dinlenmesine ve enerji toplamasına yardımcı olur. Kısa aralar vermek, uzun süreli odaklanma yeteneklerini artırır.

**Soru Sormayı Teşvik Edin:** Çocuğunuzun ders materyalini anlaması için ona soru sormasını teşvik edin. Sorular, konuları daha derinlemesine anlamalarına ve kavramları pekiştirmelerine yardımcı olur.

**Hedef Belirleyin:** Çocuğunuzla birlikte, her ders için belirli hedefler belirleyin. Bu hedefler, ders çalışma sürecini yönlendirecek ve motivasyonlarını artıracaktır.

**Sağlıklı Bir Yaşam Tarzını Teşvik Edin:** Düzenli egzersiz yapmak, sağlıklı beslenme ve yeterli uyku, çocuğunuzun ders çalışma performansını olumlu yönde etkiler.

**Zamanı Planlayın:** Ders çalışma saatlerini belirleyin ve bu saatlere uygun bir şekilde plan yapın. Haftalık bir çalışma programı oluşturarak çocuğunuzun zamanını etkili bir şekilde yönetmesine yardımcı olun.

**Çeşitli Öğrenme Yöntemlerini Kullanın:** Sadece kitap okuyarak değil, çeşitli öğrenme yöntemlerini kullanarak ders çalışmayı daha etkili hale getirin. Örneğin, kavram haritaları, özetler veya kartlar gibi araçlarla çalışma yapın.

**Motivasyonu Artırın:** Başarıyı ödüllendirin ve çocuğunuzun motivasyonunu artırmak için olumlu geri bildirimlerde bulunun. Başarılı olduklarında onları tebrik edin ve destekleyin.

