

Tek Başına Ders Çalışma Ve Öğrenme Becerilerinin Desteklenmesi

Ders çalışma öğrenme sürecinin önemli bir parçasıdır. Bu nedenle ders çalışmak için gerekli becerilerin uygulanması kadar çalışma ortamının özelliklerin de öğrenme için uygun olması önem taşır. Ders çalışmak için en uygun ortam gürültü ve dikkat dağıtan etkenlerden uzak, üzerinde gereksiz eşyaların (küçük oyuncaklar ya da süs eşyaları vb) bulunmadığı, iyi aydınlatılmış bir çalışma köşesidir. Her birey dikkatini en iyi yoğunlaştırabildiği koşulları kendisi keşfeder, kimileri hafif bir müzik eşliğinde daha verimli çalışırken kimileri de tamamen sessiz bir ortama ihtiyaç duyar. Söz konusu dikkat konsantrasyon alanında zorlanan bireyler olduğunda yine kişisel farklılıklar önemlidir ama genel olarak gürültülü bir ortamda ya da yere uzanarak ders çalışmak dikkati yoğunlaştırmaya engel olacaktır.

Çalışma masası ödev için gerekli materyallere ve donanıma sahip olmalıdır. Kalemler (yedekleri de hazır etmek yararlı olabilir), kağıtlar, araştırma kitapları vb ihtiyaç duyulabilecek materyallerin el altında olması gereksiz zaman kaybını önler.

Çalışma planını hazırlarken çocuğa zor gelen ya da daha isteksiz olduğu dersin ödevini ilk olarak yapmak dikkat konsantrasyon alanında yaşanılacak sıkıntıları azaltacaktır. Önce zor-sıkıcı olan dersi tamamlamak en sona ise daha kolay ya da çocuk için eğlenceli olan bir ödevi bırakmak etkili bir yöntem olabilir.

Ders çalışırken dikkat her zaman aynı yoğunlukta devam etmez. Dikkatin dağıldığı, ya da başka konulara odaklandığı fark ettiğinde bir kağıda X atmak, ve ilerleyen günlerde kaydı tutulan X sayılarının azalmasını hedefleyerek çalışmaya devam etmek dikkati geliştirebilir. Örneğin 20 soruluk bir testi çözerken dikkatin konudan uzaklaştığını fark ettiği an için bir X atmak, daha sonra 20 soruluk başka bir test çözerken daha önce kaydettiği X sayısını azaltmayı hedeflemek, ve hedefe ulaştığında bunu küçük bir ödül ile pekiştirmek etkili olabilir.

Matematik Dersini Çalışırken

- Matematik problemlerini çözmeden önce problemi verilen ve istenilen bilgileri içeren cümlelerin altını çizerek okumak, işleme geçmeden önce problemi basamaklara, bölümlere ayırmak işlem hatalarını azaltacaktır. Özellikle

problem kolay olduğunda dikkat problemi olan çocuklar en kısa yoldan çözüme ulaşmayı tercih ederler, ama bu acele genellikle işlem hatası ya da eksik işlem ile sonuçlanır. Problemi bölümlere ayırarak okumak (ilk başlangıçta bölümlerin altını farklı renkli kalem ile çizmek daha etkili olabilir) problemi doğru olarak anlamaya ve gerekli işleme karar vermeye yardımcı olabilir.

- Problem çözümünde yardımcı olacak bir diğer yöntem ise 4 işlem ile ilgili anahtar kelimeleri tanımaya çalışmaktır. Örneğin daha, ekle, fazla, hepsi vb. kelimeler toplama işlemi ile ilgilidir. Bölümü, paylaşdırmak, yarısı, eşit vb kelimeler ise bölme işlemi için kullanılır. Sınıfta çözülen problem örneklerini birlikte incelemek ve anahtar kelimeleri bulmak, yeni problemlerin çözümünü kolaylaştırabilir.
- Matematik dersi yapılmış çözümlere bakıldığında çok kolay gibi gözükse ama örneğe benzer problemleri tekrar tekrar çözmeye çalışmadan öğrenilen bilginin anlaşılmadığı bir derstir. Yapılmış örneklere göz gezdirmek yerine her soru tipinden 3-4 örnek çözüme çalışmak öğrenmeyi ve hatırlamayı pekiştirir. Genellikle sınıf ortamında bir konu ile ilgili benzer soru tipleri çalışılıp alternatif soru tipleri çözümlenmediğinde yeni soru tipi ile ilgili çözümü tek başına yapmak zorlaşır. Bu nedenle o konu ile ilgili farklı soru tipleri ile ilgili örnekleri mutlaka gözden geçirmek (bazı durumlarda bunu evde anne-baba olarak siz yapacak zorunda kalabilirsiniz) önemlidir. Yazarak ve yaparak öğrenme dikkat fonksiyonları açısından en kalıcı öğrenmedir.
- İşlemlere geçmeden önce problemde geçen sayıları kontrol etmek, istenilenin altını çizerek probleme sonra başlamak hata sayısını azaltabilir.
- Matematik çalışırken problemleri çözenin yanı sıra hangi problemde hangi işlemin yapılacağını problemi okuyup karar vermeye yönelik çalışmalarda etkili olabilir. İşlemden daha önemli olan problemi okuyup hangi işlemin yapılacağını anlamaktır. Bu da yine pratik ile gelişen bir beceridir. Anne-baba ile birlikte sadece problemi okuyup doğru işlemi tahmin etmek, bunu bir çalışma gibi değil bir aile bilgi yarışması gibi yapmak motivasyonu arttırabilir.
- İşlemleri kontrol etmek için hesap makinesi kullanımı iyi olabilir.
- Konu anlatımlı- test uygulamaları olan kaynak kitaplar ile çalışmak, özellikle kısa ve pratik çözümleri öğrenmede ve pratik yapmakta etkili olabilir.

Sosyal Dersleri Çalışırken

- Okuma ve hatırlama gereken dersleri çalışırken öğrenilmesi gereken bilgileri mümkün olduğu kadar görsel hale getirmek için hafıza kartları kullanılabilir. Hafıza kartlarına ister önemli olan bilgi kısa not edilir, isterse bilgi hatırlama yardımcı olacak çizimler yapılabilir.
- Ders kitabından çalışma yaparken ilk olarak çalışılacak bölümün tüm başlık ve alt başlıklarına göz gezdirmek, her paragrafın ilk cümlesini ve bölüm sonundaki özeti okumak konu hakkında genel bir fikir kazanılmasına yardımcı olur. Daha sonra tüm sayfaları arka arkaya okumak (bu şekilde dikkat en fazla 10 dakika yoğunlaştırabiliriz) yerine bölümlere ayırarak okumak, örneğin her paragrafı okuduktan sonra o paragrafta anlatılanı bir cümle ile özetleyen bir cümle yazıp sonra okumaya devam etmek daha aktif bir çalışma yöntemidir.
- Okurken önemli yerlerin altına çizmek, küçük notlar almak, özellikle tanımlar, koyu renk ya da italik yazılmış bilgilere dikkat ederek okumaya çalışmak önemlidir. Yazı içinde önemli olan bilgilerin yazılış tekniklerine dikkat etmeyi öğrenmek önemli bir beceridir. Koyu renk yazılan yerleri daha dikkatli okumak gerektiği bilmek çok temel bir bilgi gibi olsa da dikkat konsantrasyon sorunu yaşayan çocuklara bu bilgileri ve teknikleri hatırlatmak önemlidir.
- Önemli yerleri işaretledikten sonra hafıza kartlarına kısa notlar almak bilgiyi daha kalıcı hal getirir.
- Son olarak okunulan bölümü anlatmak (yüksek sesle kendi kendine ya da anne-babaya anlatarak çalışmak) bilginin işitsel uyaran olarak da işlenmesini sağlar. Ayrıca sadece okunulan sonrasında tekrar edilmeyen (yazarak, anlatarak) bilginin %80'ini unutulur.

Yabancı Dil Dersini Çalışırken

- Yabancı dil en çok tekrar gerektiren alanlardan biridir. Bu nedenle tekrar etme ve pratik çalışmalarının gün içine yaymak sadece ödev ile sınırlı bırakmamak etkinliği artırabilir. Yabancı dil derslerinin en önemli artışı öğretme tekniklerinde görsel yöntemlerin en çok kullanıldığı ders olmalarıdır. Resimler, filmler, oyunlar öğrenmeyi pekiştirir.
- Yeni öğrenilen kelimelerin ezberlenmesi için her kelime için küçük kağıtlara kelimeyi anlatan bir resim ve Türkçe anlamı not edilip, katlayıp kutuya

atılabilir. Kutudan çekilen karttaki kelimenin anlamının ne olduğu hatırlamak için resimden yararlanabilir, eğer hatırlanamazsa Türkçe anlamının yazdığı katlı bölüme bakılabilir. Bunu bir oyun gibi puan kazanma şeklinde uygulamak mümkün olabilir.

- Yabancı şarkı sözlerini dinlemek onları Türkçe'ye çevirmeye çalışmak, ya da yabancı kanallardaki programların seyredilmesi de dil öğrenmeyi pekiştiren diğer yöntemlerdir.

Ece Akın Bakanay

GÜNCE Psikolojik Danışmanlık ve Grup Çalışmaları Merkezi

ece@guncedanismanlik.net