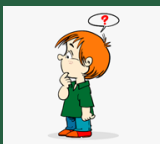


YAMAN DEDE İ.H.O. VERİMLİ DERS ÇALIŞMA VELİ BROŞÜRÜ



**GİDECEĞİ LİMANI BİLMEYEN GEMİYE,
HİÇBİR RÜZGARDAN HAYIR GELMEZ...**

HEDEFİN NEDİR ?



**En Önemli kural:
çocuğunuza
güvendiğinizi ve
inandığınızı
hissettirin.**

**Haydi Plan
Yapalım.**

- Günlük rutin içinde çocuğunuza ne yapması gerektiğini söylemek yerine; özdenetim yapmasını sağlamak içinden gelerek sorumluluklarını yerine getirmesini kolaylaştıracaktır.
- Gün içinde ne kadar süre sosyal faaliyetlerine zaman ayıracağına birlikte karar verirseniz, süresi dolduğunda bırakması gerektiğini kavrayacaktır. Günün sonunda baskı görmeden ve aşırıya kaçmadan planı yerine getirmiş olacaktır.

Derslerdeki başarısını,
derslere olan ilgisini
takip etmeye çalışın.

Bunu yaparken onu kontrol ediyormuş
ya da denetliyormuş gibi değil;
güvensizlik belirtisi olarak veya
eleştiri korkusu yaşatmadan
ilgilendiğinizi ve merak ettiğinizi - ona
destek verdiğinizi göstererek yapmaya
çalışın.



Kitap oku! demek yerine;

**- Gel beraber kitap okuyalım,
diyerek günlük ailecek okuma
saatleri düzenleyebilirsiniz.**

**Unutmayın rol model olmak her
zaman daha etkilidir.**





Ders
çalışabileceği
uygun bir ortam
oluşturun.



- Kanepede ya da yatarak çalışmak yerine; masasında çalışması için bir köşe ayarlayın.
- Mümkün olduğunca gürültüden uzak tutmaya çalışın.
- Odasını sık sık havalandırın; aynı zamanda odanın ısısına dikkat edin.
- Molalar dışında ders çalışma esnasında yiyecek içecek götürerek bölünmesine izin vermeyin.
- Çalıştığı odada televizyon, telefon vs. bulunmasına izin vermeyin, bunları mola saatlerinde kullanması gerektiğini açıklayın.

Belli bir uyku düzeni oturtmasına yardımcı olun. Özellikle de gece geç uyumaması çok önemlidir. Sabahları da belli bir rutinde uyanması, düzen açısından olumlu etkiler.



- Çalıştığı odada saatin bulunması; kendi denetimini sağlamasına yardımcı olacaktır.
- Özellikle de test çözerken ya da deneme sınavı yaparken zaman yönetimini sağlaması gerekmektedir.

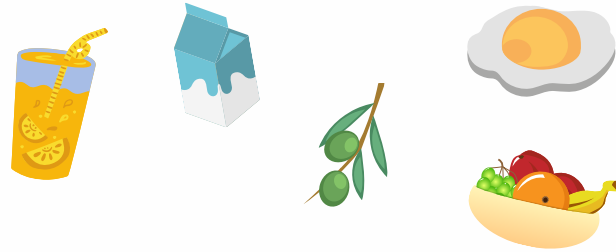
Ders Çalışma: 30-40 dakika

Dinlenme: 10-15 dakika

Kitap: En az 20 dakika

Dersleri ya da ödevleri konusunda sizden yardım istediğinde yol gösterici bir yaklaşımla hareket edin, tamamını yaparak değil; beraber yardımlaşma şeklinde süreci yönetmeye dikkat etmelisiniz.

Çocuğunuzun aşırıya kaçmamak üzere başarmış olduğu durumları takdir ederek pekiştirmeye çalışın. Ama bu süreklilik arz eden ödül verme durumu olmamalıdır, alışkanlığa dönüşmesi etkisini azaltmasına sebep olabilir.



Kahvaltı mutlaka yapmalı; güne yararlı besin gruplarından tüketerek başlamalıdır.

