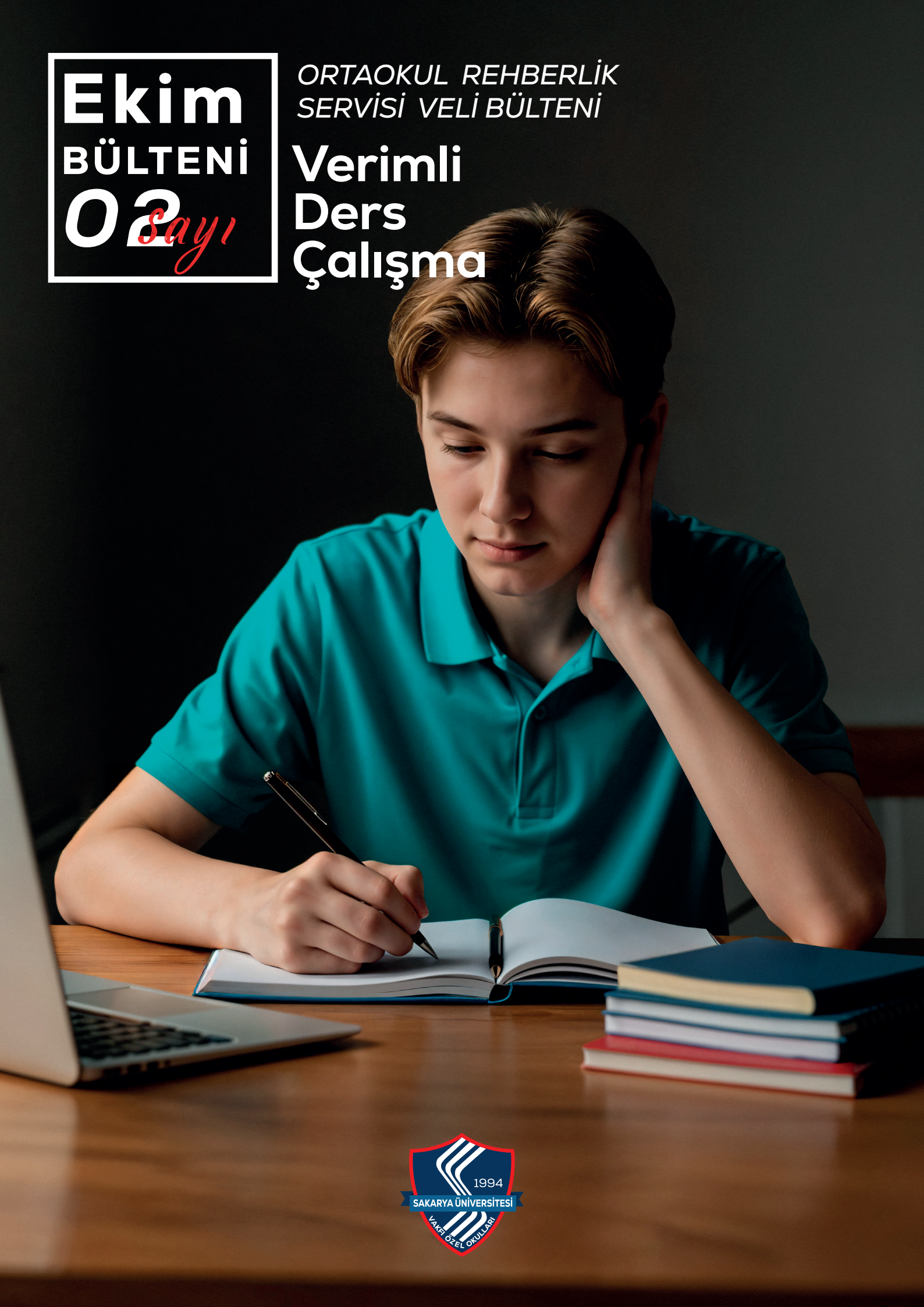
Ekim BÜLTENİ 02 sayı

ORTAOKUL REHBERLİK SERVİSİ VELİ BÜLTENİ

Verimli Ders Çalışma



1994 SAKARYA ÜNİVERSİTESİ VAKFI ÖZEL OKULLARI

Değerli Velilerimiz:

Ortaokul dönemi; çocukların soyut düşünme becerilerinin hızla geliştiği, akademik beklentilerin katlanarak arttığı ve gelecekteki öğrenme stillerinin kök saldığı kritik bir bilişsel evrim sürecidir. Bu dönemde öğrencilerin başarısını belirleyen temel unsur hafıza kapasitesi veya yetenek değil; **bilişsel stratejileri etkili kullanma, verimli ders çalışma ve öz-düzenleme becerileridir.**

Ev ortamında akademik verimliliği ve bilişsel kapasiteyi en üst düzeye çıkarmak adına o daklanılması gereken stratejik alanlar:



AKADEMİK HEDEF BELİRLEME VE BİLİŞSEL FARKINDALIK

Akademik başarı, rastlantılara bırakılamayacak kadar planlı ve analitik bir süreçtir. Çocukların sadece "çok çalışmak" yerine, stratejik hedefler koyabilmesi akademik performansın anahtarıdır

•**Mikro ve Makro Denge Hedefleri:** Uzak vadeli hedefler (örneğin; genel bir sınav veya yılsonu ortalaması) bu yaş grubu için çok soyut kalabilir ve kaygı üretebilir. Bu nedenle büyük hedefler küçük, ölçülebilir ve stratejik basamaklara bölünmelidir. Örneğin, "Bu hafta analitik düşünme gerektiren matematik sorularında eksiği kapatmak için 3 farklı kaynaktan toplam 60 soru çözümünü tamamlamak" gibi net hedefler, beynin yürütücü işlevlerini harekete geçirir.

•**Büyüme Zihniyeti:** Sonuç odaklı övgüler ("Çok zekisin", "Harika not almışsın") yerine süreç odaklı geribildirimler verilmelidir. "Bu karmaşık problemi çözerken izlediğin alternatif çözüm yolunu ve pes etmeyişini takdir ediyorum." Bu yaklaşım, öğrencinin zorluklar karşısında bilişsel esneklik geliştirmesini sağlar.

BİLGİ İŞLEME SÜRECİNDE ZAMAN VE ÖZ-YÖNETİM STRATEJİLERİ



Ortaokul kademesinde yaşanan akademik aksaklıklar genellikle zamanın yanlış yönetilmesinden veya bilişsel enerjinin yanlış odaklanmasından kaynaklanır.

•**Bilişsel Odaklanma ve Pomodoro Disiplini:** İnsan beyni uzun süreli kesintisiz çalışmalarda bir süre sonra verim düşüşü yaşar. 40-50 dakikalık yüksek odaklı akademik çalışma ile 10-15 dakikalık bilinçli molalar (Pomodoro tekniği), bilginin kısa süreli bellekten uzun süreli ve kalıcı belleğe transferini maksimum düzeyde destekler.

•**Akustik ve Görsel Çeldiricilerin Eliminasyonu**: Masada açık duran bir dijital cihaz veya arka plandaki uyarıcılar, beynin bölünmüş dikkat moduna geçmesine neden olur. Bu durum, çalışma süresini kâğıt üstünde uzatırken kazanılan kalıcı bilgi miktarını dramatik biçimde düşürür. Çalışma alanı, bilişsel yükü artırmayacak şekilde sadeleştirilmelidir.

DERİNLEMESİNE VE NİTELİKLİ AKADEMİK ÇALIŞMA YÖNTEMLERİ



Masanın başında geçirilen saatler değil, kullanılan bilişsel stratejilerin kalitesi başarıyı belirler. Pasif okuma (sadece altını çizmek veya tekrar tekrar okumak) öğrencide "öğrendim" yanılsaması yaratır.

•**Aktif Hatırlama ve Yapılandırma:** Öğrencinin okuduğu bir akademik metni kitaba bakmadan kendi cümleleriyle, kavram haritaları veya sentez notları çıkararak aktarması önemlidir. Bilgiyi zihinden yeniden üretmek, sinaptik bağları güçlendirir.

•**Hata Analizi ve Yakınsak Gelişim Bölgesi:** Öğrenciler genellikle bildikleri, kolay gelen soruları çözme eğilimindedir. Oysa gerçek akademik gelişim, hata yapılan ve zorlanılan soruların üzerine gitmekle gerçekleşir. Yanlış yapılan her sorunun arkasındaki bilişsel eksikliği (kavram yanılgısı, işlem hatası veya bilgi eksikliği) bulmaya yönelik bir hata analizi kültürü oluşturulmalıdır.

AKADEMİK SÜREÇTE VELİ ROLÜ: REHBERLİK VE SORUMLULUK



Evdeki en büyük yanılgı, velinin bir "akademik denetmen" rolü üstlenmesidir. Sürekli yanlışları doğrudan düzeltmek çocuğun kendi kararlarını alma ve sorumluluk üstlenme becerisini zedeler.

•**Sorumluluğu Devretmek:** Çalışma planını siz hatırlatmak yerine, "Bu akşamki akademik planını ve öncelik sıralamanı nasıl yapmayı düşünüyorsun?" diyerek yönetimi ona bırakın. Plan aksadığında bunu bir kriz olarak değil, stratejiyi optimize etmek için analitik bir veri olarak ele alın.

Ortaokul kademesi, akademik temellerin sağlamlaştırıldığı olduğu kadar "öğrenmeyi öğrenme" becerisinin de içselleştirildiği kritik bir basamaktır. Bilinçli ve stratejik bir ev içi rehberlikle bu süreci en üst düzeyde verimle geride bırakacağımıza inanıyoruz.

Bahçelievler Mahallesi Kolej
Caddesi SAÜ VAKFI
Özel Okulları
Serdivan / SAKARYA

0(264)
291 54
05-06-07

KÖKLÜ GEÇMİŞ
GÜÇLÜ GELECEK

1994
SAKARYA ÜNİVERSİTESİ
VAKFI ÖZEL OKULLARI