

# AKTİF ÖĞRENME: BİLGİYİ KALICI HALE GETİRME

Aktif öğrenme, bilgiyi sadece okumak veya dinlemek yerine, onu kullanarak, tartışarak ve pratiğe dökerek kalıcı hale getirmektir.

- **Not Alma Teknikleri:**

Çocuğunuz ders dinlerken veya konu tekrarı yaparken mutlaka not almalıdır. Cornell Yöntemi, zihin haritaları ve renkli not alma teknikleri, bilgilerin düzgün bir şekilde organize edilmesine yardımcı olur.

- **Bilgiyi Tartışmak ve Sormak:**

Ders sonrası çocuğunuzla konuları özetleyerek konuşun, sorular sorun ve onun da soru sormasını teşvik edin.

- **Konu Anlatma Yöntemi:**

Çocuğunuzun bir konuyu başkalarına anlatmasını sağlayın. Bu yöntem, bilginin zihinde daha iyi yerleşmesini sağlar.



## DEĞERLİ VELİLER,

Çocuklarınızın akademik başarısını artırmak için etkili öğrenme yöntemlerini bilmek ve onların bu teknikleri kullanmalarını sağlamak büyük önem taşır. Bu broşürde, öğrencilerinizin derslerinde daha verimli olabilmesi için kullanabileceği öğrenme yöntemlerini ayrıntılı olarak açıklıyoruz. Gelin, birlikte bu yöntemleri inceleyelim ve çocuklarınızın öğrenme yolculuğunda onlara rehberlik edelim!



## KEPEZ

### REHBERLİK VE ARAŞTIRMA MERKEZİ



## ETKİLİ ÖĞRENME YÖNTEMLERİ - VELİ BROŞÜRÜ

## PLANLI VE ORGANİZE ÇALIŞMA: ZAMANI DOĞRU KULLANMA

Düzensiz ve plansız çalışmak, verimi düşürür. Bu nedenle bir çalışma planı oluşturmak oldukça önemlidir.

- **Haftalık ve Günlük Programlar:** Birlikte çalışma saatlerini belirleyin. Yoğun ders saatleri arasında molalar olmalıdır.
- **Pomodoro Tekniği:** 25 dakika yoğun çalışma ve 5 dakika mola prensibiyle uygulanır. Uzun ders saatleri yerine bölünmüş çalışma zamanları daha etkili olur.
- **Dikkat Dağıtıcılardan Kaçınma:** Ders çalışma ortamını sade ve dikkat dağıtmayan bir şekilde düzenleyin. Telefon ve sosyal medya kullanımını sınırlamak odaklanmayı artırır.

## MOTİVASYON VE ZİHİNSEL HAZIRLIK:

- **Hedef Belirleme:** Kısa ve uzun vadeli hedefler koyarak çocuğunuzun motivasyonunu artırabilirsiniz.
- **Olumlu Geri Bildirim:** Çocuğunuzun başarılarını takdir etmek, onun kendine olan güvenini artırır.
- **Kısa Molalar ve Stres Yönetimi:** Yoğun ders çalışma süreçlerinde ara vermek, beyin yorgunluğunu azaltır.

## TEKRAR VE PEKİŞTİRME: BİLGİYİ KALICI HALE GETİRME

- **Aralıklı Tekrar:** Haftalık ve aylık tekrarlar bilgilerin unutulmasını önler.
- **Kendi Kendini Test Etme:** Deneme sınavları, testler ve sorularla bilgiyi kontrol edin.



## GÖRSEL VE UYGULAMALI ÖĞRENME: BİLGİYİ SOMUT HALE GETİRME

- **Görsel Araçlar Kullanma:** Diyagramlar, zihin haritaları ve renk kodlamaları öğrenmeyi güçlendirir.
- **Videolar ve Uygulamalar:** Konuları anlatan eğitici videolar, animasyonlar ve interaktif uygulamalar, bilgiyi daha kolay anlamayı sağlar.
- **Deneyler ve Gerçek Hayat Bağlantısı:** Fen derslerinde basit deneyler yapmalarını teşvik ederek bilgiyi somut hale getirir.

## UYKU VE BESLENMENİN ÖNEMİ: BEYİNİ DESTEKLEMELİK

- **Yeterli Uyku:** Geceleri en az 8 saat uyumak, hafıza gelişimi için gereklidir.
- **Dengeli Beslenme:** Vitamin ve mineral açısından zengin gıdalar tüketmek, zihinsel performansı artırır.
- **Fiziksel Aktivite:** Günde en az 30 dakika hareket etmek, odaklanmayı ve motivasyonu yüksek tutar.

