

# SINAV DÖNEMİ EVEBEYNLİĞİ



Öğrencinin sınav sürecindeki akademik başarısını etkileyen faktörler çok yönlüdür. Bu faktörler arasında öğrencinin çalışma performansı, devamlılık ve takip, aile içi iletişim, arkadaş ilişkileri ve motivasyon önemli bir yer tutmaktadır. Her bir faktör, öğrencinin eğitim yolculuğunda kritik bir rol oynayabilir.

Öğrencinin çalışma performansı, öğrenme sürecindeki etkinliği ve verimliliği doğrudan etkiler. Düzenli ve planlı çalışma alışkanlıkları, öğrencinin bilgiyi daha iyi anlamasına ve uzun vadede hatırlamasına yardımcı olur. Devamlılık ve takip ise öğrencinin öğrenme sürecindeki istikrarını ifade eder. Derslere düzenli katılım, ödevlerin zamanında yapılması ve sınavlara iyi hazırlanması, başarının sürdürülebilir olmasını sağlar.

Aile içi iletişim de öğrencinin akademik ve sosyal gelişimi üzerinde büyük bir etkiye sahiptir. Pozitif ve destekleyici bir aile ortamı, öğrencinin kendine olan güvenini artırır ve stresle başa çıkma becerilerini geliştirir. Arkadaş ilişkileri ise öğrencinin sosyal becerilerini ve takım çalışmasını geliştiren önemli bir faktördür. Arkadaşlar, hem akademik hem de kişisel gelişim için gerekli olan motivasyon ve destek kaynaklarıdır.

# MOTİVASYON



Motivasyon, öğrencinin başarısını etkileyen en önemli faktörlerden biridir. İçsel ve dışsal motivasyon kaynakları, öğrencinin hedeflerine ulaşma konusundaki isteğini ve kararlılığını artırır. Öz motivasyon, öğrencinin zorluklar karşısında pes etmemesi ve hedeflerine ulaşmak için gerekli çabayı göstermesi açısından kritik öneme sahiptir.



LGS'de başarıya ulaşan öğrencilerin çok büyük bir bölümü mutludur.

Sadece ders çalışarak başarıya ulaşılmaz.

- Çocuğunuzla eğlenceli aktiviteler planlayın.
- Düzenli olarak fiziksel aktiviteler planlayın.
- Aktivitelerinizin teknolojik cihazlardan uzak olmasına dikkat edin.
- Bu aktivitelere çocuğunuzla birlikte karar verin ve tüm aile üyelerinin katılmasını sağlayın.
- Ders çalışma programı gibi planlı ve düzenli aktivite çizelgesi yapabilirsiniz.

Çocuğunuzun LGS performansını sadece ders çalışması değil;

- Çocuğunuza sadece o olduğu için verdiğiniz değer,
  - Çocuğunuza olan inancınız,
  - Çocuğunuzunuzu desteklemeniz,
  - Kaliteli geçirdiğiniz zaman,
  - Çocuğunuzunuzu güdülemeniz,
- Motivasyonuna etkiniz de belirler.



# SINAV KAYGISI

Kaygı bulaşıcıdır.

Sınav kaygısı yaşayan çocukların büyük bir bölümü ailesinin yaşadığı kaygıdan dolayı kaygılanır.

Yani kaygıyı ailesinden alır.

- Kaygının ne olduğunu öğrenin ve bilgilenin.
- Çocuğunuza sınavın önemsiz olduğunu söyleyip her akşam o gün kaç soru çözdüğünü sormayın!
- Çocuğunuzun gerçek eksiğini tespit edin ve bu eksiğe yönelik ihtiyaçlarını karşılayın.
- Kaygı hissediyorsanız önce kendiniz bir uzman ile görüşün.



**Motive edin:** Onlara başarıları için güven verin ve cesaretlendirin.

**Planlama yapın:** Bir çalışma planı oluşturarak zamanlarını etkili bir şekilde yönetmelerine yardımcı olun.

**Stresi azaltın:** Rahatlatıcı aktiviteler önerin ve stresle başa çıkma stratejileri konusunda destek sağlayın.

**Destekleyici bir ortam sağlayın:** Evde sessiz bir çalışma alanı sağlayın ve onlara çalışmalarında destek olun.

**Dengeyi sağlayın:** Sınav odaklı olmak önemlidir, ancak dinlenme ve sosyal etkinliklere de zaman ayırmalarını teşvik edin.

**Başarısızlığı normalleştirin:** Başarısızlık yaşamak, öğrenme sürecinin bir parçasıdır. Onlara başarısızlıklardan ders çıkarma fırsatı olduğunu hatırlatın.

**İletişimi sürdürün:** Duygularını paylaşmalarını teşvik edin ve ihtiyaç duyduklarında destek olabileceğinizi belirtin.



# HEDEF OLUŐTURMA

Çocuklarla geleceğe dair hedefler üzerine konuşmak, onların kendilerine güvenmelerini ve hayallerini gerçekleştirme yolunda ilerlemelerini sağlayan önemli bir adımdır. Bu süreçte önemli olan, hedeflerin çocukların kendi istek ve ihtiyaçları doğrultusunda belirlenmesidir. Bu, onların bireyselliklerini keşfetmelerine ve kendi kararlarını almalarına olanak tanır.

Gerçekçi hedefler belirlerken, çocuğun yaşına, ilgi alanlarına ve yeteneklerine uygun hedeflerin seçilmesi önemlidir. Bu, onların başarıya ulaşmalarını sağlayacak ve motivasyonlarını artıracaktır. Gerçekçilik, çocuğun hedeflerine ulaşmak için gereken çabayı anlamasını ve hedeflerine ulaşmak için gerekli adımları planlamasını sağlar. Böylece, başarılarının kendi çabalarıyla doğrudan ilişkili olduğunu görmeleri, özgüvenlerinin gelişimine katkıda bulunur.

Bu süreçte ebeveyn olarak göreviniz, çocuğunuzu desteklemek ve onlara rehberlik etmektir. Onların sesini dinlemek, fikirlerine değer vermek ve onları cesaretlendirmek, bu yolculukta onlara güç verecektir. Hedefler üzerine yapılan sağlıklı diyaloglar, çocuğunuzun problem çözme becerilerini geliştirecek ve onları hayatta karşılaştıkları zorluklarla başa çıkmaya hazırlayacaktır. Sonuç olarak, çocuklarınızın hedeflerine ulaşmaları yolunda onlara destek olmak, onların mutlu, başarılı ve kendine güvenen bireyler olarak büyümelerini sağlar.



- Çocuğunuzun fikirlerini, hayallerini konuşun.
- Sistem hakkında bilgilenin ve çocuğunuzun da bilgilenmesi için yol gösterin.
- Birlikte edindiğiniz bu bilgileri karşılaştıran, konuşun, tartışın...
- Bilgiler ışığında çocuğunuzun belirlediği yol haritasında ihtiyacı olan desteği sağlayın.

