

UZAKTAN EĞİTİMDE VERİMLİLİK

Evde eğitim mi olur... Evin içerisinde vakit geçirilebilecek onca şey varken eğitim için zaman kalır mı? Bu sorularla beraber bitirdiğimiz bir eğitim yılının ardından daha yapılanmış ne olacağını, nasıl yapılacağını bildiğimiz yeni döneme başladık.

Uyum sağlamak geçen seneye nazaran daha kolay oldu. Artık uzaktan eğitim sürecinin bir tatil dönemi olmadığını, bu duruma bir an evvel uyum sağlayarak derslerimize yoğunlaşmamızın iyi bir eğitim dönemi için gerekli olduğunu anladık.

Evet, yeni eğitim yılı için, uzaktan eğitim için bakanlığımız ve okulumuz tedbirler aldı. Öğretmenlerimiz planlar yaptı. Aileniz ve sizler de daha iyi eğitim ortamı için gerekli tedbirleri aldınız. Okulunuzla iletişim kurarak ders araç gereçlerinizi ve kitaplarınızı tamamladınız. Evin en uygun yerini eğitim ortamı olarak düzenlediniz. Artık yeni döneme hazırsınız. Sizlere birkaç yararlı hatırlatma yapmak istiyorum.

Daha verimli uzaktan eğitim için yapabileceklerimiz,

1. Çalışma alanının sabit olması... Yataktan çıkmaya zorlanıyor olabilirsiniz. Öyle ya, evin en rahat yeri orasıdır... Ancak yatakta ders çalışmak aslında pek mümkün değil. Bedenimiz yataktan ayrılmadıkça beynimiz tam olarak açılmayacak, gözlerimiz açıkken uyumaya devam edecek. Uyku konusunda uzman kişiler yatakta ders çalışıldığında uyku düzeninin uzun vadede olumsuz etkilendiğini sıklıkla dile getirmektedirler. Yatak en rahat yer olsa da evde ders çalışmak, eğitim faaliyetlerini takip etmek için başka bir alan bulmamız gerekir.

2. Günü yapılandırmak... Gün içinde nelere vakit ayırdığımızı gözden geçirelim. Gün içerisinde yapılacak birçok şeye zaman ayırmadığımız için gecenin geç saatlerinde uykusuz kalmak zorunda kalabiliriz. Ve süreç içerisinde gündüzümüz geceye, gecemiz gündüzümüze dönüşebilir... Gün içerisinde 20 dakikada bitecek bir ödev gecenin geç saatlerinde odaklanma konusunda sorun yaşadığımız için 2 saat sürebilir. İşte bu sebeple planlamak önemlidir diyoruz. Zamanın elimizden uçup gitmesini önler, zaman hırsızlarımız etrafta dolaşırken onlara karşı elimiz daha güçlü olur.

Aşağıdaki tablo gün içinde hangi saatte neyi yapacağını biçimlendiren bir öğrencinin kendini günlük olarak kontrol etmesini sağlar. Böylece sorumluluklarımızı bize kimsenin hatırlatmasına gerek kalmaz. Böyle bir çizelge ile kendinizi takip ettiğinizi gören ailenizin, bu konuda endişesi kalmaz ve böylece iletişiminiz daha sağlıklı olmaya başlar.

Sıra	Kontrol edilecek iş	Evet/hayır
1	Eba Tv ders takibi yapıldı mı?	
2	Canlı derslere katılım sağlandı mı?	
3	Ödevler yapıldı mı?	
4	Ödev öğretmene zamanında gönderildi mi	
5	Öğretmenlerimin iletişim numaralarını aldım mı?	
6	Okul kitaplarım tamam mı?	
7	Eba tv kanalları ayarlandı mı?	
8	Derse zamanında girildi mi?	
9	Kurs(varsa) katıldım mı?	
10	Okulun web sayfasının takibi yapıldı mı?	
11	Öğretmen duyuruları takip edildi mi?	
12	Günlük çalışma çizelgesine uyuldu mu?	
13	Ders tekrarı yapıldı mı?	
14	Günlük soru çözümü yapıldı mı?	
15	Anlaşılmayan konular tekrar çalışıldı mı?	
16	Öğretmenime sorularımı sordum mu?	
17	Başka bir konuya geçmek için hazır mıyım	

3. Zamanı küçük parçalara ayırmak...Çalışma sürecini küçük parçalara ayırmak, hedefe ulaşmak için doğru adımların atılması demektir. Yapılacak işi parçalara ayırırken ne kadar sürede, ne kadar iş bitirebileceğiniz konusunda kendinize dürüst olmanız zaman yönetimini daha iyi yapmanızı sağlar. Ayrıca her bitirilen iş motivasyonunuzun artmasını sağlayacaktır. Zamanımızı kontrol etmek dört bir yanımız zaman çeldiricileri ile doluyken biraz zor... Zamanı yönetemedikçe bulduğumuz bahaneler bir süre sonra stres seviyemizi arttırır, kendimizi “zamanı yönetmeye başaran” başkaları ile kıyaslar ve ne kadar yetersiz olduğumuzu düşünmeye başlarız. Aslında yapacağımız şey çok basit; ders çalışırken etrafımızdaki tüm teknolojik cihazları “rahatsız etmeyin” moduna almak ve evdeki diğer kişilere ders çalıştığının bilgisini vermek...

4. Bir işi tamamlamak için çok yüksek bir motivasyona sahip olmamız gerekmez. Sevmeden de herhangi bir işe başlayıp bitirebiliriz. Hangi işe başlarsak başlayalım; ‘şu kadar süre, bu işin başından kalkmayacağım’ şeklinde şartlanmak o işi bitirme ihtimalimizi daha da arttırır. Belirlediğimiz süre bittiğinde aldığımız ufak bir mola, sonrasında yeniden devam etme motivasyonumuzu arttıracaktır.

5. Ufak ödülleri... Eğer işin sonunda bir ödül varsa o işi bitirme ihtimalimiz her zaman daha fazladır. Art arda 2 canlı ders takip ettikten sonra ödül olarak en sevdiğiniz yemeği yiyebilirsiniz. 50 soruluk testi bitirdikten **sonra** bir parça bitter çikolata yiyebilirsiniz.

6. Sınırları zorlamak... Bazen, ufacak bir hedef dahi gelişmemize destek olur. Sınırları zorlamak aynı zamanda sınırlarımızı keşfetmemizi sağlar. Belki sabah saatlerinde daha hızlı yazıyoruz, akşam saatlerinde ise daha hızlı test çözüyoruz. Kendi özelliklerimizi fark ettiğimizde zamanımızı da daha etkin bir şekilde kullanmış oluruz.

7. Kendine özen göstermek... Uzaktan eğitim döneminde performansınızın olumsuz etkilenmemesi için sağlığınıza dikkat etmeniz gerekir. Buzdolabı ve mutfak yanı başınızdayken bu duruma dikkat etmek zor olsa da mümkün.

8. Farklı Stratejiler Deneyin... Uzaktan eğitim sürecinde işe yarayacak birçok teknik ve Web araçları var. Bu teknikleri araştırabilir, deneyebilir ve hangisinin size en uygun olduğuna karar verebilirsiniz. Bir arkadaşınıza iyi gelen size uymayabilir ya da sizin keyif aldığınız bir yöntem bir başka arkadaşınıza fayda sağlamayabilir.

9. Duyguları fark etmek... Bizi rahatsız eden duyguları yaşamamıza neden olan şeylerden doğamız gereği uzak dururuz. Uzaktan eğitim döneminde de eğer bir dersi anlayamayacağımız konusunda endişelerimiz varsa o dersin konularını içeren canlı dersleri takip etmektense, bir film izlemeyi tercih ederiz. Bu tür durumlarda duygularımızı fark etmek, kabul etmek ve sonrasında yol haritası çizmek oldukça önemlidir. Evet, ekran başından dersleri takip etmek, eğitim almak çok da kolay değil... Ama şunu anımsamakta fayda var; sınıf ortamında da dikkat dağıtan birçok şey var ve neredeyse hiçbirinin üstünde kontrolümüz yokken evde dikkatimizi dağıtan şeyler üstünde kontrolümüz daha çok...

Evet, sevgili öğrenciler şekli farklı olsa da eğitim devam ediyor. Yeterince öğrenmenin gerçekleşmesi sizin, öğretmenlerinizin ve ailenizin bu sürece en etkin katılımı ile olacak. Hep beraber elimizden geleni yapalım. Sağlıkla, iyi günlerde görüşebilmek dileğiyle....

Filiz BİÇER
Psikolojik Danışman ve Rehber Öğretmen

Bu yazı Tekirdağ İl Milli Eğitim Müdürlüğü tarafından yayınlanan Uzaktan Eğitim Kılavuzu'ndan yararlanılarak Filiz Biçer tarafından hazırlanmıştır.