

► VERİMLİ DERS ÇALIŞMA

Rehberlik Servisi
NAZMI OĞUZ ORTAOKULU

VERİMLİ DERS ÇALIŞMA NEDİR?

- ▶ Zamanınızı hedefleriniz doğrultusunda etkili bir şekilde kullanmak ve ihtiyacınıza göre çalışmaktır.
- ▶ Başarılı olmak için sadece çok çalışmanın yeterli olmadığı, aynı zamanda verimli çalışmanın gerektiği bilinmektedir.

ÖĞRENME NASIL GERÇEKLEŞİR?

- Öğrenme bilgiyi algılama, kaydetme, hatırlama ve kullanma sürecidir. Yeni bilgiler, duyu organları yoluyla kısa süreli hafızada toplanır. Bunların arasından tekrar ettiklerimiz, bizim için duygusal olarak anlamlı olanlar ve zihnimizdeki diğer bilgilerle bağ kurabildiklerimiz (kodlama) uzun süreli hafızaya aktarılır. En sonunda ise hatırlama(bilgiyi geri çağırma) gerçekleşir.



ÖĞRENME NASIL GERÇEKLEŞİR?



EĐER...

- ▶ Amaçsızsanz,ı,
- ▶ Plansız ve programsız çalışıyorsanız,
- ▶ Evin değişik yerlerinde çalışıyorsanız,
- ▶ Yatarak, uzanarak ders çalışıyorsanız,
- ▶ TV karşısında ya da mőzık dinleyerek çalışıyorsanız,
- ▶ Ezberleyerek őėrenmeye çalışıyorsanız,
- ▶ Farklı kaynaklardan yararlanmıyorsanız

YANLIş ÇALIřIYORSUNUZ.

VERİMLİ ÇALIŞMAK İÇİN NE YAPMALIYIM?

1-ÇALIŞMA ORTAMINI DÜZENLE

- ▶ İyi havalandırılmış,
- ▶ Ortalama bir sıcaklıkta ve aydınlık,
- ▶ Yeterince sessiz, gürültüden uzak,
- ▶ Düzenli, dağınık olmayan,
- ▶ Sadece çalıştığın şeyle ilgili materyallerin bulunduğu bir ortam olmalıdır.

*Ve kesinlikle masada çalışmalısın.

2-AMAÇ BELİRLE

- ▶ Hangi derse,
- ▶ Hangi konuya,
- ▶ Ne kadar süre,
- ▶ Hangi yöntem ve tekniklerle çalışılacağı önceden belirlenmelidir.

"Hedefi olmayan gemiye hiçbir rüzgar yardım etmez."

3-PLAN YAP

Planlı Çalışmanın Önemi:

- ▶ Ders çalışma ve dinlenme saatlerinin belirlenmesini sağlar. Zaman etkili kullanılır.
- ▶ Hep aynı yöntemle çalışılmasını önler. (sadece test çözerek çalışma gibi)
- ▶ Sadece sevilen değil tüm derslere çalışmayı sağlar.
- ▶ Zamanın boşa gitmesini önler.
- ▶ Günü gününe çalıştırdığı için sınavlar öncesinde aşırı çalışmaya gerek kalmaz.

Plan Hazırlarken:

- ▶ Uygulayabileceğiniz bir plan hazırlayın.
- ▶ Planda, günlük tekrar, konu çalışma, kitap okuma, test çözme yöntemlerinden hepsine yer verin.
- ▶ Kendinize eğlenme ve dinlenme saatleri ayırın.
- ▶ Süreyi 40-45 dk. çalışma, 15-20 dk. dinlenme şeklinde ayarlayın.
- ▶ Zorlandığınız dersi en zinde olduğunuz zaman çalışın.
- ▶ Konuyu öğrenmeden test çözmeyiniz.
- ▶ Test çözerken yanlış yaptığınız soruların cevabını kesinlikle öğreniniz. Gerekirse o konuyu tekrar çalışın.

4-DİĞER ÖNERİLER

- ▶ Sadece sevdiğiniz derslere değil, tüm derslere çalışın. Unutmayın sadece sevdiğiniz derslerden başarılı olmanız yeterli olmayacaktır.
- ▶ Bir sözel, bir sayısal ders çalışırsanız beyniniz daha az yorulur ve öğrenmeniz kolaylaşır.
- ▶ Sevmediğiniz dersten sonra sevdiğiniz derse çalışın.
- ▶ Derse hazırlıklı gelin.
- ▶ Kesinlikle not tutmaya çalışın.
- ▶ Dersi etkili dinleyin.
- ▶ Ve en önemlisi **TEKRAR EDİN.**
 - ▶ Öğrenilen bilgilerin çoğu birkaç gün içinde unutulmaktadır.
 - ▶ Belli aralıklarla olmak kaydıyla sürekli bir tekrar mekanizması kurun.

Dikkatinizin Dağılmaması İçin...

- ▶ Çalışma odanızı ve masanızı en rahat odaklanabileceğiniz şekilde düzenleyin..
- ▶ Zor konuları parçalara bölerek çalışın.
- ▶ Hayal kurmaya başladığınızda, hayalinizi dinlenme zamanına erteleyin. Bunu başaramazsanız hayalinizi kısa bir süreliğine düşünün ve tekrar derse başlayın.
- ▶ Çalışırken tv, bilgisayar ve cep telefonundan uzak durmalıyız. (Çünkü beynimiz aynı anda iki şeye odaklanamaz.)

Unutmamak İçin...

- ▶ Tekrar edilmeyen bilgilerin çoğu birkaç gün içinde unutulacaktır.
- ▶ Tekrarı, konuyu kendi kendinize anlatarak ya da yazarak yapabilirsiniz. Kk notlar çıkarmak iř görecektir.
- ▶ Sadece okuyarak çalışmayın. Yani ezber yapmayın.
- ▶ çalışırken ne kadar duyunuzu kullanırsanız unutma o kadar az olur. (Grsel, işitsel vb.)
 - ▶ Konuyu kendinize anlatın.
 - ▶ Renkli kalemler kullanarak zihin haritası oluřturun.
 - ▶ önemli gördüğünüz bilginin yanına size özel bir işaret koyun. (yıldız, kalp vs.)
 - ▶ Hayalinizde canlandırın. (rneęin bir savaş sahnesini)
 - ▶ önceki öğrendiğiniz konularla bağlantı kurmaya çalışın. Yeni ve eski bilgileri birbirine bağlayın.

Öğrenme Konisi - Öğrenme Piramidi

EDGAR DALE ÖĞRENME KONİSİ
(Akılda Kalma Oranları)



"Daha önce hiç sahip olmadığın bir şeye sahip olmak istiyorsan, daha önce hiç yapmadığın bir şey yapmalısın."

- Nossrat Peseschkian

Rehberlik Servisi

NAZMI OĞUZ ORTAOKULU

Erkin T. Yantiri