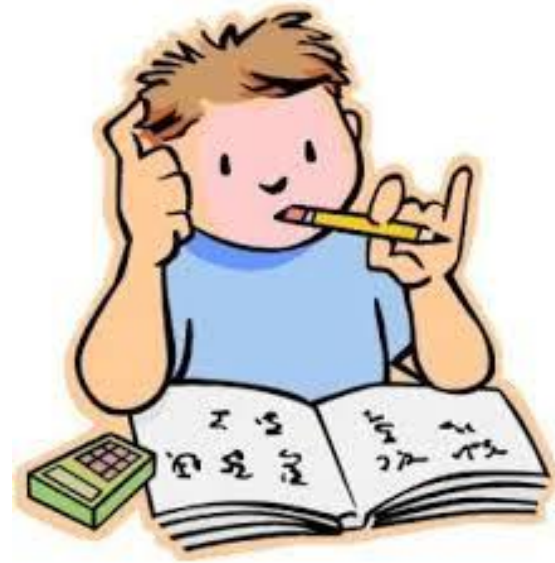




VERİMLİ DERS ÇALIŞMA YÖNTEMLERİ

ÇALIŞMA NEDİR?

- Bir şeyi oluşturmak veya ortaya çıkarmak için emek harcamak.
- Bir şeyi öğrenmek veya yapmak için emek vermek.



VERİMLİ DERS ÇALIŞMA NEDİR?

Bir dersi/konuyu zamanı etkili kullanarak öğrenmek, o konuda kendini geliştirmek veya tamamlamaktır.



VERİMLİ DERS ÇALIŞMA ADIMLARI

HEDEF;

Yaptığımız şeyi neden yaptığımızı bilmezsek, vazgeçmek için bir çok bahane üretiriz.

Peki Hedefimiz Varsa?

Kupa almak için oynadığınız bir maçı yorulunca bırakmazsınız. Peki öğle arasında öylesine oynadığınız bir maçta çok yorulunca ne yaparsınız?



VERİMLİ DERS ÇALIŞMA ADIMLARI

PLAN;

Çalışmayı alışkanlık haline dönüştürecek makinedir.

Makine ne kadar çekici olursa, kendi görevini o kadar yerine getirir.

En iyi plan uygularken öğrendiğimiz kadar güldüğümüz, çalışmamızın geliştiği kadar sosyal ilişkilerimizin de güçlendiği plandır.



VERİMLİ DERS ÇALIŞMA ADIMLARI

HAZIR OLUN!;

Okula gitmeden önceki akşam, mutlaka bir sonraki gün göreceğiniz derslerde işlenecek konuları gözden geçirin.

Bu detaylı bir çalışma değildir.

Bu eylemde amacımız, öğretmenimiz ders anlatırken konu hakkında genel bir fikrimizin olması ve derste aktif olmaktır.



PEKİ MERAKLI MISIN?

Konuları önceden gözden geçirmek, konu hakkında beyninizde merak duygusu oluşturacaktır. Böylelikle beyniniz o konuya daha dikkatli ve ilgili yaklaşacaktır.

Merak, öğrenmedeki en iyi arkadaştır.



VERİMLİ DERS ÇALIŞMA ADIMLARI



TEKRAR;

Hergün yaptığınız bir şeyi düşünün, size bu konuda bir şey sorsam hemen cevaplırsınız. Peki neden?

Çünkü sürekli tekrarlıyor ve unutmuyorsunuz. Öğrenmenin en güçlü adımı **tekrar**dır. Öğrendiklerinizi kalıcı hafızaya atar.

TEKRAR !

İnsanlar öğrendikleri bilgileri aynı gün **uyumadan önce**
tekrar etmezlerse %50'sini,
Bir hafta sonra tekrar etmezlerse %70'ini

UNUTURLAR!

Geriye kalan kısım bence de çok az.



O ZAMAN TEKRAR EDELİM Mİ?

Her gün okulda öğrendiğimiz derslerimizi,
önemli yerleri işaretleyerek, kendimize ait notlar
tutarak, renkli kalemler kullanarak, özet çıkararak yada
arkadaşlarımıza anlatarak
tekrar etmek çok önemlidir.

Ve hafta sonları haftalık tekrar yapmak.

MMhh bu bence çok iyi



ETKİLİ DİNLENME



Dinlenme süresinde telefon tabletle oynayıp, tv 'ye dalarsak dinlenmiş olamayız.

Dinlenme sürecini etkili geçirebilmemiz için vücudumuzu dinlendirmemiz gerekli, yani gözlerimizi yormamamız, temiz hava almamız, çalıştığımız odaya temiz hava girmesini sağlamamız, yüzümüzü yıkamamız;

Bir sonraki çalışma süresine daha dinç başlamamızı sağlayacaktır.

DERS ÇALIŞMA PLANI NASIL HAZIRLANIR?

- Planımızda kendimizi geliştirmek istediğimiz dersleri (zayıfımız olan dersler) okulda ders işlediğimiz günlere koyalım.
- Planımızda mutlaka **günlük tekrar** için zaman ayarlayalım.
- Planımızda her gün için **kitap okuma saatimizi** bulunduralım.



DERS ÇALIŞMA PLANI NASIL HAZIRLANIR?

- Planımıza **hedef**imizi yazalım.
- Planımızda **haftalık tekrar** ve
- **Soru çözüm** hedeflerimizi yazalım.
- Planımızı haftalık olarak mutlaka değerlendirip, bir sonraki hafta bu değerlendirmeye göre yeni planımızı hazırlayalım.
- Ve **Okul Psikolojik Danışmanımız** ile mutlaka planımızın **değerlendirmesini** yapalım.

REHBERLİK SERVİSİ



DERS ÇALIŞMA PLANI NASIL HAZIRLANIR?

Unutmayın !

İyi ve etkili plan, öğrendiğimiz kadar sosyal iletişim ve ilişkilerimize de zaman ayıran, sosyal aktivitelerimizin ve derslerimizin yazılı olduğu plandır. Planımızı göz doldurmaya değil, uygulamaya yönelik yapmalıyız...

DERS ÇALIŞIRKEN YAPTIĞIMIZ YANLIŞLAR

- Rahat, uzanarak veya esnek bir ortamda ders çalışmak
- Masa başında, düzenli ve oturma pozisyonlarına dikkat ederek ders çalışmalıyız.



DERS ÇALIŞIRKEN YAPTIĞIMIZ YANLIŞLAR

- Dersten derse, konudan konuya atlayarak ders çalışmak
- Derslerimizi konu takibi yaparak, birbiri ardına ve düzenli şekilde çalışmalıyız.



DERS ÇALIŞIRKEN YAPTIĞIMIZ YANLIŞLAR



- Tv karşısında, müzik dinlerken yada telefonla oynayarak ders çalışma
- Ders çalışırken kafamızı meşgul edecek uyarınları ortadan kaldırmalı ve tamamen derse odaklanmalıyız.

DERS ÇALIŞIRKEN YAPTIĞIMIZ YANLIŞLAR



- Molalarda telefon, tabletle vb. oynamak
- Ders çalışırken verdiğimiz aralarda vücudumuzu dinlendirecek şekilde zaman geçirmeliyiz, nefes egzersizi, temiz hava alma gibi vücudumuzu rahatlatmalı ve moladan sonraki kısma dinç şekilde başlamalıyız.

*Beni dinlediğiniz için
teşekkür ederim...*

*REHBERLİK
SERVİSİ*

