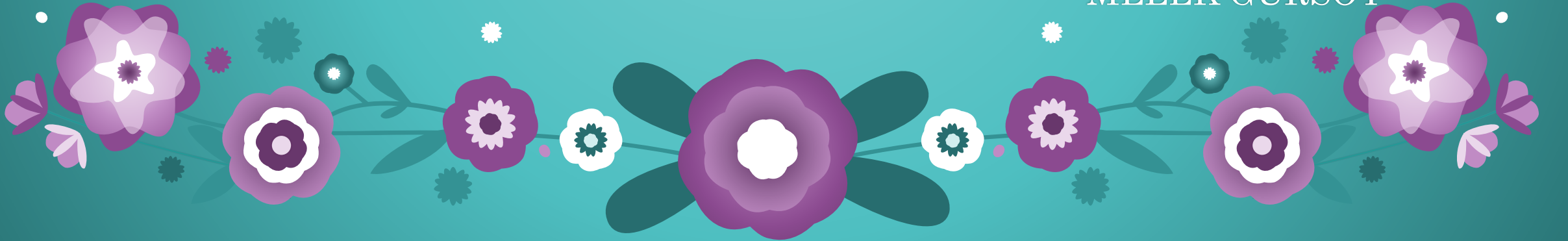
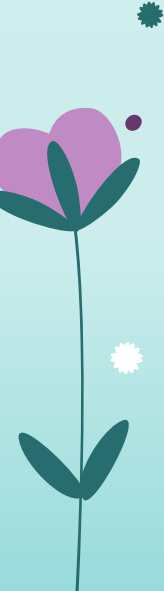
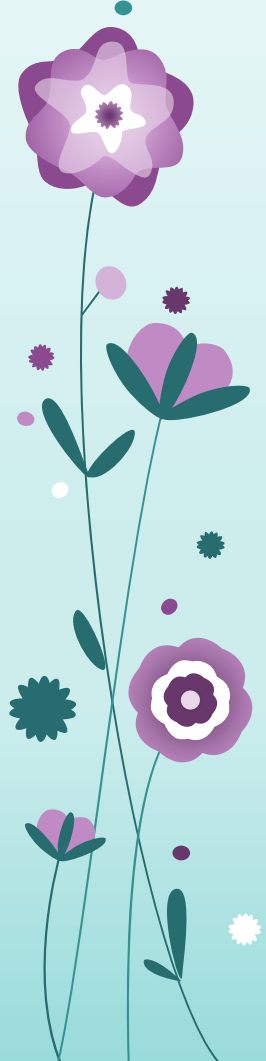
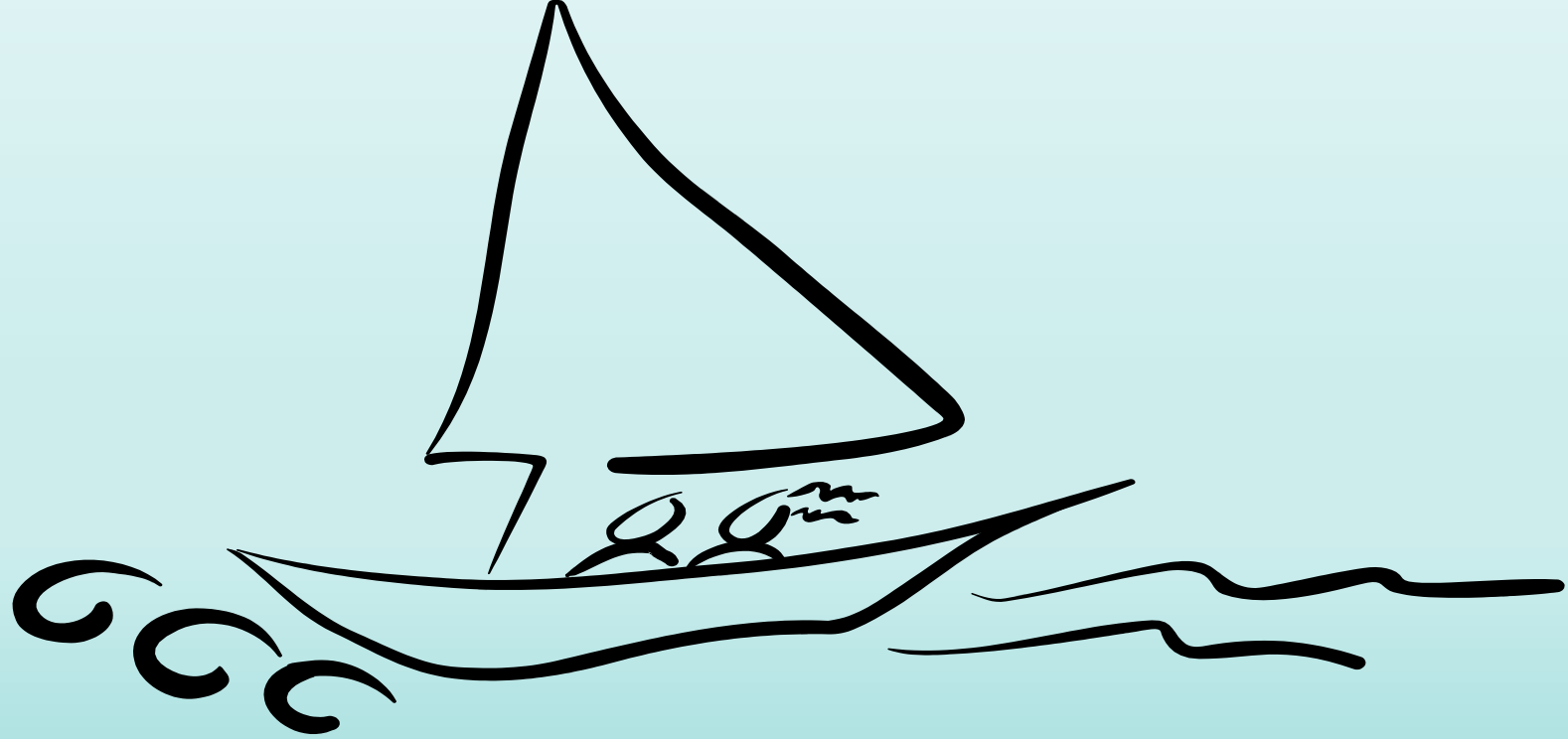


VERİMLİ DERS ÇALIŞMA TEKNİKLERİ

BAĞLARBAŞI ORTAOKULU
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMA SERVİSİ
MELEK GÜRSOY



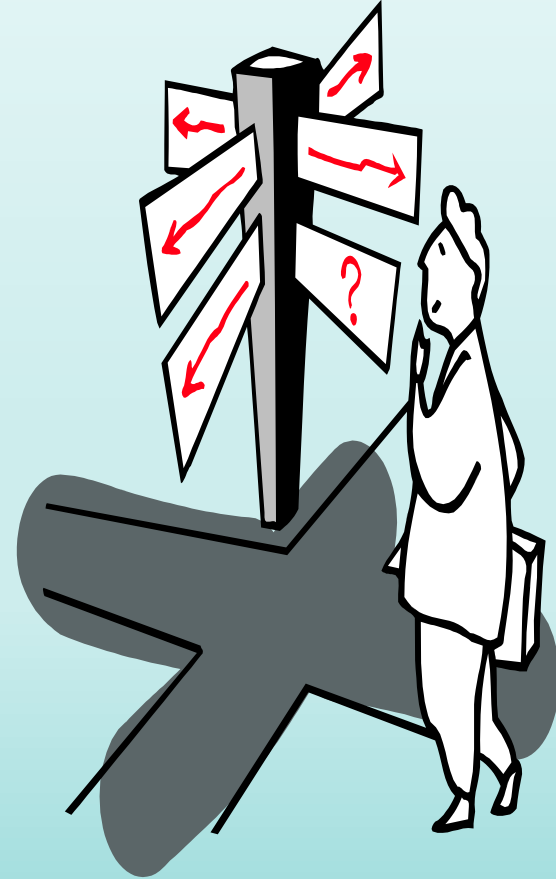
“Hedefi olmayan gemiye hiçbir rüzgar yardım etmez”



1. ADIM

• HEDEF BELİRLEMEK

- Doğru hedef ve bilinçli çaba her öğrenciyi hedeflediği başarıya götürür.



1.
KENDİNİZİ
İYİ TANIYIN

2.
HEDEFİNİZİ
TANIYIN

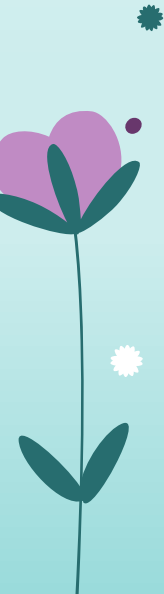
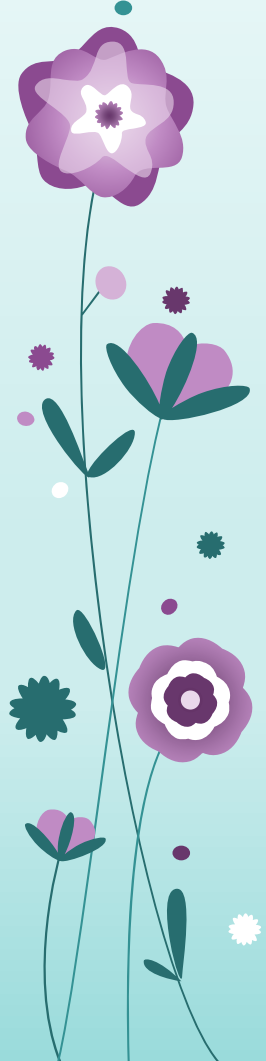
3.
GÜCÜNÜZÜ
TANIYIN

HEDEFİ
DOĞRU
BELİRLEMEK
İÇİN;

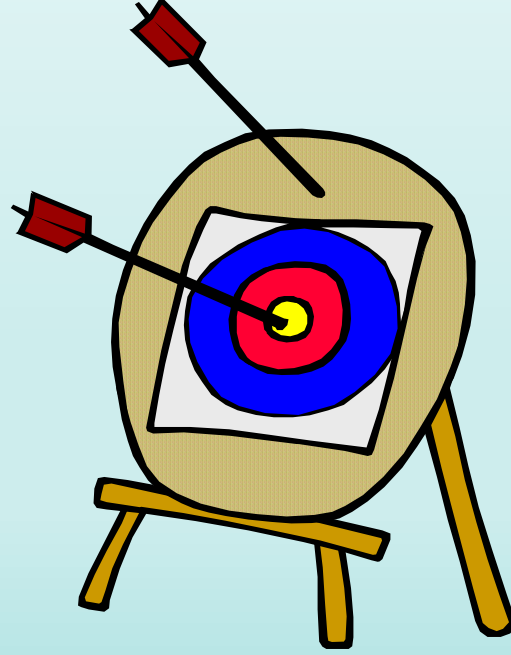
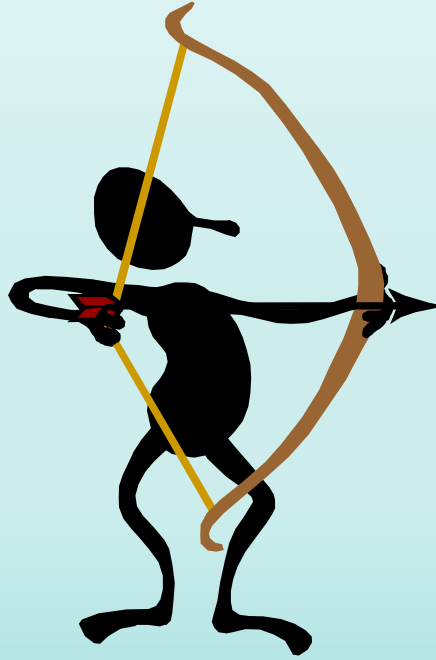
2. ADIM

- PLANLAMA

Zamanı en iyi biçimde değerlendirmek için çalışma programı belirleyin.



"BAŞARIYA GİDEN YOL ÇOK ÇALIŞMAKTAN
DEĞİL, SİSTEMLİ ÇALIŞMAKTAN GEÇER "



Çalışmanızı çeşitli dönemler için planlamalısınız.

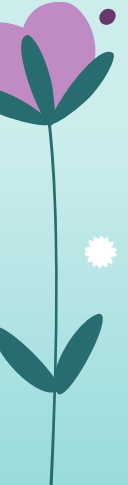
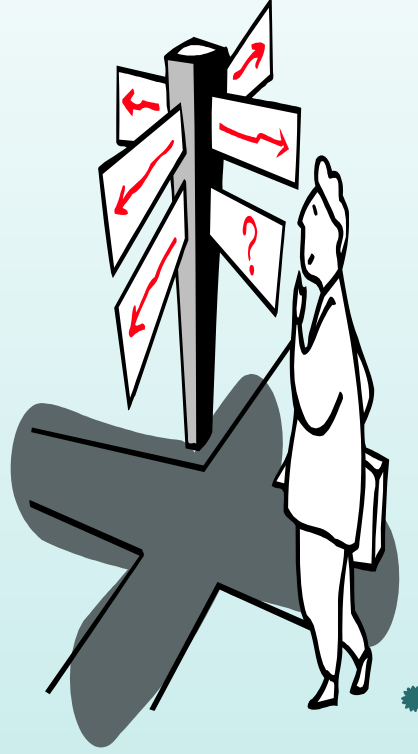


- Günlük
- Haftalık
- Aylık
- Yıllık



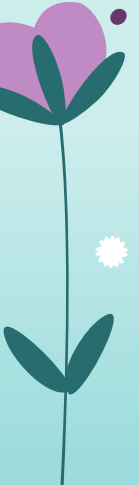
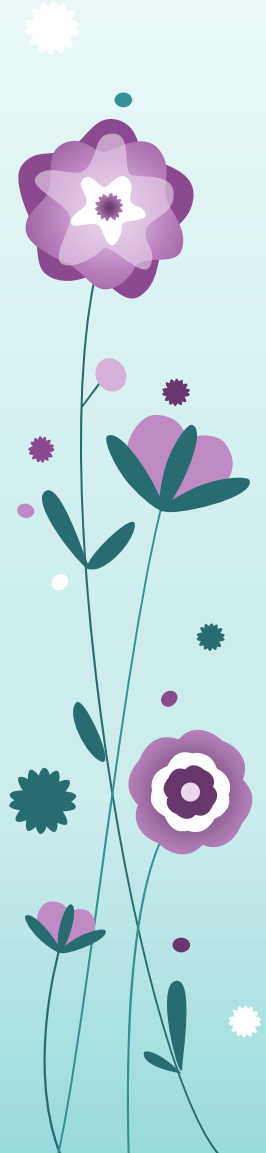
• GÜNLÜK ÇALIŞMA PROGRAMI

- -O gün öğrenilen konuların tekrarı ve test çözümü,
- -Ödevlerin tamamlanması
- Günlük kitap okuma
- -Bir gün sonra işlenecek konuların ön hazırlığını içermelidir.



PROGRAM

- -Zamanı etkin bir şekilde kullanmanızı
- -Neye nereden başlayacağınıza karar vermenizi
- -Bilgilerinizi ne kadar özümlediğinizi görmeyi
- -Ne zaman dinlenip, ne zaman çalışacağınıza karar vermenizi
- -Geleceğinize bir adım daha yaklaşmanızı kolaylaştırır.
- -Güven ve motivasyon sağlar.



NASIL BİR ZAMANLAMA , DERS ÇALIŞIRKEN EN YÜKSEK VERİMİ SAĞLAR?

$$30'+5'+10'=45'$$

- 5 dakika çalıştığınız konuları gözden geçirmelisiniz
- Ders çalışırken günlük tekrara ağırlık verilmelidir
- Her çalışma süresinden sonra da 10 dakikalık bir dinlenme arası vermelisiniz



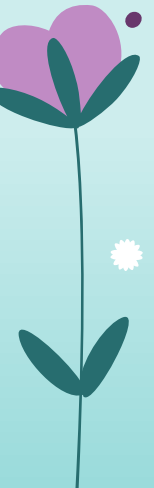
...PÜF NOKTALARI...

- Ara vererek çalışmalıyız.
- Kendinizi keşfedip gün içinde çalışmak için en verimli zamanı tespit edin.
- Günlük, haftalık, aylık tekrarlar öğrenme için önemlidir ve en iyi tekrar test çözmektir.





- **Günlük tekrar yapılmalı, Ödev sonra yapılabilir ama tekrar mutlaka o gün yapılmalıdır.**
- **Yeni konuların hafızamızda yer almasını istiyorsak yatmadan önce tekrar yapalım.**
- **Tekrar edilmeyen bilgiler çabuk unutulur.**
- **Haftalık toplu tekrar yapılmalı,**
- **Aylık tekrar yapılmalıdır,**
- **Konu gözden geçirilir ve konu ile ilgili test çözülürse yeterli olacaktır.**



Ders Sonrası Evde Tekrar Nasıl Yapılır.

Sayısal dersler için;

Yapılan etkinlik gözden geçirilir..

Ödevler yapılır. Yapılamayanlar sonra öğretmene ya da arkadaşlara gösterilmek üzere not edilir.

Konu ile ilgili test çalışması yapılır.

Örnek sorular tekrar başka bir kağıtta çözümlenir ve çözümler kontrol edilir



Sözel dersler için

Öğretmenin üzerinde durduğu noktalar hatırlanmaya çalışılır.

Konu başlıkları soru olarak sorulur cevaplanmaya çalışılır.

İşlenmiş konu ana hatları ile tekrar edilir.

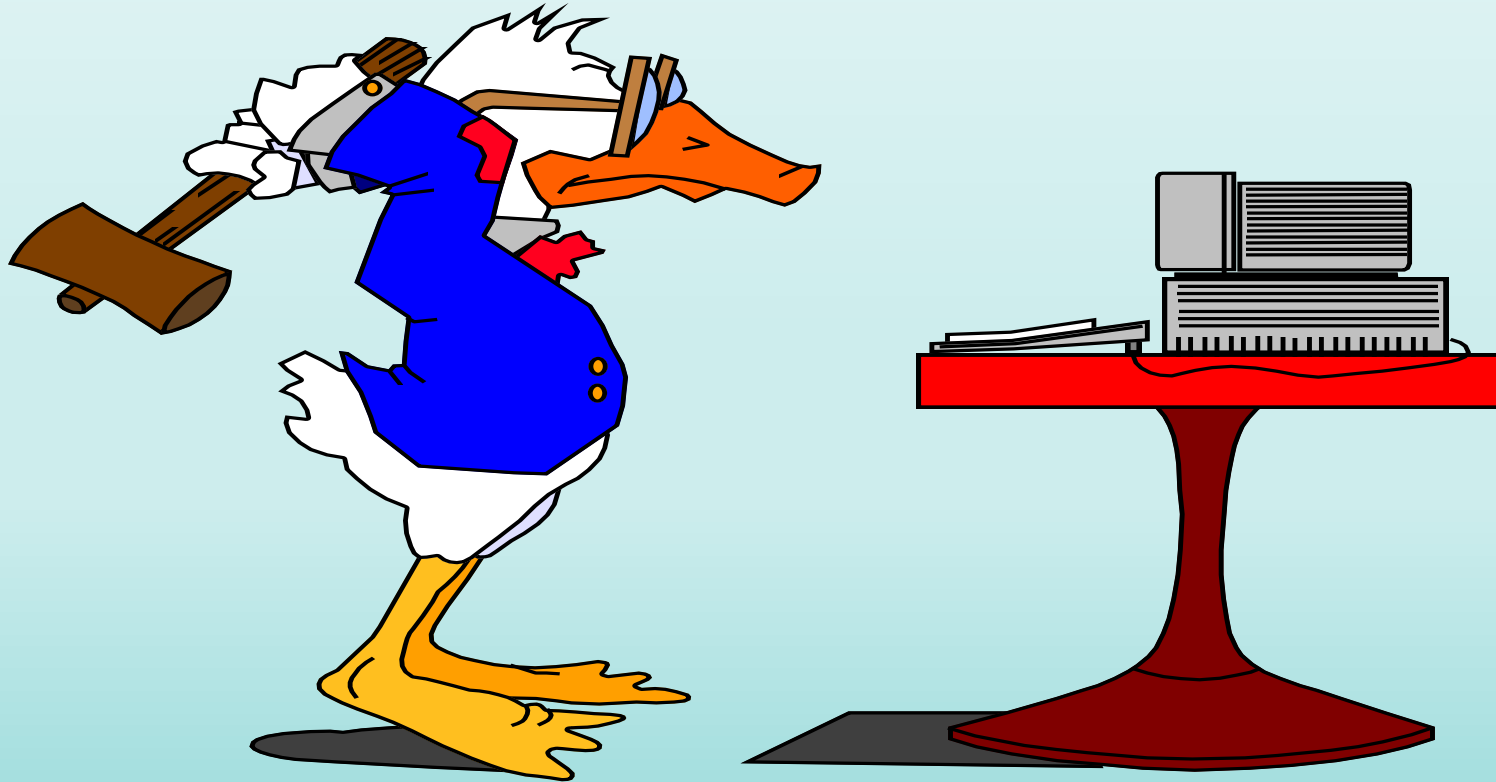
Alınan notlar kontrol edilir.

Konu ile ilgili ödev yapılır.



3. ADIM

- ÇALIŞMA ORTAMININ DÜZENLENMESİ

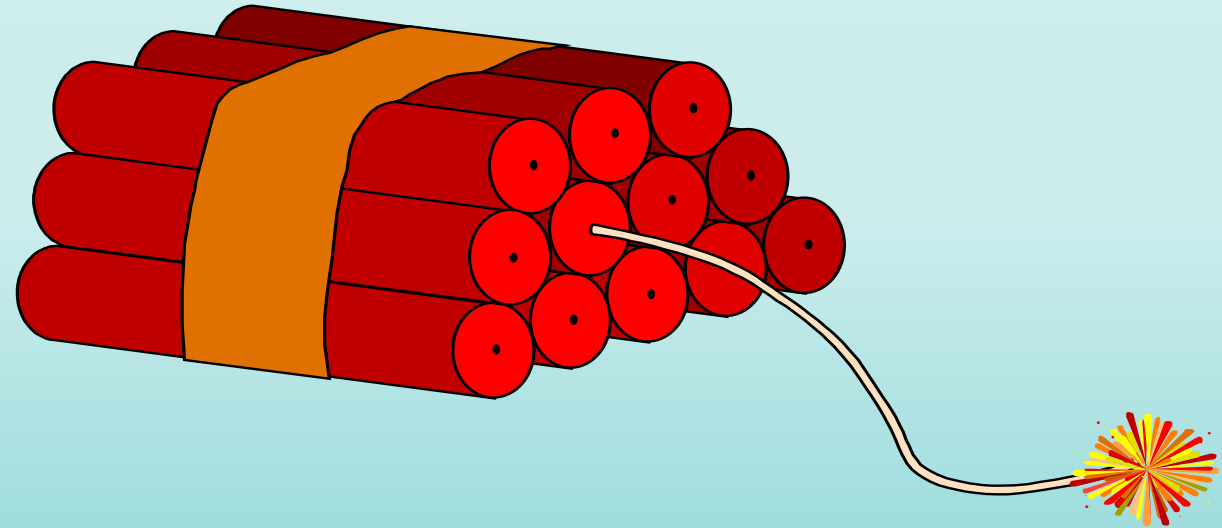


- Mutlaka masa başında ders çalışılmalı,
- Çalışma masasının üzerinde sadece ders araç gereçleri bulunmalı,
- Ders çalışılan ortam sessiz olmalı,
- Ders çalışılan ortam çok sıcak ya da çok soğuk olmamalı ve iyi aydınlatılmış olmalı,
- Ders çalışılan ortamda dikkati dağıtacak posterler, biblolar, oyuncaklar vs. olmamalı,



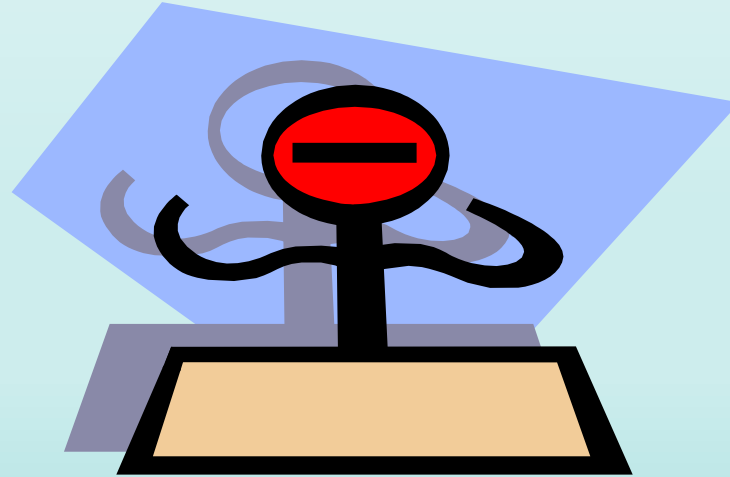
Çalışma odasında neler yapılmamalı ?

- Gazete-dergi vb. yayınlar okunmamalı
- Televizyon-müzik-bilgisayar kullanılmamalı
- Yeme-içme olmamalı
- Yatarak-uzanarak ders çalışılmamalı



4. ADIM

- DERSİ İYİ DİNLEMELİK VE NOT TUTMAK

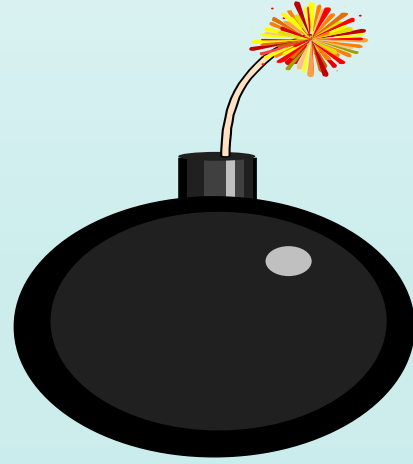


Eğer öğretmen çok hızlı ya da düzeyinizin üzerinde anlatıyorsa;

- a)Öğretmenden daha yavaş anlatmasını ya da tekrar etmesini isteyebiliriz.
- b) Defterimizde yeterince boş yer bırakıp dersten hemen sonra eksikleri yazabiliriz.
- c)Dersten sonra öğretmene sorularımızı sormalıyız.
- d)Derse girmeden ders konusunu gözden geçirmeliyiz.

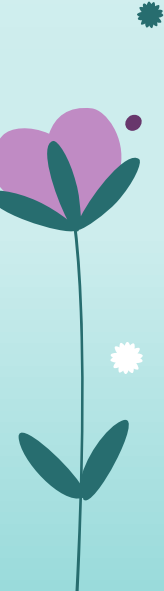
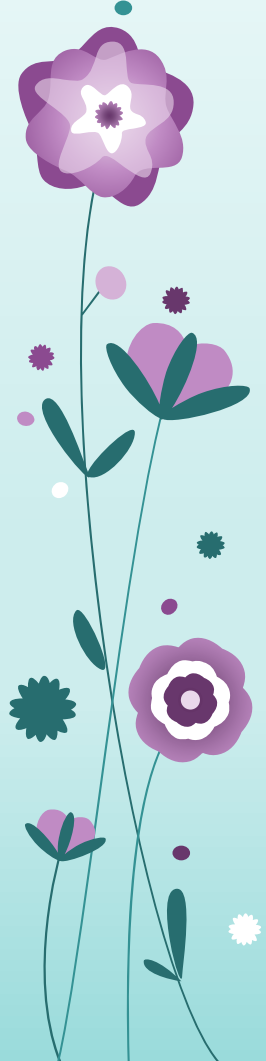
5. ADIM

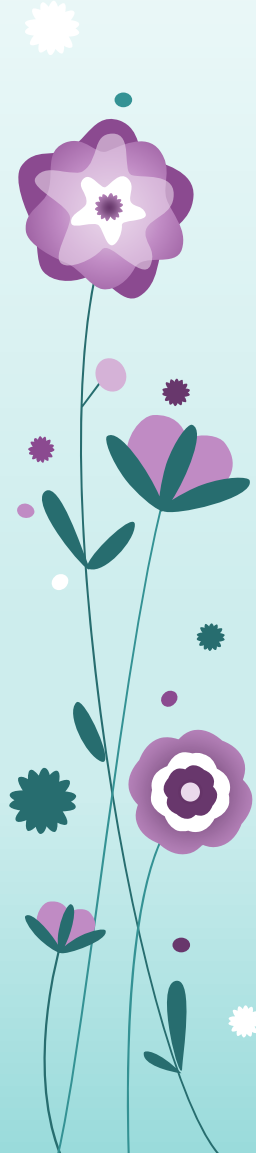
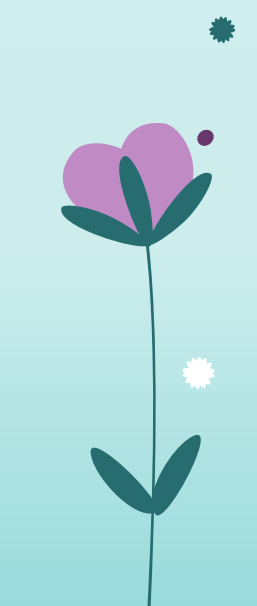
- **DERS ÇALIŞMAYI ENGELLEYEN SEBEPLERİ FARKETMEK VE ÖNLEM ALMAK**



Konsantrasyonunuzu arttırmak için

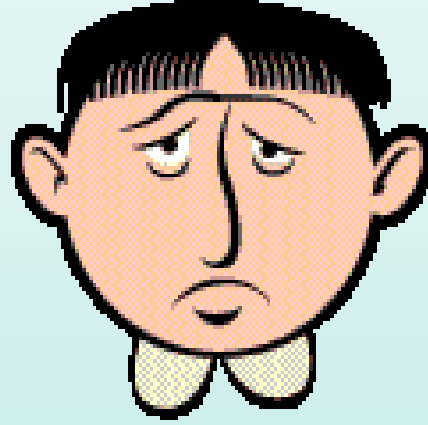
- Amaçların olsun
- Yanlış düşünce ve inanışlardan kurtulursanız ders çalışma isteksizliğiniz de sona erer.
- Planlı ve düzenli çalış,
- Doğru çalışma alışkanlıkları kazan,
- Gürültülü ortamlardan uzak dur,
- Aynı anda iki işi birden yapmaya çalışma,



- 
- Çözüm bekleyen sorunlarını çözümüle,
 - Sağlık problemleri çözümüle,
 - Yoğun duygusal ilişkilerden uzak durmaya çalış, yazılılarda sorun yaratmamaya çalış.
 - Doğru beslenme alışkanlıkları edinmeye çalış.
 - Yeterli uykunu al,
 - Kendine zaman ayır. Fiziksel egzersiz, doğa yürüyüşü, spor yapmak, vs. aktivitelerde bulun.
- 

Ders çalışmama
isteksizliđi

Ders çok zor yapamam



Ders çalışmama

Çalışma isteğinin ortadan kalkması

Sınavda başarısız olma

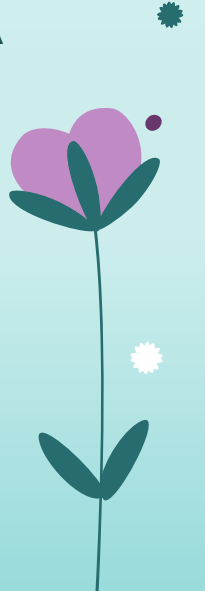
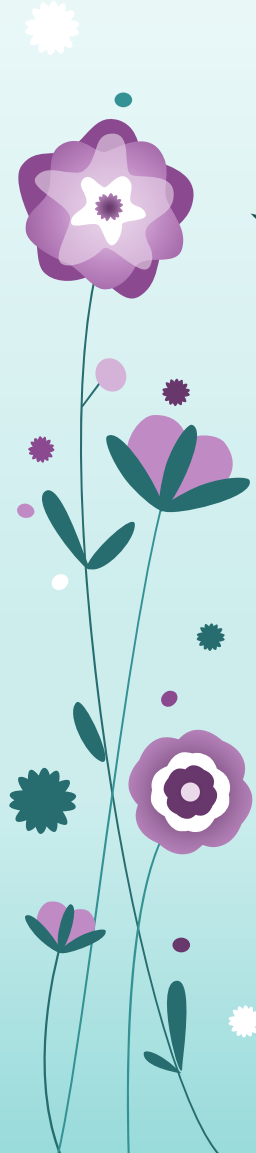
AZİM ÇALIŞMA İSTEĞİ

BAŞARACAĞIM DÜŞÜNCESİ

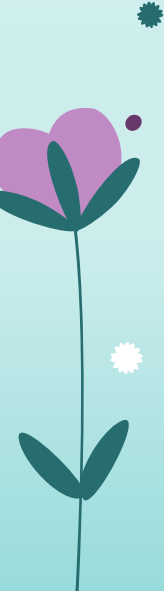
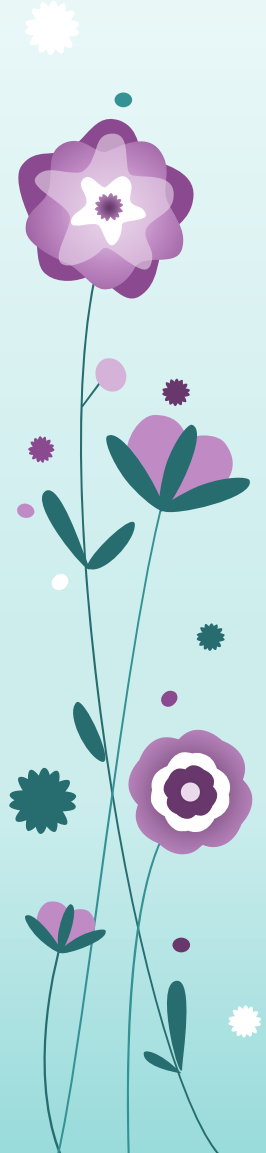
DERS ÇALIŞMA

BAŞARMA DUYGUSU VE ÇALIŞMA
AZMİNİN ARTMASI

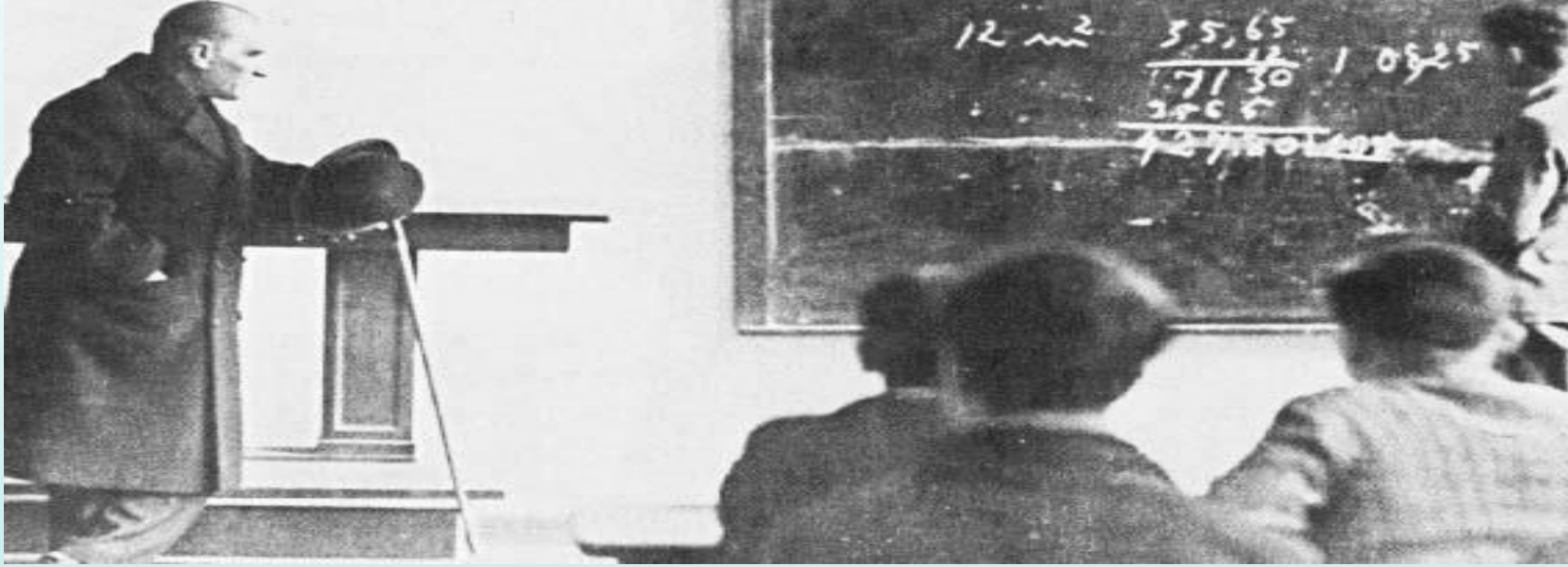
SINAVDA BAŞARILI OLMA



“Kıyıda Uzaklaşma Riskini
Göze Alamayanlar Okyanusların
Ötesindeki Güzellikleri
Keşfedemezler.”



BAŞARININ ÖZETİ



M.KEMAL ATATÜRK'E

“ORDU YOK!” DEDİLER : “KURULUR!” DEDİ.
“PARA YOK!” DEDİLER : “BULUNUR!” DEDİ.
“DÜŞMAN ÇOK!” DEDİLER : “YENİLİR!” DEDİ.
VE BÜTÜN DEDİKLERİ OLDU.

Güzel Çalışmalar Dileđiyle



MELEK GÜR SOY