

# VERİMLİ DERS ÇALIŞMA TEKNİKLERİ

## DERS ÇALIŞMA PROGRAMIMIN DAHA VERİMLİ OLABİLMESİ İÇİN NELERE DİKKAT ETMELİYİM?

- 1- Kendinize günlük bir çalışma planı oluşturun ve ısrarla bu plana uymaya çalışın
- 2- Ders çalışma alışkanlığı kazanmakta zorlanan biriyseniz koyduğunuz hedefleri kademeli olarak arttırmaya çalışın. Eğer 45 dakika dikkatinizi toplamak size zor geliyorsa yarım saatle başlayın ve giderek artırın. Küçük bir hedefle başlamak hiç başlamamaktan daha iyidir.
- 3- Çalışma ara verilerek yapıldığı zaman daha verimlidir. 45 dakikalık çalışma aralarına, 15 er; 60 dakikalık çalışma aralarına 30 ar dakikalık dinlenme zamanları koyun.

## NASIL DERS ÇALIŞIRSAM DAHA BAŞARILI OLURUM?

- 4- Bilgilerin zihninizde kalıcı olması için sık sık tekrar yapınız. Tekrar yaparken konuyu küçük parçalara ayırınız.
- 5- Verilen ödevleri zamanında yapmayı alışkanlık haline getirenler daima bir adım öndedirler!
- 6- bir konuya çalıştıktan sonra özet çıkarırsanız o konuya hakim olursunuz.
- 7- bir konuyu okuduktan sonra önemli yerlerin altını çizin ve küçük notlar alın; böylece sonraki okumalarınızda daha hızlı tekrar yapmış olacaksınız ve bilgiler zihninizde daha kalıcı olacaktır.
- 8- Bir konuyu çalıştıktan sonra kardeşinize ya da arkadaşınıza yüksek sesle anlatın. Anlatacağınız birisi yoksa kendi kendinize öğretmencilik oynayarak konuyu anlatın, çok faydalı olduğunu göreceksiniz.
- 9- Konuyu çalıştıktan sonra bol bol soru çözümlen ve sınavdan önceki gün kendi kendinize bir sınav uygulayın.
- 10- Bir sonraki günün konusuna göz atmak sınıfta ne anlatılacağını bilmenizi ve dolayısıyla anlatılacak olan konuyu daha iyi dinleyip anlayabilmenizi sağlar.
- 11- Herhangi bir derste kendinizi eksik hissediyorsanız eksiklerinizi belirleyin. Bu eksiklerinizi gidermek için o dersin hocasıyla konuşup takviye bir program hazırlayın.
- 12- Ders çalışırken kendinize çalışacağınız konu ile ilgili hedefler koyun. Bu bir süre hedefi (her dersi 45 dakika çalışmak) ya da çalışılacak materyal hedefi (bir ünite bitirmek ya da belli bir sayıda soru çözmüş olmak) olabilir.

## DERS ÇALIŞIRKEN DİKKATİMİN DAĞILMAMASI İÇİN NELER YAPMALIYIM?

- 13- Çalışılan yer çok önemlidir. Karışık, çok eşyalı, güzel manzaralı, duvarlarında bolca poster olan, TV bulunan bir oda çalışma odasından çok çalışmama odası haline gelecektir. Böyle olmamasına dikkat ediniz!
- 14- Çalışma masasının üstü de, oda kadar önemlidir. Koltuk, yatak üstünde çalışma verimli olmaz. Çalışma masada ve sandalyesinde olmalıdır. Masanın üstü dikkat dağıtacak objelerden temizlenmeli, sadece ders araç gereçlerine yer verilmelidir.
- 15- Ders çalışırken sizi neyin böldüğü konusunda dürüst olun. Eğer cep telefonunuzsa bu süre içinde kapalı tutun, aklınız bilgisayarınızda kalıyorsa bağlantı kablosunu bir süreliğine çıkarıp evde farklı bir yere koyun hatta evdeki diğer insanlardan birine verin.
- 16- Çok aç ya da çok tok olmamaya, yorgun ve uykusuz olmamaya dikkat etmelisiniz!
- 17- İki sayısal veya iki sözel dersi arka arkaya çalışmamaya gayret edin.
- 18- Aklımız başka şeylere takılabilir. Dışarıdaki bir aktiviteye, ya da kendi hayallerimize. Dışarıdaki aktiviteden soyutlanmanın yolu uzaktır. Kapı kapalı, sesler gelmediğinde dışarının cazibesi azalır. Hayallerimizi ise biraz ara vererek geçiştirebiliriz.

**UNUTMAYINIZ Kİ BU GÜNÜNÜZDEN FERAGAT ETMEZSENİZ YARIN HEDEFLERİNİZE ULAŞAMAZSINIZ!!!**