

VERİMLİ DERS ÇALIŞMA TEKNİKLERİ



Verimli ders çalışma: Psikolojik ve sosyal yönden uygun bir ortamda daha önceden hazırlanmış bir plan dâhilinde psiko-fizik enerjiyi yoğunlaştırarak yürütülen bir çalışmadır. Bu yüzden birinci derecede yazılı veya görsel olarak bilgilerin ilk elden alınması daha sonra alınan bilgilerin kısa süreli bellekten uzun süreli belleğe geçirilmesi ve alınan bu bilgilerin uygulanmasıdır.

VERİMLİ DERS ÇALIŞMA TEKNİKLERİ NELERDİR

- 1- Bir Amaç Belirleyiniz
- 2- Planlı Çalışınız
- 3- Zamanınızı Etkin Şekilde Değerlendiriniz.
- 4- Veriminizi Engelleyen Etmenleri Yok Ediniz.
- 5- Çalışma Ortamınızı Seçiniz
- 6- Ders Çalışırken Aynı Anda Birden Fazla İş Yapmayınız
- 7- Not Tutunuz.
- 8- Diğer Kaynaklardan Yararlanınız
- 9- Etkili ve Verimli Okuyunuz
- 10- Tekrarlar Yaparak Unutmayı Önleyiniz



VERİMLİ DERS ÇALIŞMAYI ENGELLEYEN TUZAKLAR

- ✓ Gözlerinizi yapamadıklarınıza çevirmek,
- ✓ Müzik eşliğinde çalışmak,
- ✓ Zorlanılan derslerin dışlanması,
- ✓ Aşırı kaygı(güvensizlik),
- ✓ Yatarak (uzanarak) çalışmak,
- ✓ Çalışma anında hayallere dalmak,
- ✓ Uzayıp giden telefon konuşmaları yapmak,
- ✓ Çalışmayı tamamlamadan bırakmak,
- ✓ Arkadaşlara “hayır!” diyememek,
- ✓ Televizyona takılıp kalmak,
- ✓ Dersler, konular hakkında yetersiz bilgi sahibi olmak,
- ✓ Düzenli tekrarlar yapmamak,
- ✓ Plansız, programsız çalışmak,
- ✓ Kendinizi başkalarıyla kıyaslamak,
- ✓ Zamanı denetleyememek,
- ✓ Yanlışlardan ders almamak, noksanları gidermemek,
- ✓ Sınav bilgi ve tekniklerini yeterince bilmemek,
- ✓ Motivasyon noksanlığı, isteksizlik.



YANLIŞ ÇALIŞMA TEKNİKLERİ

- ✓ Yatarak – uzanarak çalışma.
- ✓ Gürültülü ortamda çalışma.
- ✓ Dağınık ortamda çalışma.
- ✓ Televizyon – radyo- Telefon konuşmaları.
- ✓ Arkadaş toplantıları.
- ✓ Birden fazla işi aynı anda yapmak.



SİZLERİ BAŞARIYA GÖTÜRECEK 10 ALTIN KURAL

1. Kesinlikle TV karşısında çalışmayınız.
2. Her akşam o gün işlenen konuları mutlaka tekrar ediniz.
3. Yanlış çözdüğünüz soruyu tekrar çözünüz.
4. Dersi derste dinleyin ve dersi çok iyi dinleyin.
5. Derse hazırlıklı gelmek verimi % 100 artırır.
6. Elinizden geldiği kadar ders çalışma odanızdan başka yerde çalışmayın.
7. Günde 3 saat plansız çalışacağınıza 1 saat çalışın ama planlı çalışın.
8. Başarı: ders başında geçen süreye değil, planlı çalışma ve etkili tekrara bağlıdır.
9. Çalışma gücünüzü artırın;
 - ✓ Sağlığınızı korumalısınız.
 - ✓ Fiziksel ortamın uygunluğuna dikkat ediniz.
 - ✓ Sizi rahatsız eden problemi tespit edin.
10. İyi dinleyin, dinlemek içinde;
 - ✓ Dikkatin konu üzerinde toplanması.
 - ✓ Bedenen ve zihnen dinlemeye hazır olma.
 - ✓ Duyguları kontrol altına almak.
 - ✓ Ana fikirleri kafanızda tespit ediniz.

Gibi kurallara uyulduğunda başarıyı yakalamak çok daha kolay olacaktır.

BAŞARILI OLMANIN YOLLARI

- ✓ Başarılı olmuş insanların hayatları dikkatle incelendiğinde, planlı bir yaşam ve sıradan bir hayat yaşamadıkları ilk göze çarpan özelliktir.
- ✓ Ders çalışma süresini çok uzun tutmak öğrenmeyi olumsuz etkiler.
- ✓ Yorulmadan ara vermeyi öğrenmelisiniz.
- ✓ Başarıya giden ilk yol; kişinin kendisine söz geçirebilmesinden geçer.
- ✓ Heyecana yer vermemeli tecrübeli insanların ve uzmanların önerilerine kulak vermeli, istifade edilmelidir.
- ✓ Başarının yolu önce kişinin başarıya kendisini inandırmasıyla mümkün olur.
- ✓ Hayvanı yaşatan iştah, insanı yaşatan ümit, milletleri yaşatan da ideallerdir. Başarmak için ümitli olunmalı asla ve asla ümitsiz olunmamalı.

BAŞARILI İNSAN :

- ☺ Başarılı insan; daima çözümün bir parçasıdır.
- ☺ Başarılı insan; bir program yapmıştır.
- ☺ Başarılı insan ; 'işine yardım edeyim der'
- ☺ Başarılı insan; her soruna bir çözüm bulmaya çalışır.
- ☺ Başarılı insan ; 'zor olabilir ama imkânsız değil' der.
- ☺ Başarılı insan; en olumsuz bir durumda bile bir çıkış yolu bulur.



BAŞARISIZ İNSAN;

- ☹ Başarısız insan; daima sorunun bir parçasıdır.
- ☹ Başarısız insan; devamlı mazeret bulmuştur.
- ☹ Başarısız insan ; 'bu benim işim değil' der.
- ☹ Başarısız insan; her çözüme bir sorun bulur.
- ☹ Başarısız insan ; 'mümkün olabilir ama çok zor' der.
- ☹ Başarısız insan; en olumlu durumlarda bile engel bulur.

