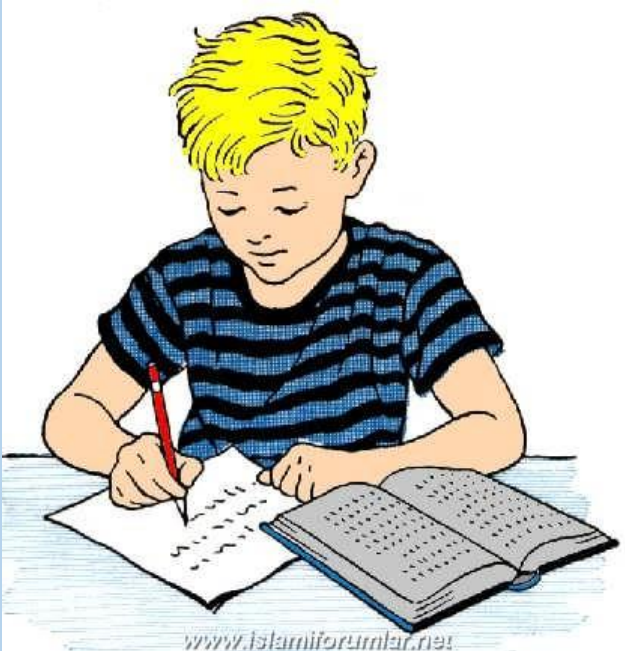


VERİMLİ DERS ÇALIŞMA YÖNTEMLERİ

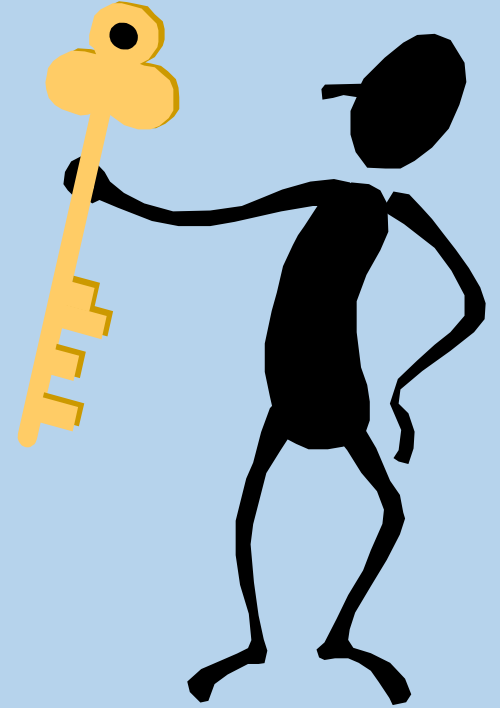


BAŞARININ 3 ANAHTARI :

➔ BAŞARIYA İNANMA

➔ MAKUL BİR HEDEF
BELİRLEME

➔ SİSTEMLİ ÇALIŞMA



NE İÇİN DERS ÇALIŞIYORUZ?

Verimli Ders Çalışma

- Verimli ders çalışma amaç doğrultusunda planlı ve programlı çalışmaktır.
- Verimli ders çalışmak sadece ders çalışmak için zaman ayırarak diğer etkinlikleri göz ardı etmek değildir.

**VERİMLİ ÇALIŞMAK, ÇOK
ÇALIŞMAK DEĞİL ETKİLİ
ÇALIŞMAYI BİLMEKTİR.**



ÖĞRENME

Anlamak+Hatırlamak+Uygulamak

AŞAMALARINDAN
OLUŞUR..

ETKİN DİNLEME NEDİR?

ETKİN DİNLEME İÇİN İFİKAN YÖNTEMİ

(İ)-(F)-(İ)-(K)-(A)-(N)
(İleriye Bak) - (Fikirler) - (İşaretler) - (Katıl) - (Araştır) - (Not tut)



O gün öğrendiğimiz bilgileri hemen eve gidince **TEKRARLARSAK** bu bilgiler hafızamızda **1 GÜN** kalıyor
(24 saat)



1 GÜN (24 saat) SONRA TEKRAR YAPARSAK o bilgiler hafızamızda **1 HAFTA** kalıyor.



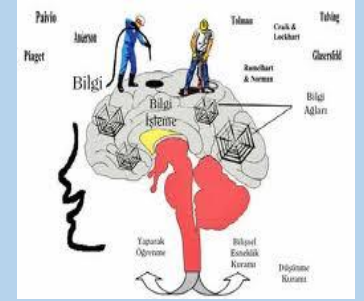
1 HAFTA SONRA yaptığımız **TEKRAR BU BİLGİLERİN** hafızamızda **1 AY** kalmasını sağlıyor.



1 AY SONRA ise **ÜNİTE BİTİYOR** ve **SINAV YAPILIYOR**. **SINAV GECESİ** yapılan **TEKRAR** ise **O BİLGİLERİN ÖMÜR BOYU UNUTULMAMASINI SAĞLIYOR**.



BÖYLECE BİLGİLERİMİZ UZUN SÜRELİ HAFIZAYA TAKILIYOR.

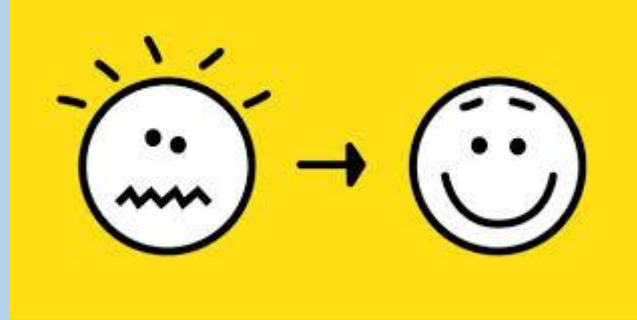


ETKİN OKUMA İÇİN İSOAT YÖNTEMİ

(İ)-(S)-(O)-(A)-(T)
İZLE SOR OKU ANLAT TEKRARLA



Verimli Ders Çalışmak İçin Nelere Dikkat Etmeliyiz ??



Çalışma Ortamını Düzenleme

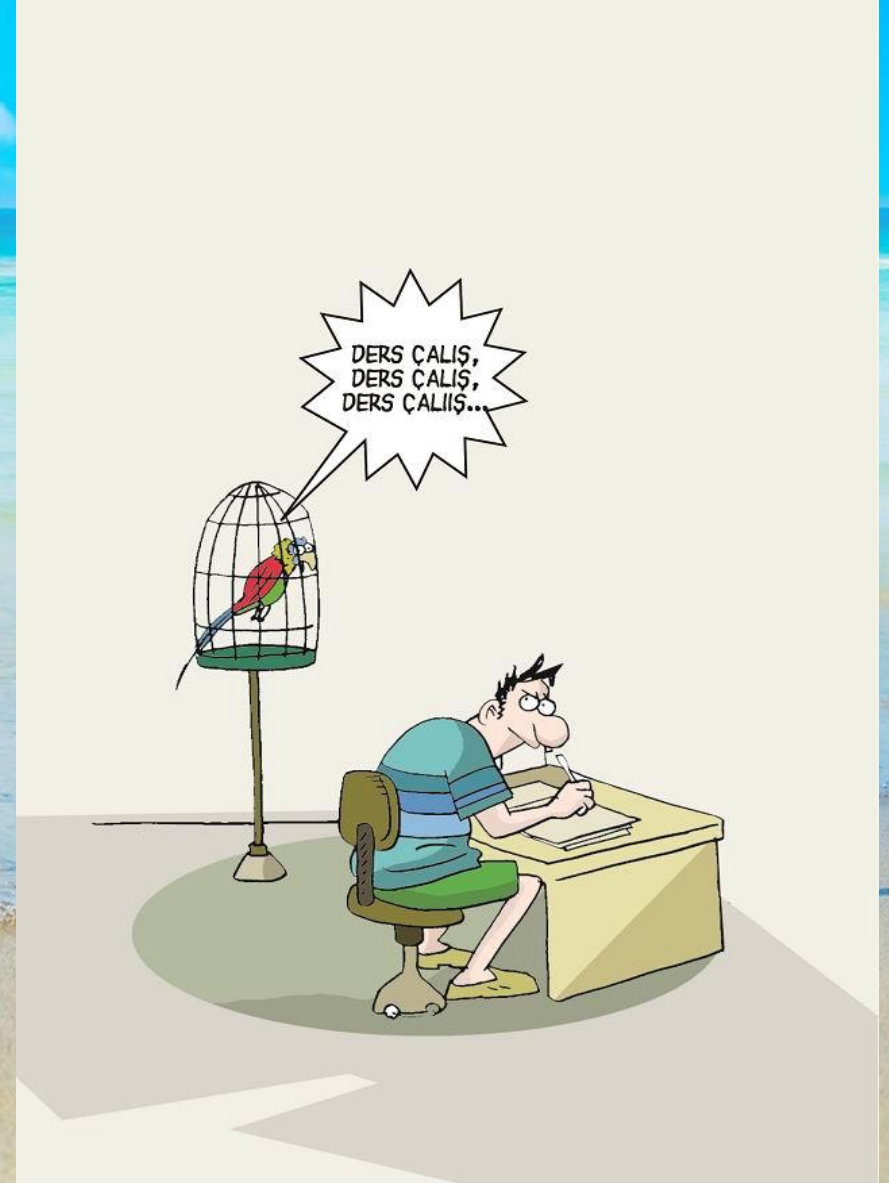


TEKRAR YAPMA

- Unutmanın en önemli nedeni tekrar yapılmamasıdır.
- Öğrendiklerinizi ilk 24 saat içinde kısa bir göz atma ile pekiştirin.
- Aralıklı tekrarlar yapın. (1 hafta sonra-1 ay sonra)

GÜDÜLENME

- Çalışmam gerektiğini biliyorum ama çalışamıyorum.
- Kitabımı açıyorum ve kitaba bakarak öylece oturuyorum.
- Bilmiyorum neden bir türlü dersin başına oturamıyorum.



➤ Bu durumlar güdülenme eksikliğini gösterir.

➤ Güdülenme(motive olmak): Çalışılacak konuya, yapılacak etkinliğe ilişkin ilgi, istek duyma ve çaba harcamaya hazır olmak demektir.



Alice bir gün harikalar diyarında dolaşırken bir kediyle karşılaşır ve ona:

-Hangi yolu izlemem gerektiğini bana söyler misiniz?

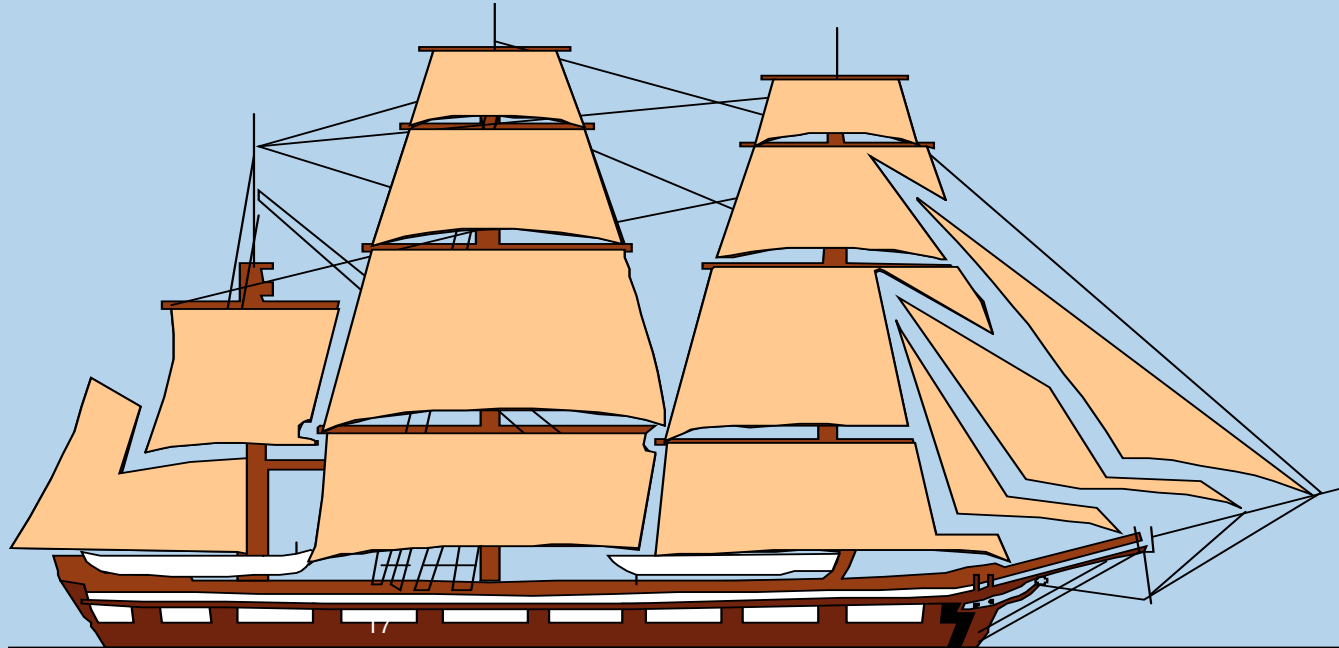
-Gitmek istediğiniz yere göre izleyeceğiniz yol da değişmektedir.Bu yollardan her biri değişik yerlere gider. Gideceğiniz yeri söylerseniz hangi yolu izlemeniz gerektiğini o zaman söyleyebilirim, dedi kedi

-Gideceğim yer herhangi bir yer olabilir Benim için fark etmez ,dedi Alice

-O zaman o yollardan herhangi birine gidebilirsin dedi kedi

AMAÇLARINIZI BELİRLEYİNİZ

Hedefi belli olmayan gemiye
hiçbir rüzgar yardım etmez!



Daha çok çalışmalıyım Hedef değildir

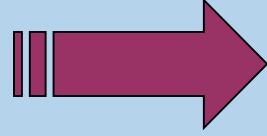
Mat. dersinin sayılar konusunu çalışacağım..... Hedef

Sınav sonucumu 10 puan yükselteceğim..... Hedef

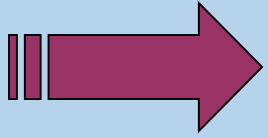
Güdülenmek için:

- Bir hedefiniz olsun.
- Başarabileceğinize inanın.
- Başarılı olmak için çalışmanız gerektiğini unutmayın.

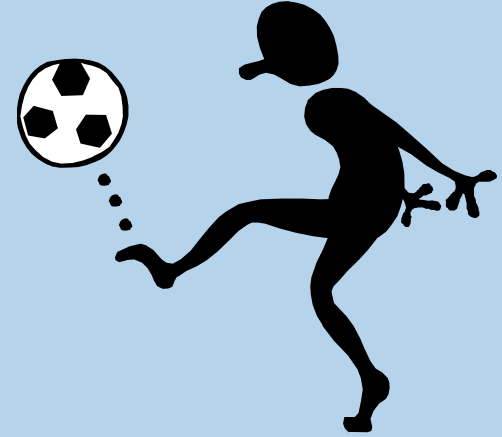
DIŐ ETKENLER



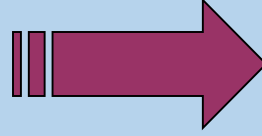
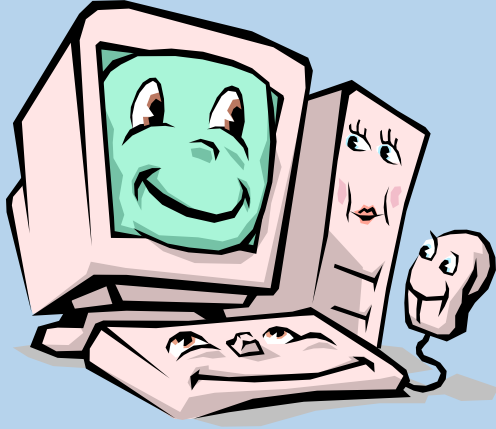
Televizyon Bağımlılığı



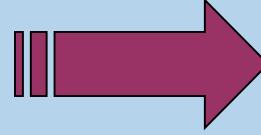
Spor Bağımlılığı



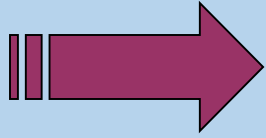
**Kıramadığınız
Arkadaőlarınız**



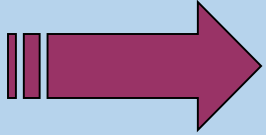
İnternet



Ders Çalışmaya
Başlayamamak



Evinize Gelen
Misafirler



Telefon ve mesaj





ÇALIŞMALARINIZDAN YETERİNCE VERİM
ALABİLMEK İÇİN DENGELİ VE DÜZENLİ
BESLENMELİ.



DERS ÇALIŞMA PROGRAMI NASIL HAZIRLANIR?



**Sabah ilk iki saat ve
yatmadan önce iki saat
önemli....**





- Yatmadan önce genel bir tekrar için vakit ayırın.
- Her hafta sonu programınızı değerlendirin. Eğer programı gerçekleştirmişseniz kendinize bir ödül verin(sinema, maça gitmek gibi).

Dinlediğiniz
için
teşekkürler😊

Rehberlik servisi daima yanınızda!

*Başarı;
“başarı benim”
diyebilenindir!*

ATATÜRK



KAYNAKÇA

- Yeşilyaprak, B. (2011). *21.yüzyılda Eđitimde Rehberlik Hizmetleri*. Ankara: Nobel
- <http://www.e-sinav.web.tr/derscalismataktikleri.asp>