

Unutmamak için!

- Tekrar edilmeyen bilgilerin % 30'u bir saat, % 80'i bir gün sonra unutulur. Bu nedenle tekrar şart.
- Tekrarı, konuyu kendi kendinize anlatarak ya da yazarak yapabilirsiniz.
- Sadece okuyarak çalışmayın. Yani ezber yapmayın.
- Çalışırken ne kadar duyunuzu kullanırsanız unutma o kadar az olur. (Görsel,işitsel vb.)
 - Konuyu kendinize anlatın,
 - Renkli kalemler kullanarak zihin haritaları hazırlayın.
 - Hayalinizde canlandırın.(Örn: Bir savaş sahnesini)
 - Önceki öğrendiğiniz konular ile bağlantı kurmaya çalışın.
- Yapılan bir araştırmaya göre öğrenciler;

Okuduklarının **10% unu;**

İşittiklerinin **26% sini;**

Gördüklerinin **30% unu;**

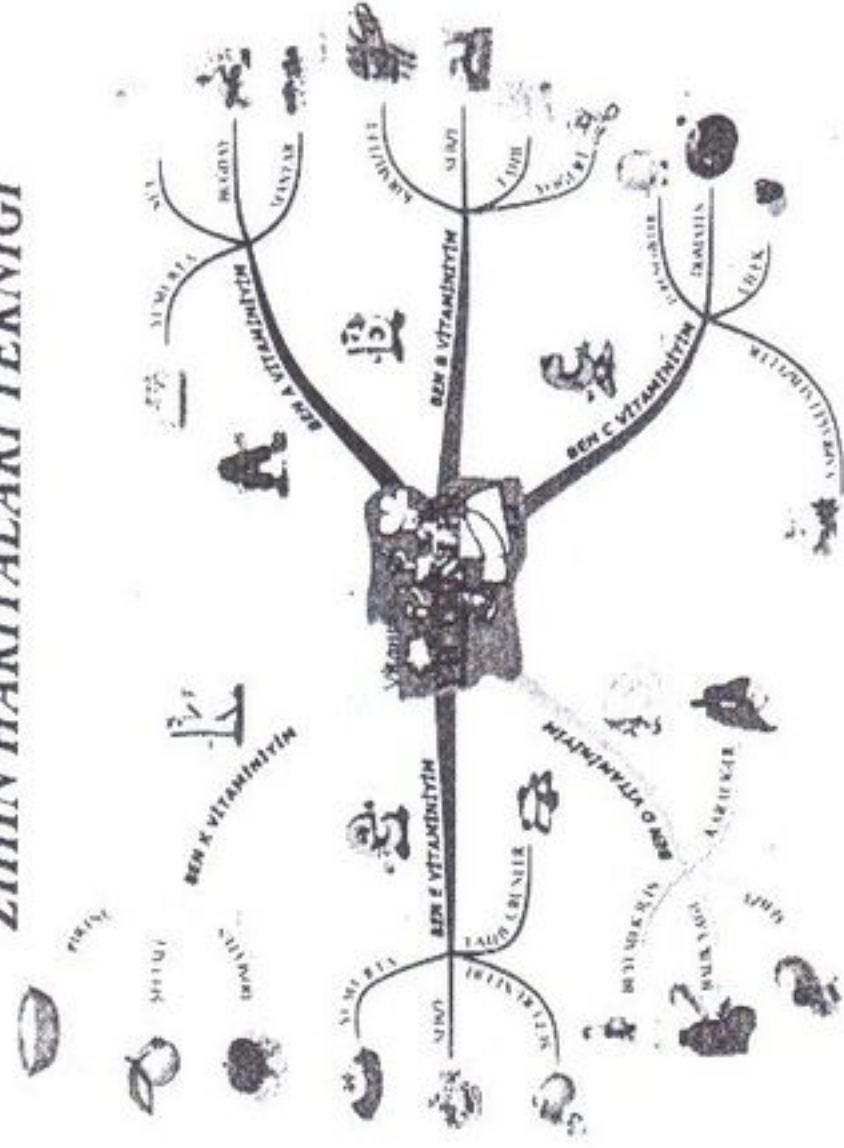
Görüp işittiklerinin **%50 sini;**

Söylediklerinin **70% ini;**

Yaptıkları şey konusunda söylediklerinin **90% ini** akıllarında tutuyor.



ZİHİN HARİTALARI TEKNİĞİ



Dikkatiniz Dağılması İçin;

- Çalışma odanızı ve masanızı en rahat odaklanabileceğiniz şekilde düzenleyin..
- Zor konuları parçalara bölerek çalışın.
- Hayal kurmaya başladığınızda, hayalinizi dinlenme zamanına erteleyin. Bunu başaramazsanız hayalinizi kısa bir süreliğine düşünün ve tekrar derse başlayın.
- Unutmayın! Amacınız çalışmak değil, öğrenmek. Çalışmak ise sadece araç.
- Çalışırken, Tv, bilgisayar ve cep telefonundan uzak durmalıyız. (Çünkü beynimiz aynı anda iki şeye odaklanamaz.)
- Dikkatinizi dağıtan probleminiz,kaygınız ya da başka bir şey varsa çözmeye çalışın. Çözemiyorsanız yardım alın.

VERİMLİ

ÇALIŞMA TEKNİKLERİ



SERİBERLİK SERVİSİM

Sevgili Öğrenciler

Başarılı olmak için sadece çok çalışmanın yeterli olmadığı, aynı zamanda verimli çalışmanın gerektiği bilinmektedir. Peki verimli çalışma nedir, nasıl olur?

Verimli Çalışma Nedir?

Zamanınızı hedefleriniz doğrultusunda etkili bir şekilde kullanmak ve ihtiyacınıza göre çalışmaktır.

Öğrenme Nasıl gerçekleşir?

Öğrenme bilgiyi algılama, kaydetme, hatırlama ve kullanma sürecidir. Yeni bilgiler, duyu organları yoluyla kısa süreli hafızada toplanır. Bunların arasından tekrar ettiklerimiz, bizim için duygusal olarak anlamlı olanlar ve zihnimizdeki diğer bilgilerle bağ kurabildiklerimiz uzun süreli hafızaya aktarılır. En sonunda, hatırlama gerçekleşir.



Etkili Çalışmak İçin Neler Yapılmalı?

- Sadece sevdiğiniz derslere değil, tüm derslere çalışın. Unutmayın sadece sevdiğiniz derslerden başarırlı olmanız yeterli olmayacaktır.
- Bir sözel, bir sayısal ders çalışırsanız beyniniz daha az yorulur ve öğrenmeniz kolaylaşır.
- Sevmediğiniz dersten sonra sevdiğiniz derse çalışın.



Planlı Çalışma Neden Önemli?

- Ders çalışma ve dinlenme saatlerinin belirlenmesini sağlar. Zaman etkili kullanılır.
- Hep aynı yöntemle çalışılmasını önler.(sadece test çözerek çalışma)
- Sadece sevilen değil tüm derslere çalışmayı sağlar.



Plan Hazırlarken Nelere Dikkat Etmeli?

- Uygulayabileceğiniz bir plan hazırlayın.
- Mümkün olduğu kadar aynı saatleri ders çalışmaya ayırın.
- Planda, günlük tekrar, konu çalışma, kitap okuma, test çözme yöntemlerinden hepsine yer verin.
- Kendinize eğlenme ve dinlenme saatleri ayırın.
- Süreyi 40-45 dk. çalışma, 15-20 dk. dinlenme şeklinde ayarlayın.
- Zorlandığınız dersi en zinde olduğunuz zaman çalışın.
- Konuyu öğrenmeden test çözmezsiniz.
- Test çözerken yanlış yaptığınız soruların cevabını kesinlikle öğreniniz. Gerekirse o konuyu tekrar çalışın.

Etkili ve verimli ders çalışma bir öğrenciyi başarıya götürecektir en önemli faktörlerden biridir. Her öğrencinin bireysel farklılıkları göz önüne alındığında çalışma yöntemlerinde bazı farklılıklar olacaktır. Fakat herkes için geçerli genel çalışma yöntemlerinin olduğu da unutulmamalıdır.

Planlı Çalışın

Verimli çalışmanın en temel yolu öğrencinin kendine uygun bir çalışma planı hazırlamasıdır. Her öğrencinin dersleri algılama düzeyi gün içindeki zamanlarda değişiklik gösterir. Buna bağlı olarak öğrencinin kendi potansiyeline uygun çalışma planı yapması gerekir.

Çalışma planı, zamanı daha verimli kullanmanızı sağlar. Belirsizliği ortadan kaldırarak, tek yönlü (sadece test çözmek ve sevdiğiniz derse çalışmak gibi) çalışmanızı ortadan kaldırır. Çalışmayı erteleme sorununa da en iyi çözümdür.

Tekrar Yapın

Yeni öğrendiğimiz bilgiler kısa süreli hafızamıza kaydedilir. Ancak tekrar ettikimiz, bizim için duygusal olarak anlamlı olanlar ve zihnimizdeki diğer bilgilerle bağ kurabildiklerimiz uzun süreli hafızaya aktarılır. Tekrar etmediğiniz bilgiler kısa süre içinde unutulacaktır. Amacımız unutmayı en aza indirmek olmalıdır. Bu nedenle ders sonlarında, günlük, haftalık ve aylık periyotlar ile tekrar yapmalısınız.

Çalışma Ortamını Düzenleyin

Beynimiz bir çok konuda mükemmel olmasına rağmen aynı anda iki şeye odaklanamaz. Bu nedenle ders çalışırken dikkatimizi dağıtacak koşullardan kaçınmalıyız. Ders çalışırken tv izlemek, telefonla oynamak ve müzik dinlemek (müzik ile daha iyi öğrendiğini düşünenler sayısal derslerde sözsüz müzik dinleyebilir) dikkatimizi dağıtacak ve öğrenmeyi olumsuz etkileyecektir. Ders çalışırken telefonunuzu yanınıza almamanız faydalı olacaktır..

Çalışma Süresini Belirleyin

Çalışma süreniz ne çok kısa, ne de çok uzun olmalıdır. Çalışırken 40-45 dakikada bir 15 dakika ara verilmelidir. Dinlenmeden çok uzun süre çalışmanız verimli olmayacaktır. Çünkü ara vermek, hem odaklanma gücünü artırır hem de öğrenilen bilgileri sindirmenizi sağlar. Çalışırken derse odaklanmanız gerektiği gibi ara verdiğinizde de sadece dinlenmeye odaklanın..

Günlük ne kadar çalışması gerektiği ise ihtiyaca göre farklılık gösterecektir. Okuduğunuz sınıf, öğrenme hızınız ve seviyeniz gibi etkenleri değerlendirerek günlük çalışma saatinizi belirlemelisiniz.



 Başarının ilk şartı DERSİ iyi dinlemektir.

 "Ne istiyorum"un karşılığı "ne fedakarlıkta bulunacağım"dır.

Bir Sayısal Bir Sözel Çalışın

Çok uzun süre aynı derse ve aynı ders türlerine çalışmayın. Bu hem daha çok yorulmanıza hem de sıkılmanıza neden olur. Bir sözel bir sayısal ders çalışmanız daha verimli olacaktır.

Öğrenmeyi Öğrenin

Çalışırken ne kadar duyunuzu kullanırsanız unutmaya o kadar az olur. Sadece okuyarak ya da test çözerek çalışmak öğrenmenizi zorlaştıracaktır. Farklı çalışma yöntemleri kullanmalısınız.

Bazı yöntemler;

- Konuyu kendinize anlatın,
- Yazarak çalışın, özet çıkarın.
- Renkli kalemler kullanarak zihin haritaları hazırlayın.
- Hayalinizde canlandırın.(Örn: Bir savaş sahnesini)
- Önceki öğrendiğiniz konular ile bağlantı kurmaya çalışın.

Yapılan bir araştırmaya göre öğrenciler;

- Okuduklarının 10% unu;
- İşittiklerinin 26% sini;
- Gördüklerinin 30% unu;
- Görüp işittiklerinin %50 sini;
- Söylediklerinin 70% ini;

Yaptıkları şey konusunda söylediklerinin 90% ını akıllarında tutuyor.



"Azim, on dokuz defa kaybedip yirminci de başarıya ulaşmaktır."