

VERİMLİ DERS ÇALIŞMANIN YOLLARI



GİRİŞ

Sevgili Öğrencilerimiz,

Ders çalışmanın okul yaşantımızın ayrılmaz bir parçası olduğunu hepimiz biliyoruz. Kuşkusuz hayatımızın her döneminde eğitim ve öğretimimiz için zaman ayırmak ve çaba göstermek zorundayız.

Bu kitapçığı çalışmalarınızda etkili yöntem ve teknikleri kullanabilmeniz, zamanınızın verimini artırabilmeniz, çabalarınızın sonuçlarını istediğiniz şekilde kolaylıkla alabilmeniz için hazırladık.

Bu küçük rehberden en büyük şekilde yararlanabilmeniz dileğiyle...

Kendi omzuna tırman.

Baska nasıl yükselbilirsin ki!

F. W. Nietzsche



VERİMLİ DERS ÇALIŞMANIN YOLLARI

ÇALIŞMA ORTAMIM NASIL OLMALI?

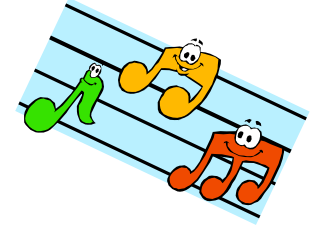


1- Görsel Uyarılar:

- ☞ Çalışma odasında görme alanı içinde dikkati çekecek nitelikte ve renkte objeler (posterler, gazeteler, dergiler vb.) olmamalıdır.
- ☞ En önemli noktalardan biri de çalışma masasının üstünde ya da görüş alanı içinde sadece çalışılan derse ait materyallerin bulunmasıdır.
- ☞ Başka derslerin kitaplarının masanın üzerinde durması "Ne kadar çok çalışmam gereken şey var" düşüncesini uyandırarak pes etme davranışını beraberinde getirebilir.
- ☞ Ayrıca çalışılacak dersle ilgili tüm materyallerin masada bulunmasına özen gösterilmelidir.



2- İşitsel Uyarılar:



- ♪ Akla ilk gelen işitsel uyarı müziktir.
- ♪ Müzik, ders çalışmaya genelde engeldir.
- ♪ Fakat nedense çoğu kişi "Ben senelerdir müzikle çalışıyorum, hiç zararını görmedim" ya da "Ben müzikle daha iyi anlıyorum" gibi savunmalar içine girer.
- ♪ Her birey zihinsel anlamda tek bir işlemi aktif olarak yerine getirebilir.
- ♪ Müzik dinlemek, yemek yemek ya da diş fırçalamak gibi yüksek zihinsel enerji gerektirmeyen işlerin yapılmasını engellemez.
- ♪ Ancak ders çalışırken tek uyarı ders olmalıdır.



3- Zayıf Uyarılar:

- ✦ Bazı davranış ve durumların dikkati dağıtacağına hiç ihtimal verilmez.
- ✦ Yatak, koltuk gibi rahat mekanlarda ders çalışılmamalıdır. Zira çoğu kişinin ders çalışırken uykusu gelir. Bu tip rahat yerler bu durumu körükler. Her zaman masa başında dik bir pozisyonda oturulmalıdır.

- ✦ Ders çalışırken birşeyler yiyip içilmemelidir. Çünkü bu uyarılar ders materyaliyle göz temasını keser ve dikkati dağıtır. Birşeyler yiyip içmek ders aralarında ödül olarak sunulabilir.



- ✦ Telefon ve televizyon ders çalışmanın en güçlü engellerindendir. O yüzden bu uyarıcılar kesinlikle çalışma odasında bulunmamalıdır.

4- İçsel Uyarılar:

- ♥ Herkesin yaşamında karşılaştığı birçok problem vardır.

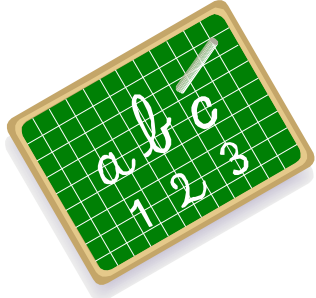


- ♥ Bunları düşünürken fazlaca zaman ve zihinsel güç harcamak dikkati dağıtır ve ders çalışmaya engel olur.
- ♥ Problemlerden kaçmamak gerektiğine göre bunları düşünmeyi ertelemek en doğru yoldur.
- ♥ Bu problemler okula giderken serviste, yemek yerken vb. zihin çok kullanılmadığı zamanlarda düşünülebilir.

ÇALIŞMA PLANI HAZIRLAMANIN PÜF NOKTALARI



- ✧ Planda her şeyin başlangıç ve bitiş saati olmalıdır.
- ✧ Ders çalışma saati bir seferde en az 40, en fazla 60 dakika olmalıdır. Her bir 40 ya da 60 dakika bitiminde 10-15 dakika ara verilerek çalışılmalıdır.
- ✧ Her gün en az iki periyot ders çalışılmalıdır.
- ✧ Bir seferde sözel bir ders çalışıldıysa, ikinci periyotta sayısal bir derse çalışılması daha verimli olacaktır.



✧ Okuldan geldikten sonra bir süre dinlenip, yapılacakların listesi çıkarıldıktan sonra çalışmaya başlanmalıdır. Bu dinlenme zamanı, yeme, içme gibi ihtiyaçlar için oldukça yeterli bir süredir.

✧ En dinç hissedilen zaman diliminde zorlanılan veya sevilmeyen bir derse ya da konuya çalışılmalıdır. Kolay veya sevilen dersin yorulunan bir ana bırakılması hem daha yararlı, hem de ödül niteliğinde olacaktır.

✧ Televizyonda sevmediğimiz programların olduğu zamanlar ders çalışmak için verimli bir zaman dilimini oluşturabilir.

✧ Yemekten sonra koltuğa oturmakdansa, evde bedenen hareket etmeyi gerektiren bir şeyle 15 dakika ilgilenip ondan sonra

ders için oturmak çok daha verimlidir. Zira yemekten hemen sonra oturma pozisyonuna geçilmesi uyku halinin çökmesine sebep olacaktır.

✧ Tekrar yapmak çok önemlidir. Ders tekrarı da yatmadan önceki dakikalarda yapılabilir. Çünkü zihin, bilgileri en çok uykuda hafızaya kaydeder.

✧ İsteksiz yapılan çalışma planlarında yapılması gerekenler sık sık unutulur. Bu nedenle plan çoğaltılmalı; cüzdanda, çantada, masada vb. yerlerde bulundurulmalıdır.

✧ Her akşam ertesi gün yapılacakların listesi hazırlanabilir.

✧ Bir haftanın işleri kesinlikle bir güne yüklememelidir. "Bitsin de kurtulayım" düşüncesini taşımamak gerekmektedir.

✧ Her bir yapılan maddenin üzeri çizilebilir, akla gelenler de eklenebilir.

✧ Bitirilmeyen işlerin nedenleri düşünülerek diğer güne aktarılabilir.

✧ Her gün günü verimli kullanmaya, 100 üzerinden bir puan verilebilir, 90 puanın üzerine her çıkıldığında ödüllendirme yapılabilir.





✂ Her gün yapılan rutin işleri hep aynı saatte yapmak, o işleri hızlı, pratik ve kolay yapmayı sağlar.

✂ Yapmaktan hoşlanılan işlere zaman ayrılmalıdır. Bu, isteksizliği azaltacaktır. Yalnız bu kişisel işler, çalışmakta en verimsiz olunan zaman dilimlerine koyulmalıdır.

✂ Plana uyulup

uyulmadığının, eksikliklerin yeterliliklerin gözden geçirilmesi ve her yeni gün buna göre düzenleme yapılması gerekmektedir.

✂ Kararsız kalınan durumlarda en kolayı seçilmelidir. Bu kararsız kalıp boş durmaktan çok daha iyidir.

✂ Bilgisayar faydalı olmasına karşılık, dersten en çok alıkoyan ve en çok yoran şeydir. Bu nedenle hafta içi bilgisayarın başında oldukça az zaman geçirmeli, hafta sonlarında, düzenli çalışmaya karşılık serbest bırakılmalıdır. Ödev yapmak için yararlanılacaksa, yapılanlar anne ve/veya babayla sık sık paylaşılmalıdır.



ÖRNEK DERS ÇALIŞMA PROGRAMI:

Yandaki gibi bir çalışma programı hazırlanabilir. Unutulmaması gereken nokta da şudur: Plan uygulanırken sürekli saate bakarak, maraton şeklinde bir çalışma temposu içinde bulunulmamalıdır. Saatlere tamamıyla uyulması zorunlu değildir. Önemli olan çalışılması gereken ders saatinin uzunluğunun yakalanabilmesi ve bunun her gün düzenli biçimde yapılmasıdır. Ayrıca eksiklerin tamamlanması ve konu tekrarı bölümlerinin, 10-15 dakikalık bir zamanı almasına rağmen, zamanının geniş tutulmasının sebebi, bitirildiği anda istenilen bir aktiviteyle (tv seyretme, kitap okuma, müzik dinleme vb.) uğraşılabilmesidir.



16.00 16.30	Eve geldim. Üstümü değiştirip biraz dinleneyim.	16.00 16.30	Uyku...
16.30 16.45	Okulda yapılanları gözden geçirme zamanım.	16.30 16.45	Tamamen bana ait bir zaman...
16.45 17.00	Yapılacak ödevlerin listesini yapma zamanım.	16.45 17.00	Ödev kontrolü ve ganta hazırlama zamanım.
17.00 17.15	Ufak bir ara...	17.00 17.15	Ufak bir ara dahil
17.15 18.00	Ödev yapma ve ders çalışma zamanım.	17.15 18.00	Ödev yapmaya ve ders çalışmaya devam...
18.00 18.30	Yemek zamanı...	18.00 18.30	Ödev yapmaya ve ders çalışmaya devam...
18.30 19.15	Ödev yapmaya ve ders çalışmaya devam...	18.30 19.15	Ödev yapmaya ve ders çalışmaya devam...
19.15 20.00	Ufak bir ara dahil	19.15 20.00	Ufak bir ara dahil
20.00 20.15	Ödev kontrolü ve ganta hazırlama zamanım.	20.00 20.15	Ödev kontrolü ve ganta hazırlama zamanım.
20.15 21.30	Tamamen bana ait bir zaman...	20.15 21.30	Uyku...
saatler günler	pazartesi		

NASIL DERS ÇALIŞMALIYIM?

Sayısal Dersler (Matematik, Fen ve Teknoloji vb.)

⌘ Mutlaka derslerde not tutmalıyız. Eve geldiğimizde notları tekrar etmeliyiz.

⌘ Konuyu anlayıp anlamadığımıza karar vermeliyiz.

Anlamadıysak

sorunun nerede olduğunu bulmamız gerekir. Mesela

dersi iyi dinlememiş, yeterli not tutmamış

olabiliriz. Ya da bu uzun süreli bir

sıkıntıysa şu tip sebepler olabilir:

Öğretmenimizin anlattığını anlamamış, o dersle ilgili herhangi bir sebeple önyargı oluşturmuş olabiliriz. Ama biliyoruz ki, amaçlarımıza ulaşmamız için birtakım dersleri başarmak zorundayız: **BİZ ÇALIŞIRSAK YAPABİLİRİZ!!!** Konuyu anlayabilmek için öğretmenlerimizden yardım talep etmeliyiz.



Örnek soruları tekrar tekrar yazarak ve inceleyerek kavramaya çalışmalıyız.

⌘ Konuyu anladığımıza karar verdikçe, kaynak kitaplardaki soruları çözmeliyiz. Ne kadar çok soruyla baş edebilirsek, o kadar kolay başarıya ulaşabiliriz.

⌘ Konu çalışırken kavramlar, tanımlar, formüller gibi temel noktaları ayrıca bir kağıda not etmemiz önemlidir. Bunları küçük kağıtlar halinde hazırlayarak evde sürekli gözümüzün önündeki yerlere asabiliriz. Ayrıca çanta, cüzdan veya cebimize koyup, serviste, boş kaldığımız anlarda okuyarak pekiştirebiliriz.

⌘ Ayrıca şekil, grafik, resim, fotoğraf gibi görsel malzemeleri de kullanmamız, çok büyük ölçüde kalıcılığı sağlayacaktır.

⌘ Mesela herhangi bir sınavımızdan bir gün önce, altını çizdiğimiz kısımları, öğretmenimizin derste aktardığı notları birkaç kez gözden geçirmemiz ve bol miktarda örnek soru çözmemiz gerekmektedir.

⌘ Herhangi bir soru çözerken, özellikle konuyu iyice oturtana kadar, şöyle bir yol izlemeliyiz:



- ✓ Soruda verilen ve istenenleri düzenli bir şekilde yazmalıyız.
- ✓ Kullanabileceğimiz formül ve teknikleri belirlemeliyiz.
- ✓ Verilenleri işlem sırasına göre formüllere uygulamalıyız.
- ✓ Sonuca ulaştığımızda yeniden kontrol etmeli, sağlamasını yapmalıyız.
- ✓ Yapamadığımız soru üzerinde çok fazla zaman harcamamalı, tercih ettiğimiz bir kişiye soracağımızı not edip, başka bir soruya geçmeliyiz.



Sözel Dersler (Türkçe, Sosyal Bilgiler vb.)

⌘ Okuduklarımızı anlayabilmemiz ve kalıcılığını sağlayabilmemiz için okuma etkinliğini sıklıkla gerçekleştirmemiz gerekir. Bu kitapla sınırlı kalmayabilir. Hoşlandığımız bir konu hakkında dergilerde, gazetelerde ve internette yer alan yazıları okumak bile bize çok şey katacaktır.



⌘ Çalıştığımız konuyu öncelikle iyice öğrenmeliyiz. Bunu, okurken altını çizerek, temiz bir kağıda gruplandırarak, renkli kalemler kullanarak veya kısa notlar alarak yapabiliriz.

⌘ Konu çalışırken kavramlar, tarihler, tanımlar gibi temel noktaları ayrıca bir kağıda not etmemiz önemlidir. Bunları küçük kağıtlar halinde hazırlayarak evde sürekli gözümüzün önündeki yerlere asabiliriz. Ayrıca çanta, cüzdan veya cebimize koyup,

serviste, boş kaldığımız anlarda okuyarak pekiştirebiliriz.

⌘ Ayrıca harita, şekil, grafik, resim, fotoğraf gibi görsel malzemeleri de kullanmamız, çok büyük ölçüde kalıcılığı sağlayacaktır.

⌘ Konuyla ilgili neden ve sonuçlar

üzerinde düşünmemiz, notlarımızı bunu dikkate alarak tutmamız; konularla günlük yaşantımız arasında bağlantı kurmamız, bir yaşantımızı örnek olarak kullanmamız, belleğimize yerleştirmemizi tahmin bile edemeyeceğimiz ölçüde kolaylaştıracaktır.



⌘ Mesela herhangi bir sınavdan bir gün önce, aldığımız kısa notları, özetleri, altını çizdiğimiz kısımları, öğretmenimizin derste aktardığı notları birkaç kez okumamız gerekmektedir.

⌘ Pekiştirmek için konu sonlarındaki soruları çözebilir, test kitaplarımızdan yararlanabiliriz.

⌘ Çalışırken en iyi hangi konumda öğrendiğimizi tespit etmeliyiz. Örneğin, odamızda, yalnız başımızayken sesli okumak daha iyi anlamamızı sağlıyorsa, bu şekilde çalışmalıyız.

! Bol bol tekrar etmenin, bol bol soru çözenin önemini hiçbir zaman aklımızdan çıkarmamalı ve bunları düzenli bir şekilde uygulamalıyız 😊



PDR SERVİSİ