

VERİMLİ DERS ÇALIŞMA YÖNTEMLERİ

SAMSUN YAKAKENT İHO
REHBERLİ SERVİSİ
Erdoğan DELİHASANOĞLU



Hedefi olmayan gemiye hiçbir rüzgar yardım edemez

ÖNCELİKLE AMAÇLARINIZI
BELİRLEYİN



KISA DÖNEMLİ

- Üslü sayılardan 5 problem çözmek

ORTA DÖNEMLİ

- Üslü sayılar konusunu öğrenmek

UZUN DÖNEMLİ

- Matematik ortalamasınının 85 ve üstü olması

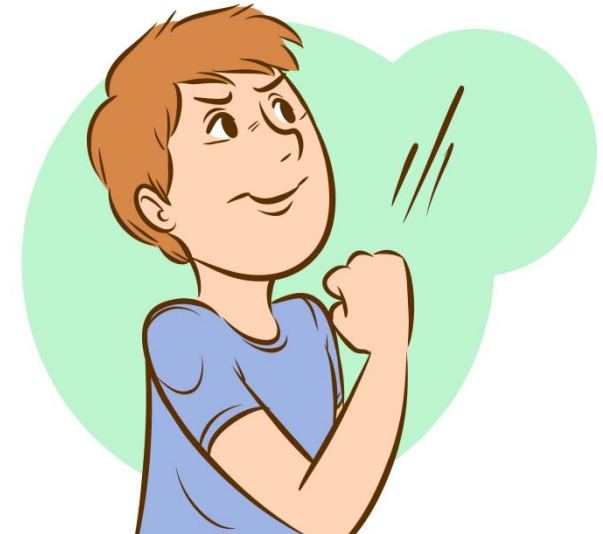
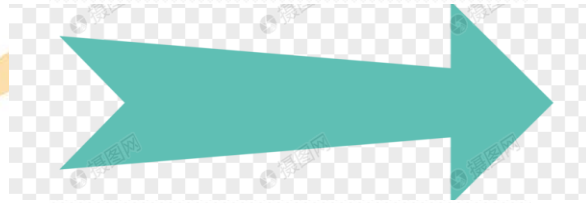
Her başarılı insanın bir planı her başarısız insanın bir mazereti vardır



PLANLI ÇALIŞMAK VERİMLİ
ÇALIŞMANIN ÖZÜNÜ OLUŞTURUR

Neden plan?

- Çalışmamız gereken birden fazla ders veya konular biz de baskıya ve kafa karışıklığına neden olabilir plan yapmak bu karışıklığı ve baskıyı ortadan kaldırır



Plan yapmak

‘Nasıl’, ‘ne zaman’, ‘nerede’
çalışacağımıza karar vermek
demektir

Günlük çalışma planımızda;
okulda geçen saatler, ders
çalışma, eğlenme gibi tüm
günlük aktivitelere yer
vermeliyiz

*Size zor gelen dersleri kolay
öğrenebildiğiniz zamanlarda
çalışınız



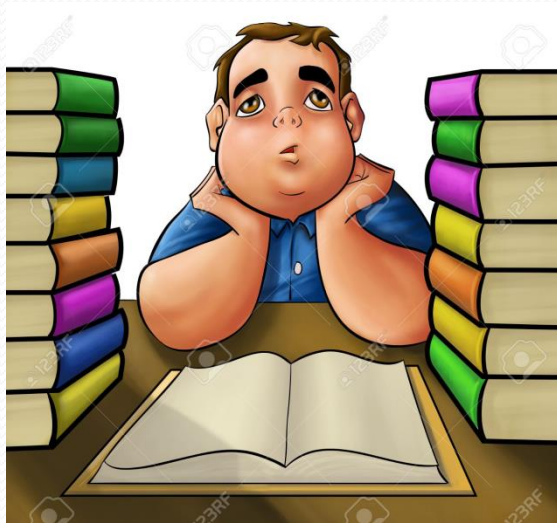
Plan yaparken dikkat ediniz



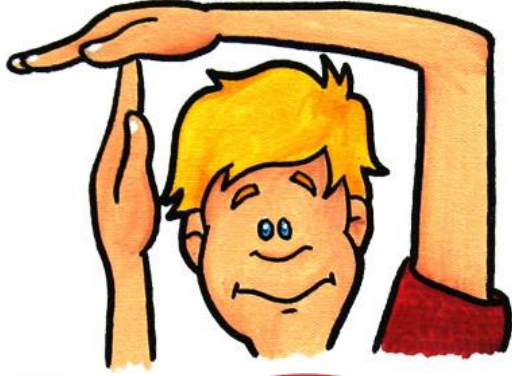
- En verimli saatler sabahın erken saatleridir



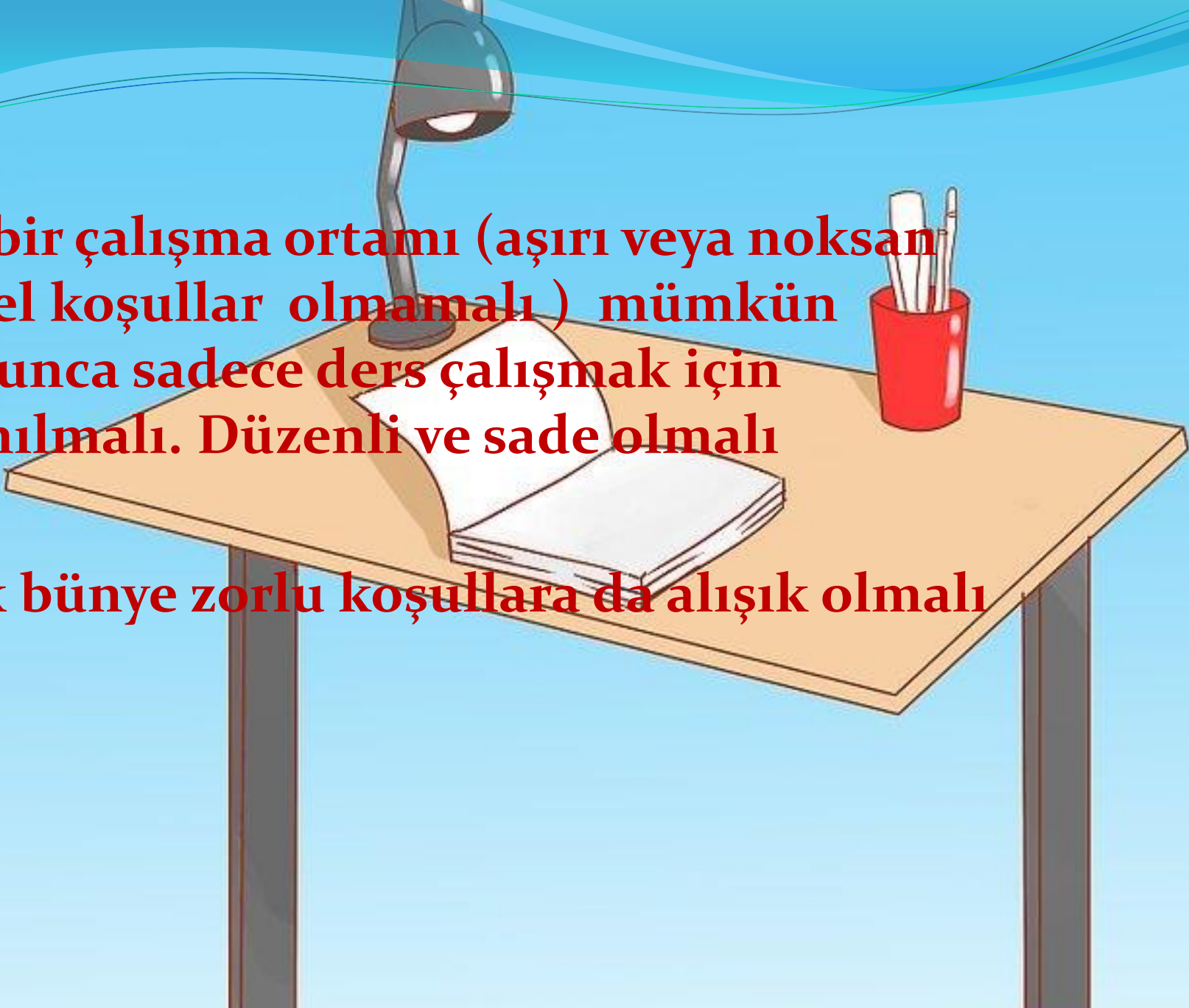
- Yemekten hemen sonra çalışmaya başlamayın en az 30 dk geçmeli



Plan yaparken dikkat ediniz



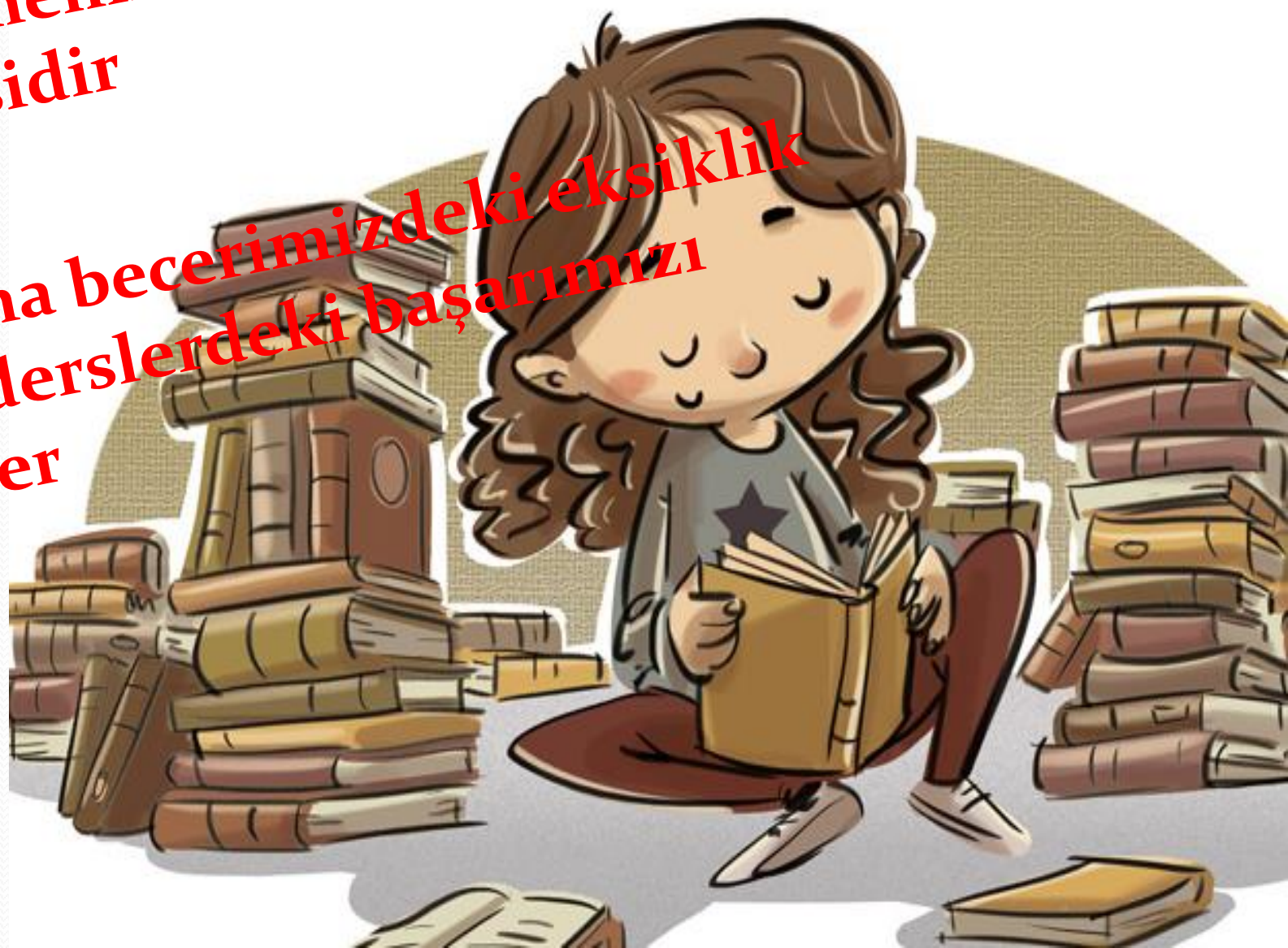
- 40-45dk çalışma 10 dk ara
- Aralarda tekrar çalışmaya dönmeyi zorlaştıran faaliyetlerden kaçınılmalı(TV,Telefon,Uzun sohbet, vs)
- Benzer dersler art arda gelmemeli

- 
- A desk with a lamp, an open book, and a pen holder. The desk is light brown with two dark brown legs. A black desk lamp is on the left, an open book is in the center, and a red pen holder with white pens is on the right. The background is a light blue gradient with wavy lines at the top.
- **Sabit bir çalışma ortamı (aşırı veya noksan fiziksel koşullar olmamalı) mümkün olduğunca sadece ders çalışmak için kullanılmalı. Düzenli ve sade olmalı**
 - **Ancak bünye zorlu koşullara da alışık olmalı**



**Öğrenmenin temeli okuma
becerisidir**

**Okuma becerimizdeki eksiklik
tüm derslerdeki başarıyı
etkiler**



- Dersi derste dinlemek

- Öğretmenin verdiği ödev ve projeleri hazırlamak



BAŞARININ ÖNÜNDEKİ ENGELLER

- OLUMSUZ DÜŞÜNCELER
- UYGUN OLMAYAN FİZİKSEL ORTAM
- DERSLERE VE ÖĞRETMENLERE KARŞI ÖNYARGI
- KAYGI

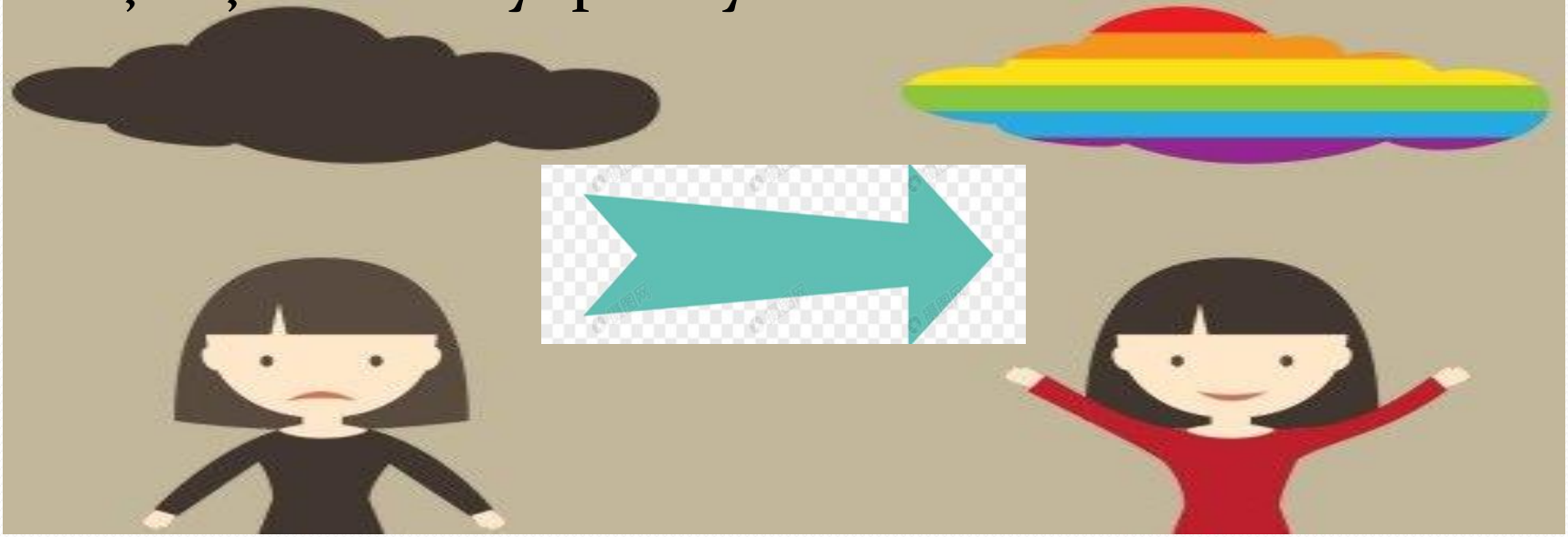


OLUMSUZ DÜŞÜNCELER

- Yeterince zeki değilim
- Yeterli imkanlara sahip değilim maddi durumum yetersiz.
- Dersler çok sıkıcı



- Okul çok zor
- Öğrendiklerimizin hiçbiri gerçek hayatta işimize yaramayacak
- Çalışsam bile yapamıyorum



- Olumsuz düşünmeyi bırakıp akılcı mantıklı ve gerçekçi düşünceler edinmek gerekir

Düşünceleri sorgulayın

Düşündüğün her şeye inanma

- Yeterince zeki değilim

Gerçeklik Sorgulaması

- Zeka nedir?
- Zeka testi mi yaptırdın?
- Doktor mu söyledi?
- Öğretmenlerin tespiti mi?



UYGUN OLMAYAN FİZİKSEL ORTAM

- Ortam karışıklığı kafa karışıklığına yol açar



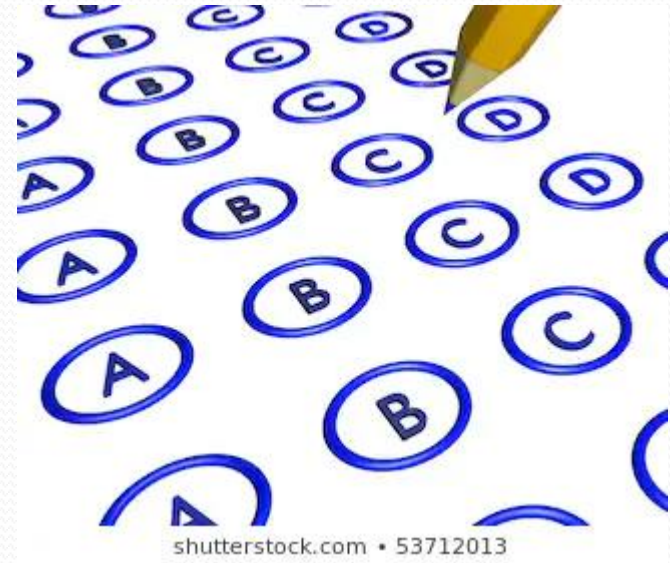
DERSLERE VE ÖĞRETMENLERE KARŞI ÖNYARGI

- Bu durum en çok size zarar verir
- Öğretmenle yaşadığınız problemleri yapıcı bir biçimde çözmeye çalışın



Test Tekniđinizi Geliřtirin

- İřlenilen konularla ilgili bol test sorusu özün.
- Test tekniđinizi geliřtirin



KAYGINIZ VAR İSE REHBERLİK SERVİSİNE VEYA ÖĞRETMENLERİNİZE DANIŞIN

- Kaygıyı yok etmek olaylara bakış açımızı değiştirmekle olur
- Kaygı yaratan düşünceleri keşfedin ve gerçekçi düşünceler yerleştirin
- Sınavlar bilgi düzeyinizi ölçen ölçme araçlarıdır kişiliğinizi değil



Başarılar.....

