

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 kalemle 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% sını;

Gördüklerinin 30% unu;

Görüp işittiklerinin %50 sini;

Söylediklerinin 70% ini;

Yaptıkları şey konusunda söylediklerinin 90% ını akıllarında tutuyor.



**ZİHNİN
DAĞILMASINA
YOL AÇARAK
DERS ÇALIŞMAYI
ENGELLEYEN
DIŞ SEBEPLER**

Dikkatiniz Dağılmaması 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.

**YEŞİLYURT AHMET KARLIBEL
İLKOKULU ORTAOKULU**



VERİMLİ ÇALIŞMA TEKNİKLERİ



OKUL REHBERLİK HİZMETLERİ
©2024

Hayatta ya tozu dumana katarsın, ya da tozu dumana yutarsın...



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 çözmeyiniz.
- | Test çözerken yanlış yaptığınız soruların cevabını kesinlikle öğreniniz. Gerekirse o

Etkili Çalışmak İçin Neler Yapılmalı?

| Sadece sevdiğiniz derslere değil, tüm derslere çalışın. Unutmayın sadece sevdiğiniz derslerden başarılı 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.

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.