

# VERİMLİ DERS ÇALIŞMA TEKNİKLERİ



## VERİMLİ DERS ÇALIŞMA NEDİR?

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

Aksine, belli bir plan ve program dahilinde, hem ders çalışırken hem de diğer sosyal etkinliklere zaman ayırırken bunlardan zevk almanıza yardımcı olur.

## BAŞARIYI ETKİLEYEN ÖNEMLİ BİLEŞENLER

- Planlı ve programlı çalışma
- Zamanın iyi kullanılması ve planlanması
- Çalışma ortamının düzenlenmesi
- Tekrar
- Güdülenme
- Derse hazırlıklı gelme
- Etkili dinleme
- Verimli okuma
- Not tutma



## ZAMANINIZI ÇALANLAR

Günlük zamanınızı nasıl geçiriyorsunuz? Belki bir günlük çizelge hazırlayarak zamanınızı nasıl geçirdiğinizi bulmalısınız.

## ZAMANI PLANLARKEN;

- Hangi dersin hangi saatte çalışılacağı planlanmalıdır.
- Çalışma sırasında her derse belirli bir süre ayrılmalıdır.
- En verimli çalışma, aralıklı çalışmadır. 40 dakika çalışıp 10 dakika dinlenilmelidir.
- Birbirine benzeyen dersler üst üste çalışılmamalıdır.

## ETKİN DİNLE: DERSİ DERSTE ÖĞREN!

- Hangi dersi görüyorsanız, "Şimdi Fen dersini dinliyorum, şimdi Türkçe dinliyorum." diye telkinde bulunun. Çünkü daha iyi konsantre olmak için zihninizi şimdiye getirmeniz gerekir.
- Ders esnasında önemli yerlerin altını çizin ve en önemli bilgileri not edin. Not almak zihnin dağılmasını önler.

- Sırada dik oturun ve öğretmen ile göz teması kurun. Söylediklerine dikkatinizi verin. Öğretmenle göz teması kurarsanız zihniniz öğretmenin söylediklerine daha çok odaklanır. Göz teması iletişiminizin kopmasını önler.
- Eve gidince önce dinlenin. Dinlenmeden yapılan çalışmalarda sık sık konudan kopmalar meydana gelir.

## NELER YAPACAĞINIZI ÖNCE DEN BELİRLEYİN!

Özellikle ders çalışma sorunu olan öğrenciler, bu uygulamayı bir gün öncesinde uyumadan önce yaparlarsa ertesi gün daha kolay ders çalışırlar. Yani bir gün öncesinde uyumadan önce "Yarın akşam saat 17.00-19.00 arasında ders çalışacağım." diye zihninizde belirlerseniz ve aynı düşünceyi ertesi gün, sabah ve okul çıkışında da tekrarlıyorsanız zihninizi saat 17.00-19.00 arasında ders çalışmaya bloke edersiniz. Çünkü zihninizde neyi tekrar ederseniz kendinizi o yönde yönlendirirsiniz. Aynı uygulamayı maç seyretmek ya da dizi izlemek için yapmıyor muyuz?

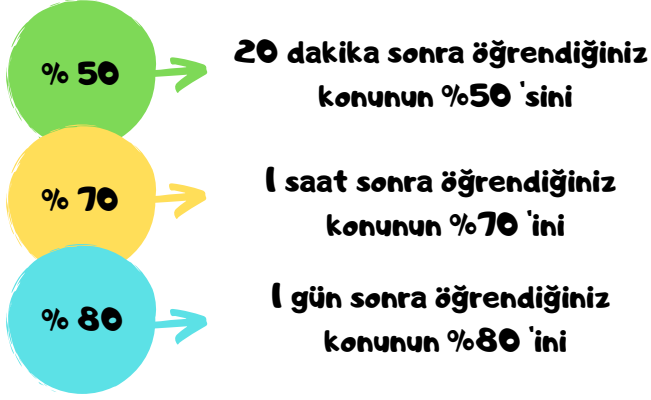


BURCU  
POLAT

## SAMPIYONLARIN ANAHTARI: TEKRAR!

Başarılı bütün öğrencilerin ortak olarak yaptıkları en önemli çalışma günlük tekrardır. Tekrar, öğrenilen bilginin pekiştirilmesini ve uzun süreli hafızaya atılmasını sağlar.

### TEKRAR YAPILMADIĞINDA;



### UNUTURSUNUZ!

Günlük, Haftalık ve Aylık düzenli tekrarlar yapın.



“Çalışmaya başlayamıyorum”,  
“Kitaba bakarak öylece oturuyorum”  
Diyorsanız...

Bir amaç belirleyin. Niçin çalışmanız gerektiği sorusuna bulacağınız cevap sizin çalışma amacınızı oluşturur. Amacınızı tanımlamanız, çalışma isteğinizi arttıracak gibi iç motivasyon kazanmanızı da sağlar.

## SORU ÇÖZÜN!

Mutlaka tekrar ettiğiniz konu ile ilgili soru çözmelisiniz. Ne kadar çok soru çözerseniz konuyu o kadar çok zihninizde netleştirirsiniz ve bilginizi kullanılabilir hâle getirirsiniz.

### ÇALIŞMA ORTAMININ DÜZENLENMESİ

- Çalışma masasının etrafında öğrencinin dikkatini dağıtacak resimler, posterler olmamalıdır. Masanın üzerinde sadece çalışmanın malzemeleri bulunmalıdır.
- Çalışma odası sakın ve gürültüsüz olmalıdır.
- Sadece masada ders çalışılmalıdır.
- Öğrencinin çalışması için bağımsız bir odası yoksa evin bir köşesi çalışma için ayrılmalıdır.

### DİNLENİRKEN DİNLEN, ÇALIŞIRKEN ÇALIŞ!

İyi dinleme iyi bir çalışmayı getirir. Dinlenme süresinde asla televizyon izlemeyin. Çünkü bir saat televizyon seyretmek iki saat kitap okumak kadar beyni yorar. Çalışma masanızda değil başka bir yerde dinlenin.

## ÖĞRENDİKLERİMİZİN NE KADARINI HATIRLARIZ?

Okuduklarımızın %10'unu  
Duyduklarımızın %20'sini  
Gördüklerimizin %30'unu  
Hem görüp hem duyduklarımızın %50'sini  
Söylediklerimizin %80'ini  
Davranışla birlikte söylediklerimizin %90'ını  
hatırlarız.

Öğrenmek istediklerinizi: Okuyun, yazın, görsellik katın, tekrar edin, uygulayın.

### BUNLARA DİKKAT!

- Ders çalışırken, TV izlemeyin, telefonla oynamayın. Telefonunuzu yanınızda olmasın.
- Çok kısa veya uzun süre (mola vermeden) çalışmayın.
- Sadece sevdiğiniz değil, tüm derslere çalışın.
- Zorlandığınız bir dersten sonra, size daha kolay gelen derse çalışın.