

VERİMLİ DERS
ÇALIŞMA
ALİŞKANLIKLARI
GELİŞTİRME





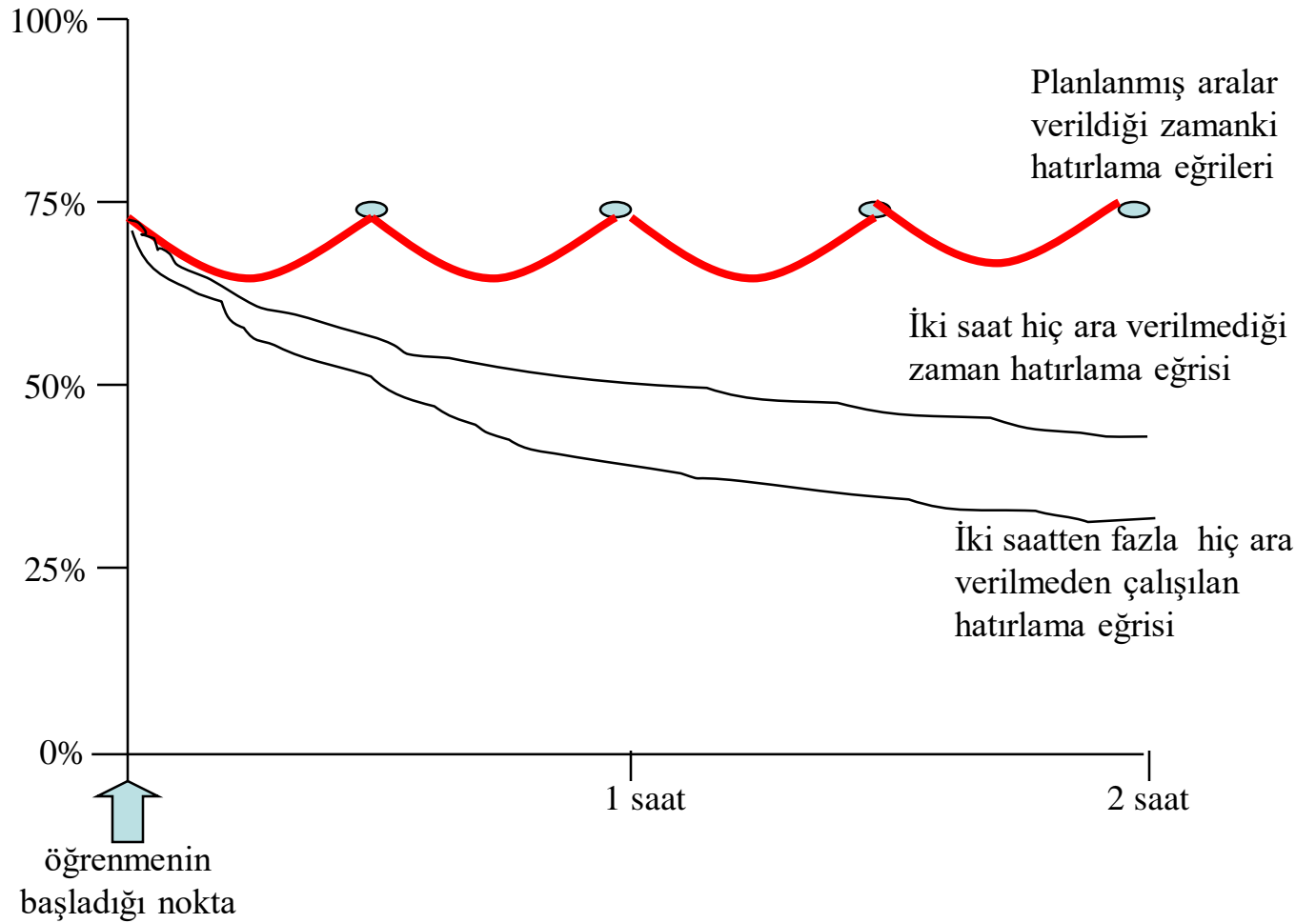
Sürekli ders çalışmak iyi öğrenmek demek değildir!



Bu nedenle dinlenme aralarına
dinlendirici boş zaman uğraşlarına ve
spora da yer vermek gerekir, bu
bireyi uyumlu ve başarılı yapar...

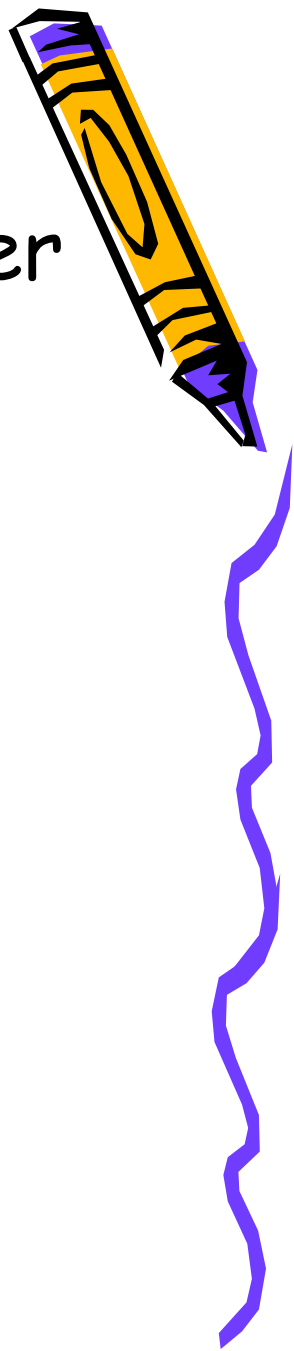


Dinlenme araları önemlidir



- Verimli ders çalışmada en yararlı zaman planlamasının çalışmaya birer saatlik süreler ayrılması olduğu söylenebilir.

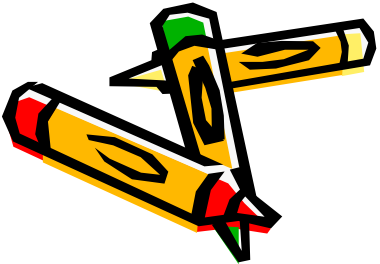
- 40-50 dk ders
- 10 dk tekrar
- 10-15 dk dinlenme zamanı



Çalışma ortamının öğrenmeye uygun şekilde düzenlenmesi gerekir!

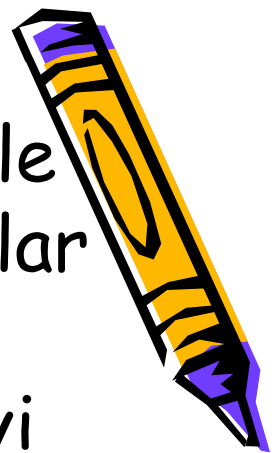


- Işık, ısı, gürültü seviyesi
- Dik oturma (enerji ve dikkat toplama mesajı verir)
- Çalışma köşesi
- Çalışmaya başlamadan önce gerekli malzemeler hazırlanmalı
- Ders çalışırken müzik **DİNLENMEZ.**



- Okuduklarınızı kendi kelime ve cümlelerle ifade etmeniz, konulardan özetler, sorular ve cevaplar çıkarmanız öğrenmeye aktif olarak katılmayı ve daha etkin öğrenmeyi sağlar..

- Çalışırken kendinizi sınav hazırlayacak kişinin yerine koyup " ben bu konudan soru hazırlayacak olsam, ne sorardım diye" düşünün. Bu soruların olası cevaplarını bulmanız konuyu özümsemenizi sağlar.



ÖĞRENME =

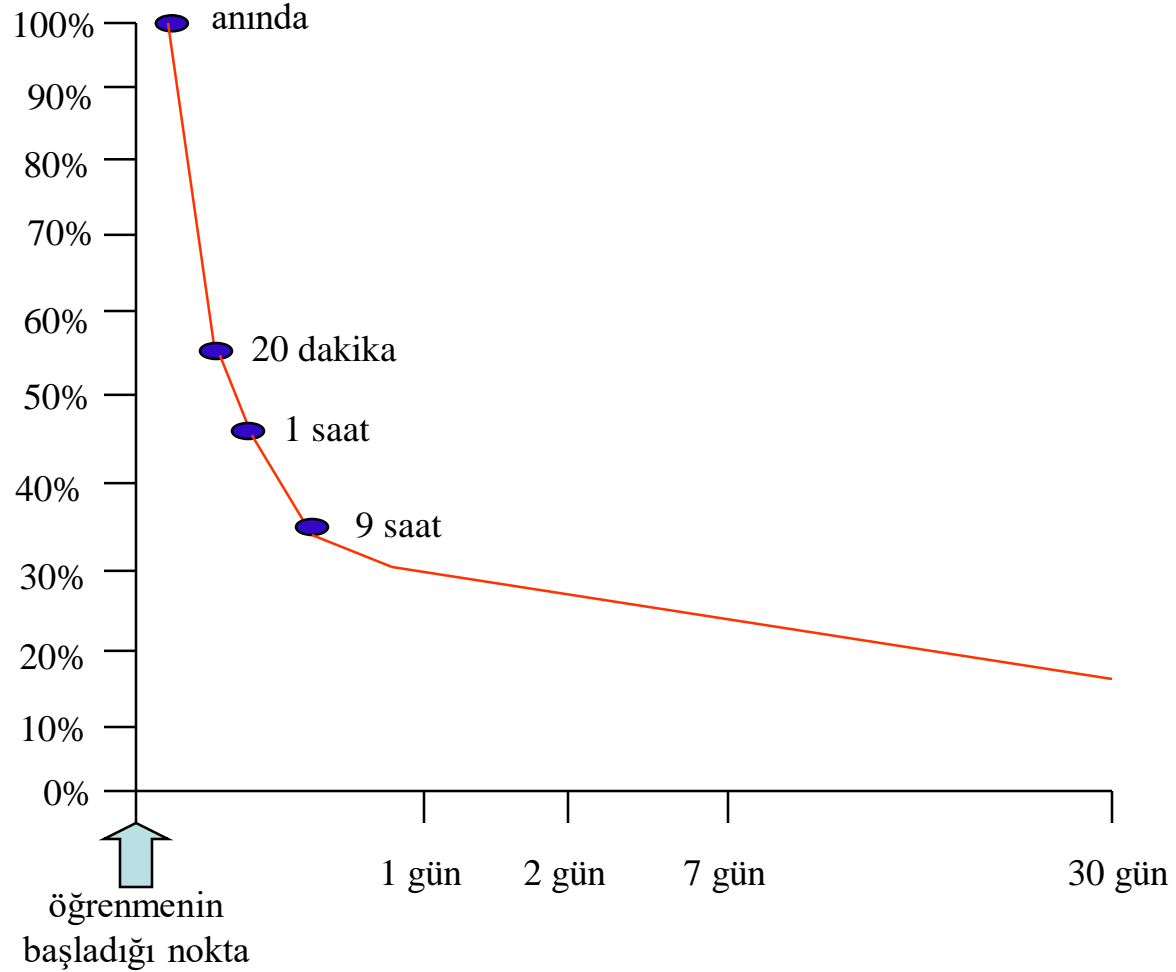
Anlamak+Hatırlamak+Uygulamak

AŞAMALARINDAN

OLUŞUR..



Hafızanın işleyişi ve unutma



Kırk Kelimelik Hafıza Egzersizi

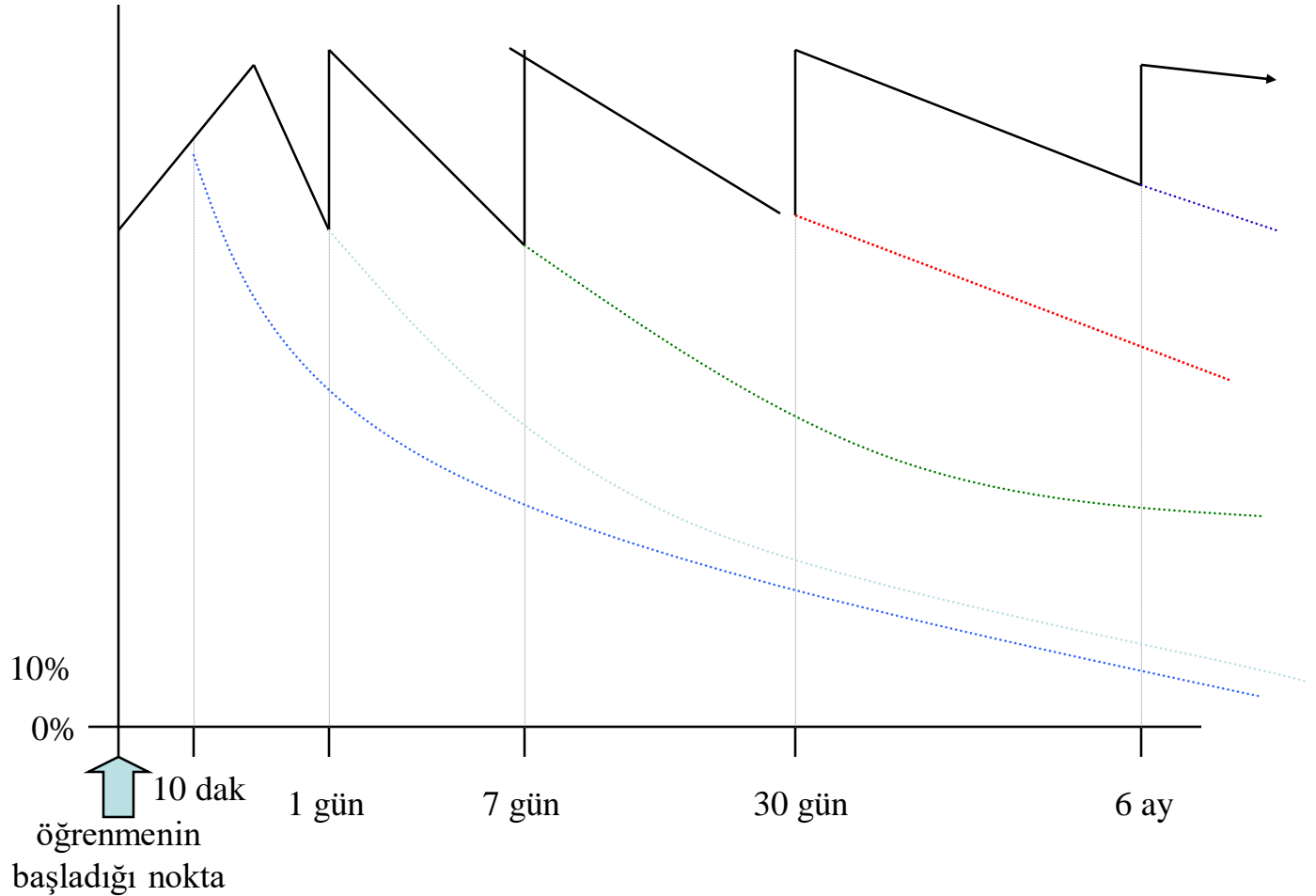
bar kar masa ağaç taş şişe
sınav başarı at para gök at
çiçek kitap eğitim emek müzik çiçek
para pablo yavuz çiçek depo kapı
yastık at sunuş beceri **bulut** kağıt
yol bıçak koltuk kalem gülüş yay
çiçek lastik hava uzman **yağmur** kuş

Kırk Kelimelik Hafıza Egzersizi

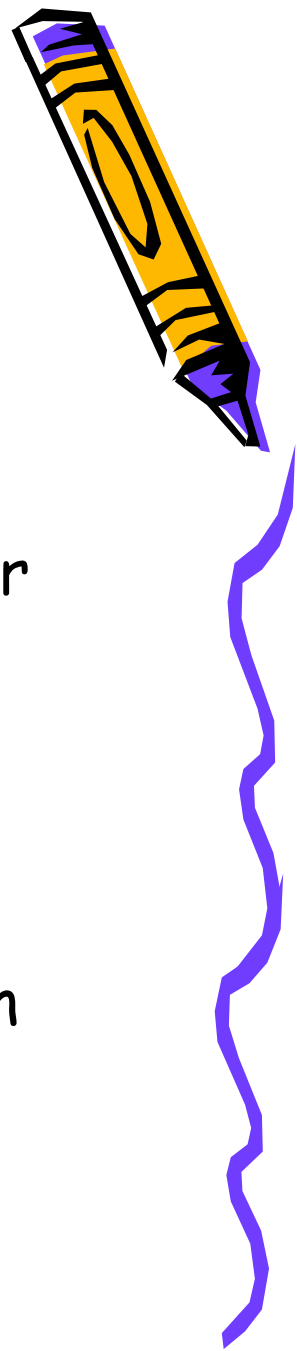
sonucu

- Anlama olmasına rağmen liste tamamen öğrenilememiştir
- Listenin başından 2-8 kelime hatırlanmıştır
- Bir defadan çok tekrarlanan kelime hatırlanmıştır
- Son beş kelimenin bir veya iki kelimesi hatırlanmıştır.
- Diğerlerinden bütünüyle farklı olan kelimeler hatırlanmıştır
- Duygusal çağrışım yapan kelimeler hatırlanmıştır
- Ortadaki kelimelerden çok azı akılda kalmıştır

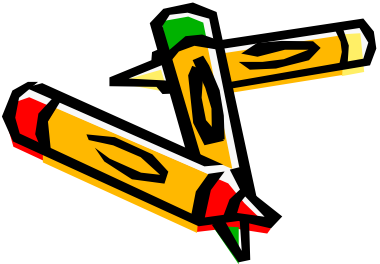
Düzenli tekrarlarla hatırlanan miktarın sürekli üst düzeyde tutulması



Neden Dzenli Tekrar Yapmam Gerekiyor?



- Konu daha kolay anlaşılır
- Anlaşılmayan konular için zaman kazanılır
- Anlaşılan konular hafızaya aktarılması sağlanır
- Bir sonraki bilgilerin daha kolay anlaşılması sağlanır
- Bilgilerin beynimizde sindirilmesi sağlanır.
- Sınava daha az kaygılı gireriz.
- Öğrenmek için öğrenmiş oluruz. Sınav gecesi çalışma günü kurtarmak ve geçer not almak için yapılır.



ÇALIŞMAK BAŞARIYI MUTLAKA GETİRİYOR.

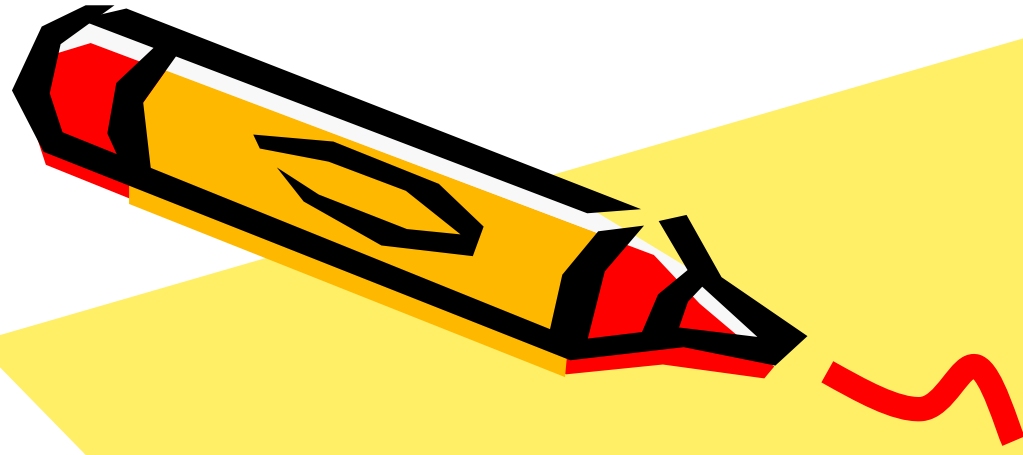


• DAHA İYİ NASIL ÖĞRENİRİZ?

İnsan öğrendiğinin yarısını ilk 80 dk. İçinde unuttur. Okuduğumuzu yada dinlediğimizi tam olarak anlamış veya dinlemiş isek öğrendiğimizin %45'ini ilk 20 dk. ,%55'ini ilk 60 dk ,%65'ini de 9 saatte unutturuz. Çalışma ve tekrardan sonra bir süre ara verirsiniz daha iyi hatırladığınızı göreceksiniz.

NASIL TEKRAR ETMELİSİNİZ ?

- - İLK TEKRAR: 30-40 dakikalık bir öğrenme seansı sonunda yapılmalı ve 10 dakika sürmelidir.
- - İKİNCİ TEKRAR: Öğrenmenin yapıldığı günün ertesi günü 10.dk'lık bir tekrar.
- - ÜÇÜNCÜ TEKRAR: Öğrenmeden sonraki birinci haftanın sonunda yapılır. Bu tekrar bilgilerin bir ay süreyle hatırlanmasını sağlar.
- - DÖRDÜNCÜ TEKRAR: Öğrenmeden yaklaşık bir ay sonra yapılır. Bu tekrar bilginin çok daha uzun süre sağlıklı olarak hatırlanmasını sağlar.



ŞİMDİYİ DEĞİL
GELECEĞİ DÜŞÜNÜN!!

DİNLEDİĞİNİZ İÇİN
TEŞEKKÜRLER..

