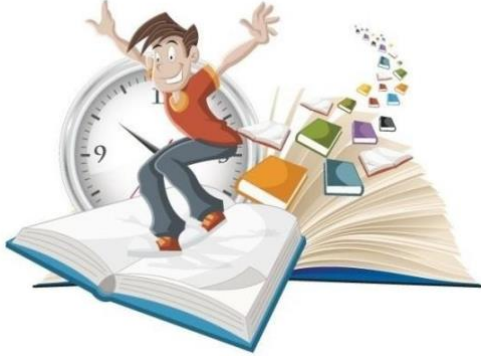




TALAS ŞEHİT MAHMUT YILDIRIM  
ANADOLU LİSESİ  
REHBERLİK SERVİSİ



VERİMLİ DERS ÇALIŞMA  
YÖNTEM ve TEKNİKLERİ



HİÇ BİR ŞEYE İHTİYACIMIZ YOK.  
YALNIZ BİR ŞEYE İHTİYACIMIZ VAR:

ÇALIŞMAK!

“M. KEMAL ATATÜRK”

## VERİMLİ DERS ÇALIŞMA NEDİR?

Verimli ders çalışma, zamanı amaç doğrultusunda planlı ve programlı kullanmaktır.



Başarılı bir okul hayatında verimli bir şekilde ders çalışma yollarını bilmenin çok önemli rolü vardır.



UNUTULMAMALIDIR Kİ!

Belli bir plan ve programa göre çalışıldığı takdirde hem ders çalışmak, hem de diğer etkinlikler için zaman ayırmak mümkündür.



ÖNEMLİ OLAN BİLİNÇSİZCE ÇOK ÇALIŞMAK DEĞİL, VERİMLİ DERS ÇALIŞMA YOLLARINI İYİ BİLEREK ETKİLİ ÇALIŞMAKTIR.



BAŞARI İÇİN ⇨ ETKİLİ ÇALIŞMA

Etkili çalışmak, belirlenmiş amaçlar ve belirlenmiş öncelikler doğrultusunda zamanı programlı olarak kullanmaktır.



VERİMLİ DERS ÇALIŞMA  
YÖNTEMLERİ?

1. HEDEF BELİRLEME
2. PLAN YAPMA
3. İYİ BİR ORTAMDAN YARARLANMA
4. MOTİVASYONU SAĞLAMA
5. KONSANTRASYONU SAĞLAMA
6. VERİMLİ ÇALIŞMAYI BİLME

## HEDEF BELİRLEME

Öncelikle hedef belirleyin. Her çalışma bir amaca, hedefe yönelik olmalıdır.

**KULAĞA KÜPE OLSUN!**  
“Hedefi olmadan ilerleyen gemiye, hiçbir rüzgar yardım etmez”

## PLANLI ÇALIŞMAK

Çalışmada plan; "nasıl", "ne zaman" ve "nerede" çalışacağınıza karar vermek demektir.

Plan yapılmadan çalışmak bireyde karmaşıklığa, dikkatsizliğe, yorgunluğa, isteksizliğe, bitkinliğe neden olur.



## ÇALIŞMA ORTAMI

Ders çalışırken genellikle aynı ortamı tercih edilmelidir. Çalışma yeri derli toplu, sabit ve sakin olmalı, ayrıca ışık, ısı gibi fiziksel sorunları da çözümlenmiş olmalıdır.



## MOTİVASYON

Motivasyon bir şeyleri yapma arzusu, hedefe ulaşma adına duyulan istektir.

Motivasyonun 3 temel özelliği bulunmaktadır:

- 1-Harekete geçirici
- 2-Hareketi devam ettirici
- 3-Hareketi olumlu yöne yöneltici



Çalışma azminiz azaldığında hedefinizi ve ulaşacağınız güzellikleri düşünün, hayal edin.

## KONSATRASYON

Konsantrasyon, bir konuya zihinsel olarak belli bir süre odaklanabilmektir.

Konsantrasyonu etkileyen bazı etkenler:

- 1-Sağlık sorunları
- 2-Hayal kurma
- 3-Çalışma ortamı
- 4-Uykusuzluk



## VERİMLİ ÇALIŞMAYI BİLME

Verimli ders çalışma, zamanı amaç doğrultusunda planlı ve programlı kullanmaktır. Bunun için;

- 1-ÖN HAZIRLIK
- 2-DİNLEME
- 3-OKUMA
- 4-NOT TUTMA
- 5-TEKRAR olmalıdır.



“İYİ BİR BAŞLANGIÇ YARI YARIYA BAŞARI DEMEKTİR”

ANDRE GIDE

TEKRAR  
ÖĞRENMEYİ  
KOLAYLAŞTIRIR

**DERS ÇALIŞIRKEN NASIL BİR ZAMANLAMA SİZE EN İYİ VERİMİ SAĞLAR?**

$$40' + 10' + 10' = 60'$$

40':DERS ÇALIŞMA

10':ÇALIŞANLARA TEKRAR

10':DİNLENME

## YANLIŞ ÇALIŞMA ALIŞKANLIKLARI

\*AMAÇSIZ ÇALIŞMAK

\*PLANSIZ DAĞINIK ÇALIŞMAK



\*SABİT BİR YERDE ÇALIŞMAMAK

\*YATARAK VE DAĞINIK DERS ÇALIŞMAK



\*TELEVİZYON KARŞISINDA DERS ÇALIŞMAK

\*MÜZİK DİNLEYEREK DERS ÇALIŞMAK



\*EZBERLEYEREK ÖĞRENMEYE ÇALIŞMAK

\*DÜZENLİ TEKRAR YAPMAMAK



\*UYGUN DİNLENME ARALIĞI VERMEMEK



YATARAK BAŞARIYA ULAŞAN TEK  
☺ CANLI TAVUKTUR ☺