



# VERİMLİ DERS ÇALIŞMA TEKNİKLERİ



•Derste anlaşılmayan konu, dersten sonra da soğuk gelecek, çalışılmayacak, bu şekilde konular birikecek, önünüzde büyük bir yığın olacaktır.



•Okunan bilginin % 20'si, okuduktan sonra dinlenen bilginin % 40'i, okunup dinlendikten sonra yazılan bilginin % 60'i akılda kalır.



## HAFTA İÇİ

Okul Derslerinin Tekrarı
Konulara İlişkin Test Çözümü
Paragraf Testleri
Problem Testleri
Yarınki Derslere Hazırlık
30 Dakika Kitap Okuma

## HAFTA SONU

CUMARTESİ	Her Ders İçin Haftalık Genel Tekrar ve Bol Soru Çözümü + Soru Analizleri Sonrası Eksik Olduğu Tespit Edilen Konulara Yoğunlaşılması
PAZAR	Her Ders İçin Haftalık Genel Tekrar ve Bol Soru Çözümü + Soru Analizleri Sonrası Eksik Olduğu Tespit Edilen Konulara Yoğunlaşılması
YKS deneme sınavı	



Unutmayalım,  
hiçbir zafere  
çiçekli yoldan  
gidilmez.

 osym.rehberlik

**PSİKOLOJİK DANIŞMA VE  
REHBERLİK SERVİSİ**

*Merve GÜLER*



•Verimli ders çalışma; uygun bir ortamda, önceden hazırlanmış bir plan dahilinde, belli bir amaca yönelik, doğru stratejilerin izlenip yoğunlaşarak gerçekleştirildiği çalışmadır.

•Çalışma masasının üstünde sadece ders çalışmak için gereken materyaller olmalıdır.

•Çalışma odanızın ısı normal düzeyde olmalıdır. Odanız çok sıcak ya da çok soğuk olmamalıdır.

•Ders çalışma esnasında ve molalarda ders verimini engelleyebileceği için televizyon, telefon, internet vb. dikkat dağıtıcı unsurlardan uzak kalmaya özen gösterilmelidir.

•Ders çalışırken ve molalarda müzik dinlenmemeli, dinlenecekse de sadece molalarda sözsüz müzik tercih edilmesi daha uygun olacaktır.

•Sürekli yemek yemek, sakız çiğnemek vb. dikkatinizin yoğunluğunu azaltacaktır. Bunun yanı sıra aç ve yorgun bir şekilde ders çalışmak da çalışma veriminizi olumsuz etkileyecektir.

•Gün sonunda mutlaka o gün çalışılan konular tekrar edilmelidir. O derslerle ilgili olanaklar elverdiğince bol sorular ve testler çözülmesi, sizin pratik kazanmanızda son derece önemlidir.

•Gün içinde size en zor gelen dersten en kolay derse doğru çalışmak en verimli çalışma olacaktır.

•Çalışma planı haftanın her gününü (cumartesi, pazar dahil) kapsayacak şekilde oluşturulmalıdır.



•Her gün aynı saatte derse başlamak yararlı olacaktır.

•En fazla 45-50 dakika ders çalışılmalıdır. Sonrasında 10-15 dakika mola verilmelidir.

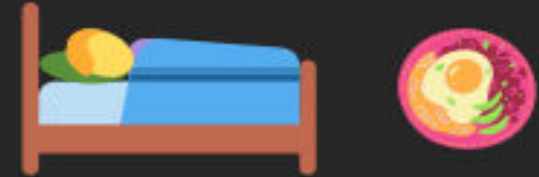
•Eğer dikkatiniz çabuk dağılıyorsa yarım saatlik sürelerle çalışılıp her yarım saatin sonunda kısa molalar verilip tekrar devam edilmelidir.

**Dönem planı:** Bir takvim alıp bunu göreceğiniz yere asıp sınav, ödev tarihi gibi önemli bilgileri takvime ekleyebilirsiniz. Bu şekilde ne yapmanız gerektiğini bilir, çalışmaların birikip üst üste gelmesini önleyebilirsiniz.

**Haftalık plan:** Hafta boyunca yapacağınız tüm çalışmaları planlamak için oluşturabilirsiniz. Esnekler. Tekrar düzenlenip değerlendirilebilir. Yapılan plan mutlaka uygulanmalıdır. Aksi takdirde yararlı olmayacaktır.

**Günlük plan:** Günlük yapılması gereken çalışmaları listeleyip bu listeyi öncelik sırasına göre numaralandırıp hangi saatlerde buna zaman ayıracağınıza göre size en uygun planlamayı oluşturabilirsiniz. Gün sonunda ise yapılan çalışmaları tüm yönüyle değerlendirip çalışmanın başarıya ulaşması için gerekli tüm önlemleri alabilirsiniz.

Herkesin bedensel, zihinsel, duygusal yapısı, ilgileri, yetenekleri birbirinden farklıdır. Bir kişinin isteyerek çalıştığı ve hemen öğrendiği bir dersi ya da konuyu başka birisi zor öğrenebilir. Diğer çabuk yorulup dikkati dağılabilir. Bu nedenle ders ya da konu için ayrılan zaman kişiden kişiye değişebilir. Sizler kendinizi en iyi tanıyorsunuz; buna göre, kendinize en uygun planlamayı yapabilirsiniz. Çalışmalarımızdan yeterince verim almak için planlama kadar uyku ile dengeli ve düzenli beslenme de önemlidir.



- Bütün dersler işlendikçe çalışılmalı, konular biriktirilmemelidir.
- Dersler tekrar edilirken anlaşılmayan konular tespit edilmeli, ertelemeyen öğretmene sorularak öğrenilmelidir.
- Yanlış yapılan veya çözülemeyen soruların doğru yanıtları da anlaşılmayan konular gibi tekrar edilmelidir.
- Sayısal bir dersin ardından sözel bir dersle devam edilebilir.
- Sözel bir dersi çalışırken anahtar kelime ve cümlelerin renkli kalemle altları çizilebilir.
  - Kesinlikle tv karşısında çalışmayalım.
  - Çalışma yerimizi değiştirmeyelim.
- Her gün mutlaka 30 dakika kitap okuyalım.
- Derse hazırlıklı katılmak çalışma verimini %100 arttıracaktır.