

### **TEKRAR YAPARAK UNUTMAYI ÖNLEYİN**

- © Öğrenilen bilgilerin % 70'i 1 saat içinde, % 80'i 24 saat içinde unutulmaktadır.
- © Unutmayı azaltan en önemli etkinlik tekrardır!
- © Özellikle uykudan önce ya da sabah kalktığınızda yapılan tekrarlar unutmayı engeller.
- © Sürekli ve belirli aralıklarla tekrar yapın.
- © Günün belirli saatlerini, ayın belirli günlerini tekrar yapmak amacıyla belirleyin.
- © Notlarınızla tekrar yaparsanız zaman kazanırsınız.
- © Bir başkasına anlatarak tekrar yapmanın da büyük yararı vardır.
- © Tekrar yaparken aynı türden dersleri bir arada çalışmanın dikkatinizi dağıtır.
- © Derste çözülmüş soruları tekrar çözmek yararlıdır.

### **BAŞARISIZ KILAN NEDİR?**

- © Motivasyon eksikliği
- © Ani dürtüleri kontrol eksikliği
- © Azimli olmamak/Sabırsızlık
- © Yetenekleri kullanmamak.
- © Düşünceleri eyleme geçirmemek
- © Sonuca yeterince odaklanmamak
- © Başlamaktan korkmak
- © Sürekli erteleme alışkanlığı
- © Başarısızlık korkusu
- © Sosyal Medya/Oyun Bağımlılığı

### **VERİMLİ DERS ÇALIŞMAYI ENGELLEYEN TUZAKLAR**

- © Gözlerinizi yapamadıklarınıza çevirmek,
- © Müzik eşliğinde çalışmak,
- © Zorlanılan derslerin dışlanması,
- © Aşırı kaygı(güvensizlik)
- © Yatarak (uzanarak) çalışmak,
- © Çalışma anında hayallere dalmak
- © Çalışmayı tamamlamadan bırakmak
- © Arkadaşlara "hayır!" diyememek
- © Televizyona takılıp kalma



### **SİZİ BAŞARIYA GÖTÜRECEK ALTIN KURALLAR**

- © Kesinlikle TV Karşısında ve/veya Cep telefonu yanınızda iken çalışmayın.
- © O gün işlenen konuları her akşam tekrar ediniz.
- © Yanlış çözdüğünüz soruyu tekrar çözünüz.
- © Dersi derste dinleyin ve dersi çok iyi dinleyin.
- © Derse hazırlıklı gelmek verimi %100 artırır.
- © Elinizden geldiği kadar çalışma odanızdan başka yerde ders çalışmayın.
- © Başarı: ders başında geçen süreye değil, planlı çalışma ve etkili tekrara bağlıdır.
- © Kahvaltı öğleye kadar ki derslerde sizi dinç tutar.
- © Uykunuzu Almanız Dersleri Daha İyi Anlamanızı Sağlar...

## **Verimli Çalışma** **Teknikleri**



## VERİMLİ DERS ÇALIŞMA YOLLARI NELER ?



### AMACIMIZ OLMALI

- © Kendinize açık, net, belirleyici bir hedef belirleyin.
- © Şu Mesleği Yapmak İstiyorum, Bunun İçin de şu Liselerden Birine Girmek İstiyorum Şeklinde...

### PLAN YAPMALIYIZ

Plan demek:

- © "Nasıl",
- © "Ne zaman" ve
- © "Nerede"
- © "Ne Kadar" çalışacağınıza karar vermek

### ÖĞRENME ORANIMIZI YÜKSELTMEK VE UNUTMANIN ÖNÜNE

#### GEÇMEK İÇİN;

- © Sadece derste dinlersek %20
- © Önceden hazırlık yapıp dersi dinlersek %40
- © Dersten sonra soru çözüp uygulama yaparsak %60
- © Tüm bunları yapıp, bir başkasına anlatırsak %80
- © Düzenli tekrar ve soru çözerek %90  
Öğrenme gerçekleştirebiliriz.

### NE KADAR ÇALIŞMALIYIZ ?

30'+10'+10'

- © 30 dakika ders çalıştıktan sonra
- © 10 dakika çalıştığınız konuları gözden geçirmelisiniz
- © Her çalışma süresinden sonra da 10 dakikalık bir dinlenme arası vermelisiniz.
- © Birbirine benzeyen dersler üst üste çalışılmamalıdır.

### DERSİ DERSTE ANLAMAK

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

### NOT TUTUN

- © Okunan bilginin %20'si, okuduktan sonra dinlenen bilginin %40'ı, okunup dinlendikten sonra yazılan bilginin %60'ı akılda kalır.
- © Bilgiyi saklayıp ilerde anımsamanın en etkili yolu not almak, daha sonra bu bilgileri tekrarlamaktır.
- © Not alıp derse katılan öğrencinin dikkati dağılmaz.
- © Not tutmada en önemli ilke, anlatılanları bire bir yazmak değil, önemli kısımları, ana düşünceleri dinleyen kendi cümleleriyle yazmasıdır.



**VERİMLİ DERS ÇALIŞMA;  
ZAMANI ETKİLİ VE VERİMLİ KULLA-  
NARAK PLAN DAHİLİNDE HEDEFİMİ-  
Zİ GERÇEKLEŞTİRMEKTİR.**