

## Daha verimli öğrenme için;

Derse hazırlıklı girin. Okunması gereken kısımları okumuş, başlıklara, çizimlere göz atmış olun. Dikkatli dinleyin.

Her anınızı planlayamazsınız ama kendinize örnek ve yol gösterici çalışma planı hazırlayın.

Odaklanmayı sürdürmek için öğretmeni görebileceğiniz bir yere oturun.



Defter ya da notlarınızın solunda anahtar sözcükleri kodlayın, sorularınızı ya da daha sonraki notlarınızı yazmak için biraz boşluk bırakın.

### **TEKRAR VE KODLAMAYI UNUTMAYIN!**

Okunaklı yazmaya çalışın. Örnekleri not alın. Notlarınızı dersten sonra düzenleyin, özet çıkarın. Ancak notları temize geçirmek vakit kaybıdır.

Kısaltmalar ve çeşitli işaretler (maddeleme, paragraf, neden-sonuç ilişkisi vb.) kullanın.

Arkadaşlarınızla karşılaştırmalar yapın.

### **UZUN SAATLER DERS ÇALIŞMAK DEMEK DAHA İYİ ANLAMAK YA DA VERİMLİ ÇALIŞMAK DEMEK DEĞİLDİR!**

Öğrendiklerinizi pekiştirmek için dersten sonraki 24 saat içinde tekrar edin.

Tekrar sırasında aldığınız notların altını çizerek, gerekli bilgileri ekleyerek, aklınıza takılan soruları cevaplayarak notlarınızı gözden geçirin.

Çalışacağınız konuyu alt başlıklara ayırın. Çalışmaya her oturuşunuzda en azından bir basamağı tamamlayın.

## Dikkatinizin dağılmasını engelleyebilmek için;

Odaklanma ya da dikkati toplama, zihinsel enerjinizi istediğiniz bir şeye verebilmenizdir. Kişilere ve konulara göre farklılaşabilse de bu beceri herkeste vardır. Dikkat şu yöntemler kullanılarak zamanla geliştirilebilir:

- Çalışma ortamınızda dikkat dağıtıcı etmenler göz önünde olmamalı.
- Ders çalışırken illa masa başında oturmaya gerek yoktur. Size odaklanmayı zorlaştırmayan ortamlar ders çalışmak için seçilebilir.
- Özellikle telefon, tablet ve bilgisayar gibi merak uyandıran cihazlar çalışma odanızın dışında olmalıdır.

### **UNUTMA!**

#### **Her çocuğun dikkat süresi ve öğrenme yöntemi farklıdır.**

- Çalışırken dikkat sürenizi göz önünde bulundurarak ders çalışma süresi+mola belirleyin.
- Molalarda sizi yoracak bilgisayar oyunları, televizyon ve oyunlar oynamayın.
- Ders sırasında ya da ders çalışırken etkin olun. Söylenen şeyleri dinlemeyi amaçlayın, zihninizi canlı tutun, notlar alın. Konuşanın sesine, hareketlerine, konuşma hızına, tekrar edilen konulara, bağlantılara dikkat edin. Özet çıkarın, öğretmene ve kendinize sorular sorun.

Not: Boğaziçi Üniversitesi ÖPDRM'nin Verimli Ders Çalışma yazısından faydalanılmıştır.



T.C.

ÜMRANIYE KAYMAKAMLIĞI

ŞEHİT KÖKSAL KARMİL

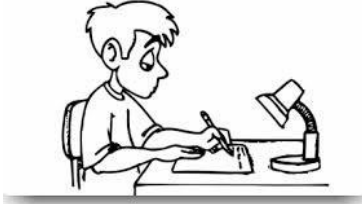
ORTAOKULU

**VERİMLİ DERS  
ÇALIŞMA  
YÖNTEMLERİ**

REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMA  
SERVİSİ

## Verimli Ders Çalışma Nedir?

Verimli ders çalışma, uygun ortam oluşturarak, planlı, programlı ve amaca yönelik çalışmaktır.



Ders çalışırken de, zamanınızı planlarken de kendinizi

tanımanız, nasıl daha iyi öğrenebildiğinizi bulmanız çok önemlidir.

Örneğin,

- ◆ Tek başınıza mı yoksa grupla birlikteymi mi daha iyi anlıyorsunuz?
- ◆ Sınıfta dersi dinlemek size yetiyor mu, yoksa sonradan özet çıkarmanız mı gerekiyor?

Bu sorulara verdiğiniz yanıtların doğrusu ya da yanlışı yoktur, onlar öğrenme alışkanlıklarınızı gösterir. Öğrenmede önemli olan bilgiyi kendiniz için anlamlı kılmaktır. Bu süreçte ilgi çok önemlidir ve her derse aynı ilgiyi duymanız beklenemez.

## OYUN VE DERSLERİN İÇİN YETERLİ VAKTİN VAR.

### “ÇOK ÇALIŞIYORUM AMA BAŞARILI OLAMIYORUM!”

Bilgiyi öğrenme şeklinizi başarınızı etkileyebilir. Örneğin, çok çalışıyorum ama bu çabam notlarıma yansımıyor diyorsanız bunun bir nedeni öğrenme düzeyi olabilir. Öğrenme sürecinde bilgileri derin ve yüzeysel olmak üzere iki şekilde öğreniriz;

⇒ Yüzeysel öğrenmede, gerekli ve gereksiz bilgi karışık parçalar halindedir, ezberlenmiştir. Aralarındaki bağın öğrenilmediği bu bilgi parçacıkları kullanılamaz. Sınavda çıkar düşüncesiyle belirli bir konuyu çalışıp, özü kavrayamamak bu yüzdendir.

⇒ Derinlemesine öğrenmede ise genel kavramlar ve bütünsel resim öğrenilir.

Ders çalışmamanın herkes için çeşitli nedenleri olabilir. Bazıları zamanını iyi değerlendiremez, bazıları odaklanıp dersi dinleyemez, bazıları dinlerken not almada zorlanabilir, bazıları ise çok çalışır ancak duyduğu yüksek kaygıdan bilgisini gösteremez.

### Çalışmayı engelleyen diğer nedenler de aşağıdaki gibi olabilir;

#### ⇒ Yapılacakları Erteme

Ödevleri ve çalışılacak konuları ertelemek, konuları yetiştiremem kaygısına neden olabilir. Ertelemenin avantajı şu şekilde olabilir: “Eğer son anda birkaç saat

çalışmakla bu notu alabildiysem daha çok çalıştığım da çok daha yüksek bir not alabilirim.” Bu, bize istenmeyen sonuç için önceden hazırlanmış bir bahane gibidir.

#### ⇒ Başarısızlık Korkusu

“Ya başaramazsam” düşüncesiyle kafamızda kurguladığımız kötü senaryolar çoğu zaman bizi sızıntıya sürükleyebilir.

#### ⇒ Mükemmeliyetçilik

Kendimizin ya da başkasının kafamızda yarattığı kalıba kendimizi

uydurmaya çalışmamız, öğrenmenin önündeki engellerden biri olan kaygıya neden olabilir. Notlar her zaman bilgiyi ölçemeyebilir. Çünkü stres ve kaygı bilginin hatırlanmasını engeller.

#### ⇒ Nereden başlayacağını bilememek

En çok duyulan yakınmalardan bir de şudur: “Çalışmam gereken o kadar çok şey var ki hangisinden başlayacağımı bilmiyorum.” İşe küçük ama ulaşılabilir hedefler koymakla başlamak sizi rahatlatacaktır.

#### ⇒ Bilgi eksikliği

#### ⇒ Hedefsizlik

#### ⇒ Özel zevklerden vazgeçememe (oyun vs.)

