

01 Planlı Çalışın

03 Tekrar Yapın

04 Kitap okuyun

06 Test Çözün

02 Konuyu İyi Öğrenin

05 Farklı Yöntemler Kullanın

TEKRAR ÖNEMLİ !

ÖĞRENİLEN BİLGİLERİN 70'İ 1 SAAT İÇİNDE, 80'İ 24 SAAT İÇİNDE UNUTULMAKTADIR. SÜREKLİ VE BELİRLİ ARALIKLARLA TEKRAR YAPIN. ÖZELLİKLE UYKUDAN ÖNCE YAPILAN TEKRARLAR UNUTMAYI ENGELLER. O GÜN ÇALIŞTIĞINIZ DERSLERİ UYUMADAN ÖNCE TEKRAR EDİN. BİLGİNİN DAHA KALICI OLMASI İÇİN SABAH KALKTIĞINIZDA DA TEKRAR YAPABİLİRSİNİZ.

NOT TUTMA

OKUNAN BİLGİNİN 20'Sİ, OKUDUKTAN SONRA DİNLENEN BİLGİNİN 40'I, OKUNUP DİNLENDİKTEN SONRA YAZILAN BİLGİNİN 60'I AKILDA KALIR. BİLGİYİ SAKLAMANIN VE İLERDE ANIMSAMANIN EN ETKİLİ YOLU NOT ALMAK, DAHA SONRA BU BİLGİLERİ TEKRARLAMAKTIR.



ÖNCELİKLE BU SORULARI CEVAPLAMALISIN !

- 1-TİPİK BİR GÜNÜN NASIL GEÇER?
- 2-HANGİ GÜNLER HANGİ DERSLERİN VAR?
- 3-EN BAŞARILI OLDUĞUN DERS HANGİSİ?
- 4-EN BAŞARISIZ OLDUĞUNU DÜŞÜNDÜĞÜN DERS HANGİSİ?
- 5-DİNLENMEK İÇİN NELER YAPARSIN?
- 6-YAPMAKTAN HOŞLANDIĞIN AKTİVİTELER NELER?
- 7-KİTAP OKUMAK İÇİN KENDİNE VAKİT AYIRIR MİSİN?

ERTELEMEK

BAŞARI

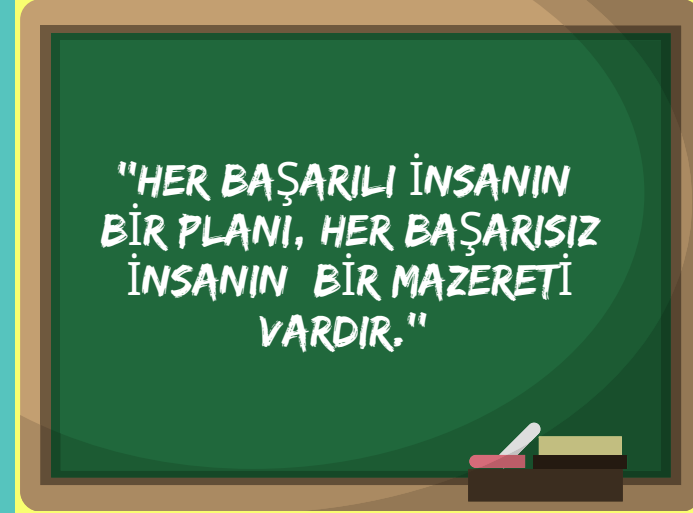
TEMBELLİK

BAŞARIMAK İSTİYORSAN GİDECEĞİN YOLU İYİ SEÇMELİSİN

GÖKÇEBEY ORTAOKULU PSİKOLOJİK DANIŞMA VE REHBERLİK SERVİSİ

VERİMLİ DERS ÇALIŞALIM AMA NASIL?

"HER BAŞARILI İNSANIN BİR PLANI, HER BAŞARISIZ İNSANIN BİR MAZERETİ VARDIR."



VERİMLİ DERS ÇALIŞMA TEKNİKLERİ

- DERSİNİZ BİTMEDEN ÇALIŞMA İSTEĞİNİZ AZALMIŞSA ÇALIŞMANIZA HEMEN ARA VERMEYİN. "5 SAYFA DAHA ÇALIŞACAĞIM" DEYİN.
- KONULARI BİRİKTİRMEYEN ÇALIŞIN Kİ BIKKINLIK VERİCİ OLMASIN.
- ÖNEMLİ YERLERİN ALTINI ÇİZMENİZ DİKKATİNİZİ ARTTIRACAK VE KONUNUN HATIRLANMASINI KOLAYLAŞTIRACAKTIR.
- DERSTE GÖRÜLECEK KONUYA GÖZ ATMAK, BEYİNİZİN O KONUYA HAZIR OLMASINI SAĞLAYACAKTIR.
- ÖĞRENCİ DİKKATİ DAĞITICI ETKENLERİN OLMADIĞI BİR ORTAMDA ÇALIŞMALI.
- DERS ÇALIŞMAYA BAŞLAMADAN ÖNCE KONUYU 5 - 10 DAKİKADA HIZLI BİR ŞEKİLDE GÖZDEN GEÇİRİN.
- DERSE KARŞI İLGİNİZİ ARTTIRMAK İÇİN OKUDUĞUNUZ KONU İLE KENDİNİZE "BURADAN NASIL BİR SORU GELİR", "BUNU ÖĞRENMEK BANA NE KAZANDIRIR" GİBİ SORULAR SORUN.
- ÖĞRENDİĞİNİZ BİLGİLERİ TEKRAR ETMENİZ BİLGİNİN UZUN SÜRELİ HAFIZANIZDA KALMASINI SAĞLAYACAKTIR.
- ÇALIŞMA PLANINIZDAN ASLA TAVİZ VERMEYİN. BİR DEFA EĞLENSEM NE OLUR DEMEYİN. ALIŞKANLIK HALİNE DÖNÜŞÜP ÇALIŞMALARINIZI AKSATABİLİR.
 - BEYİNİZİN HER İKİ LOBUNU ELVERİŞLİ KULLANABİLMEMİZ ADINA BİR SAYISAL BİR SÖZEL ŞEKLİNDE YERLEŞTİRME YAPMANIZ BEYİN DİNLENMESİNİ VE VERİMLİ KULLANILMASINI SAĞLAMAYA YARDIMCI OLACAKTIR.
- MÜFREDATTAKİ KONU DAĞILIMINA DİKKAT EDİN. HANGİ KONUYU NE KADAR SÜREDE BİTİREBİLECEĞİNİZE KARAR VERİN. BAZI KONULAR OLDUKÇA ZAMAN ALIRKEN BAZI KONULAR KISA SÜREDE BİTEBİLİR.
 - GÜNLÜK PROGRAMINIZDA KİTAP OKUMA ALIŞKANLIĞINIZA GÖRE MUHAKKAK BİR KİTAP OKUMA SÜRESİ KOYMANIZDA FAYDA VAR
- HANGİ BÖLÜM TERCİH EDERSENİZ EDİN MUHAKKAK Kİ HER GÜNE PARAGRAF SORUSU KOYMAYI İHMAL ETMEYİN..

**UNUTMA !
ÇALIŞMADAN EMEK
HARCAMADAN
GELİNEREK NOKTA
BAŞARI SAYILMAZ,
KOLAY
KAZANILAN, KOLAY
KAYBEDİLİR..**

SEVGİLİ ÖĞRENCİLER

KENDİNİZE GÜVENİN, "ZAFERE ÇİÇEKLİ YOLLARDAN GİDİLMEYECEĞİNİ", DOLAYISIYLA KARŞINIZA BİRTAKIM ENGELLERİN ÇIKABİLECEĞİNİ UNUTMAYIN.

SADECE İSTEMEK YETMEZ, HER İNSAN BAŞARILI OLMAYI, HEDEFLERİNE ULAŞMAYI İSTER ANCAK TER DÖKMEYEN, BEDEL ÖDEMEDEN HİÇBİR BAŞARIYA VE HEDEFE ULAŞILMAZ.

DERS ÇALIŞMANIZI ZORLAŞTIRAN BAZI ETKENLER OLABİLİR. ÖRNEĞİN EVİNİZ KALABALIK OLABİLİR, KÜÇÜK KARDEŞİNİZ RAHATSIZ EDİYOR OLABİLİR, ANNE-BABANIZA YARDIM ETMENİZ GEREKEBİLİR VEYA DERS ÇALIŞABİLECEĞİNİZ AYRI BİR ODA OLMAYABİLİR BÖYLE DURUMLARDA AİLENİZLE UYGUN BİR DİLDE KONUŞUN VE BU OLUMSUZLUKLARIN BAŞARINIZI ETKİLEDİĞİNİ BELİRTİN. HALA EVDE DERS ÇALIŞMAKTA ZORLANIYORSANIZ ÇALIŞMAK İÇİN EVİN EN MÜSAİT OLDUĞU ZAMANLARI BELİRLEYİN VE O SAATLERDE ÇALIŞIN.

YAŞADIĞINIZ ZORLUKLARI ARKADAŞLARINIZLA VE ÖĞRETMENLERİNİZLE PAYLAŞMaktan ÇEKİNMEYİN. UNUTMAYIN Kİ OKUL ORTAMINDA SİZİ EN BAŞTA ANLAMASI GEREKENLER ÖĞRETMENLERDİR, BU NEDENLE ÖĞRETMENLERİNİZLE SIKINTILARINIZI PAYLAŞIN.

YALNIZ OLDUĞUNUZA, KİMSENİN SİZİ ANLAMADIĞINA KARAR VERMEDEN ÖNCE OKULUMUZUN PSİKOLOJİK DANIŞMA VE REHBERLİK SERVİSİ'NİN SİZLER İÇİN OLDUĞUNU UNUTMAYIN