



2021-2022 EĞİTİM ÖĞRETİM YILI

VERİMLİ DERS ÇALIŞMA TEKNİKLERİ

BROŞÜRÜ



HAZIRLAYAN:

ELİF KORAL

Matematik Öğretmeni

8-A Sınıf Şube Rehber Öğretmeni

Nisan 2022

SINAVI DÜŞÜNÜNCE NE HİSSEDİYORSUN?



KAYGI



HEYECAN



BELIRSİZLİK



PIŞMANLIK



MUTLULUK



HÜZÜN

Hayal kurmaktan vazgeçme



Temiz bir kağıda iki paragraf olacak şekilde
Arzu ettiğiniz geleceğin hikayesini yazın.

Gelecekte yapmakta olduğunuz şeyi, yaşadığınız yeri, ve
sahip olduklarınızı yazın. Bu sizi hem şimdi hem de
gelecekte motive edecektir.

"Nasıl ders çalışmalıyım?"
sorusunu cevaplamadan önce,

"Niçin ders çalışmalıyım?"
sorusunun cevabını bulmalısın.

Bir hedef olsun!

Hedef

Kendinize güvenin

Belirlerken

Gerçekçi olun

AŞAMALARA AYIRIN

BAŞARIYI HAYAL edin

Kendinize
sorun



- Ne istiyorum,,özel AMACIM ne?
- Bu AMACIMA, isteğime ULAŞMAK için ne YAPIYORUM?
- YAPTIĞIM bu DAVRANIŞ beni BAŞARIYA götürüyor mu?
 - AMACIMA ULAŞMAK için bu DAVRANIŞIMI NASIL değiştirerek geliştirebilirim?



ZAMANIN KIYMETİNİ

BİL

KENDİNİ

BİL

ALİŞKANLIKLARINIZI, rutinlerinizi
belirleyin ve günde ne KADAR
sürenizi ALDIĞINI ORTAYA koyun.

HANGİ SAATTE zinde
hissediyorsunuz,
HANGİ SAATTE düşük
hissediyorsunuz bilin.
Zor işleri kendinizi iyi
hissettiğiniz ZAMANDA YAPIN!



DÜZENİNİ

KUR

Ders çalışmalarını mutlaka belli bir yerde
sakin ortamda bir MASA üzerinde yapılmalıdır.

ÇALIŞMAYA BAŞLAMADAN önce
ÇALIŞACAĞINIZ ORTAMI HAVALANDIRIN.

MASANIZDA SADECE o AN
ÇALIŞACAĞINIZ KAYNAKLAR OLMALIDIR.

SICAKLIK ve IŞIK ÇALIŞMAYA engel
OLMAYACAK şekilde OLMALIDIR.



TEKRAR

YAP



Öğrenilen bilgilerin %70'i 1 SAAT
içinde, %80'i 24 SAAT içinde
UNUTULMAKTADIR.

Özellikle sabah kalktığınızda yapılan
tekrarlar unutmayı engeller.

Sürekli ve belli ARALIKLARLA
TEKRAR YAPIN.

HAFTANIN belirli SAATLERİNİ, AYIN
belirli günlerini TEKRAR YAPMAK AMACIYLA belirleyin



YEME-İÇME



EBA DERS
TAKİBİ



DERS ÇALIŞMA
- KONU
TEKRARI

GÜNÜNÜ

PLANLA



DİNLENME



DİZİ-FİLM



AİLE



UYKU



HOBİLER



Ara vermeden yapılan uzun çalışmalar ya da
uzun dinlenmeli kısa çalışmalar verimsiz olur. 40-
50 dakikalık çalışma sonunda 5-10 dakika ara
vererek derse devam etmek en uygundur.



Aynı tür çalışma gerektiren dersleri art arda
çalışmayın. Örneğin problem çözme gerektiren
bir dersin arkasına okuma, anlatma, yazma
gerektiren derslerin gelmesi uygun olur.



Zor dersleri en rahat anlayabileceğiniz saatlere
yerleştirin. Araştırmalar, en verimli çalışma
saatlerinin sabahın erken saatleri olduğunu
ortaya koymakla birlikte, verimli çalışma saatleri
öğrenciden öğrenciyeye değişir.



BESLENME VE UYKU
DÜZENİNE

DİKKAT ET



Uzun KONULARI
küçük PARÇALARA
bölerek ÇALIŞ

ÇALIŞMA ORTAMINA
dersle ilgili HATIRLATICI
NOTLAR AS.

ZAMANI verimli
KULLANMAK için
KISA, ORTA ve uzun
dönemli hedefler
belirle.

HATIRLAMAYI KOLAYLAŞTIRMAK
için şekil (ŞEMA, GRAFİK,
TABLO) çizerek ÇALIŞ.

Ders ÇALIŞIRKEN AYNI
ZAMANDA BAŞKA bir işle
(TV izlemek, müzik
dinlemek, TELEFONLA
KONUŞMAK vb.)
UĞRAŞMAMAYA DİKKAT et.

ANLAMADIĞIN KONULARDA
soru SORARAK, eksik
bulduğun yerleri
TAMAMLAYARAK derse KATIL.

Öğretmenin özellikle
üzerinde durduğu
NOKTALARA DİKKAT et.

Öğrendiklerini,
UYUMADAN önce ve
SABAH KALKINCA hızlı bir
şekilde gözden geçir.

ÇALIŞMA PLANI YAPARKEN
NASIL, ne ZAMAN ve nerede
ÇALIŞACAĞINA KARAR ver.