

Etkili ve verimli ders çalışma bir öğrenciyi başarıya götürecek en önemli faktörlerden biridir. Her öğrencinin bireysel farklılıkları göz önüne alındığında çalışma yöntemleri de farklılık gösterecektir.

Planlı Çalışın

Verimli çalışmanın en temel yolu öğrencinin kendine uygun bir çalışma planı hazırlamasıdır. Her öğrencinin dersleri anlama düzeyi gün içindeki zamanlarda değişiklik gösterir. Ayrıca öğrencinin kendi potansiyeline ve öğrenme hızına uygun çalışma planı hazırlaması gerekir.

Çalışma planı, zamanı daha verimli kullanmanızı sağlar. Belirsizliği ortadan kaldırarak tek yönlü (sadece test çözmek ve sevdiğiniz derse çalışmak gibi) çalışmanızı engeller. Çalışmayı erteleme sorununa da en iyi çözümdür.

Tekrar Yapın

Yeni öğrendiğimiz bilgiler kısa süreli hafızamıza kaydedilir. Ancak tekrar ettiğimiz ve zihnimizdeki diğer bilgilerle bağ kurabildiklerimiz uzun süreli hafızaya aktarılır.

Tekrar etmediğiniz bilgiler kısa süre içinde unutulacaktır.

Amacımız unutmayı en aza indirmek olmalıdır. Bu nedenle günlük, haftalık ve aylık tekrarlar yapmalısınız.

Çalışma Ortamını Düzenleyin

Beynimiz birçok konuda mükemmel olmasına rağmen aynı anda iki şeye odaklanmakta zorlanır. Bu nedenle ders çalışırken dikkatimizi dağıtacak koşullardan kaçınmalıyız.

Ders çalışırken TV izlemek, telefonla oynamak ve müzik dinlemek (müzik ile daha iyi öğrendiğini düşünenler sayısal derslerde sözsüz müzik dinleyebilir) dikkatimizi dağıtacak ve öğrenmeyi olumsuz etkileyecektir.

Ders çalışırken telefonunuzu yanınıza almamanız faydalı olacaktır.

Çalışma Süresini Belirleyin

Çalışma süreniz ne çok kısa, ne de çok uzun olmalıdır.

Çalışırken 40-45 dakikada bir 15 dakika ara verilmelidir.

Dinlenmeden çok uzun süre çalışmanız verimli olmayacaktır. Çünkü ara vermek hem odaklanma gücünü artırır hem de öğrenilen bilgileri sindirmenizi sağlar.

Çalışırken derse odaklanmanız gerektiği gibi ara verdiğinizde de sadece dinlenmeye odaklanın. Günlük ne kadar çalışılması gerektiği ise ihtiyaca göre farklılık gösterecektir. Okuduğunuz sınıf, öğrenme hızınız ve seviyeniz gibi etkenleri değerlendirerek günlük çalışma saatinizi belirlemelisiniz.

Hangi Ders?

Çok uzun süre aynı derse ve aynı ders türlerine çalışmayın. Bu hem yorulmanıza hem de sıkılmanıza neden olur.

Bir sözel bir sayısal ders çalışmanız daha verimli olacaktır.

Öğrenmeyi Öğrenmek...

Çalışırken ne kadar duyurunuzu kullanırsanız unutma o kadar az olur. Sadece okuyarak ya da test çözümlerle çalışmak öğrenmenizi zorlaştıracaktır.

Farklı çalışma yöntemleri kullanmalısınız. Örnek bazı yöntemler;

- Konuyu kendinize anlatın,
- Yazarak çalışın, özet çıkarın,
- Renkli kalemler kullanarak zihin haritaları hazırlayın.
- Hayalinizde canlandırın (Ör; Bir savaş sahnesini).
- Önceki öğrendiğiniz konular ile bağlantı kurmaya çalışın...

Yapılan bir araştırmaya göre;

Okuduklarımızın 10% unu,

İşittiklerimizin 26% sını,

Gördüklerimizin 30% unu,

Görüp işittiklerimizin %50 sini,

Söylediklerimizin 70% ini,

Yaptığımız şey konusunda söylediklerimizin 90% ını

aklımızda tutuyoruz.



Başarının ilk şartı DERSİ iyi dinlemektir.



"Ne istiyorum"un karşılığı "ne fedakarlıkta bulunacağım"dır.



"Azim, on dokuz defa kaybedip yirminci de başarıya ulaşmaktır."

Hedef Belirleyin

Hedefinizin olması ve hedeflerinizi gerçekleştirmek için plan yapmak, sizi istediğiniz başarıya götürecektir. Yapılan araştırmalar *başarıyı yakalayan kişilerin net ve açık hedeflerinin olduğunu desteklemektedir.*

Rastgele çalışmak yerine bu çalışmanın bir şey için gerekli ve değerli olduğunu bilerek çalışmak insanı daha fazla motive eder. Hedef belirlerken ulaşılabilir ve motive edici olmasına dikkat etmelisiniz. Hedefler kesin ve net olmalıdır. *Bu hedef sizi rahatlık bölgesinden çıkaracak kadar etkili olmalı ama başarıma ümidinizi kırarak kadar ulaşılmaz olmamalıdır.*

Motive Olun

Ders çalışmak gibi zor bir faaliyete başlamak ve sürdürmek için yüksek motivasyon gerekir. Ders çalışmaya olumsuz düşüncelerle (dersin zor olduğu, anlamadığınız, dersin gereksiz olduğu, dersi sevmediğiniz vb) başlarsanız motivasyonunuz düşer, çalışmayı sürdürmekte ve konuyu öğrenmekte zorlanırsınız.

Motive olmak için;

*Derse başlarken konunun önemi, günlük hayatta neden önemli olduğu gibi konularda minik bir araştırma yaparak merak duygunuzu harekete geçirebilirsiniz.

*Derse ilgili kendinize hedefler belirleyip hedefe ulaştığınızda kendinizi ödüllendirebilirsiniz. (2 saat ders çalışırsam akşam maç izleyeceğim gibi.)

SÜRECE ODAKLANIN, SONUCA DEĞİL!

Bir işe başladığınız andan itibaren elde edeceğiniz sonuçlara odaklanırsanız motivasyonunuza oldukça zarar verirsiniz.

Beynimiz olumsuz düşünmeye eğilimlidir ve bu durum sınavlarda da geçerlidir. Sonucu düşündükçe aklınıza başarısızlık fikirleri takılmaya başlar. Sürekli olarak sınavda yapamayacağımız, düşük not alacağımız, istediğimiz okulu kazanamayacağımız, hatta sınavda kaydırma yapacağımız gibi bir sürü olumsuz düşünce aklımıza gelir. Bu düşünceler yoğun olduğunda motivasyonunuzu, öğrenme seviyenizi düşürür, hatta sınav kaygısına neden olur.

UNUTMAYIN; sonuçları asla %100 kontrol etme şansımız yoktur.

Bu nedenle sürece odaklanmalıyız. Çünkü süreç (çoğunlukla) bizim kontrolümüzdedir.

Ne kadar ders çalışacağınızın, nasıl ders çalışacağınızın seçimi size aittir.

Nasıl Verimli Çalışılır?

