

VERİMLİ ÇALIŞMA



ESRA ŞAHİN GÜNENÇ
REHBER ÖĞRETMEN

Nedir verimli çalışmak?



Verimli çalışmak, bir amaç doğrultusunda planlı programlı çalışmaktır.

Verimli çalışmak demek sürekli ders çalışmak demek değildir.



BAŞARI ŞANS DEĞİLDİR! BAŞARILI OLMAK İÇİN;

ÇOK
ÇALIŞMAK
DEĞİL

ETKİLİ
ÇALIŞMAK
GEREKİR



VERİMLİ ÇALIŞABİLMEK İÇİN
ÖNCE...

► **BİR HEDEFİNİZ OLMALI**

► Rotası
(Yönü) belli
olmayan
gemiye
hiçbir
rüzgar
fayda
etmez.



Hedef: Ulaşılabilir ve somut olmalı

► UZUN VADELİ HEDEFLER

***Doktor olacağım

***Öğretmen olacağım

***Mimar olacağım



► KISA VADELİ HEDEFLER

***Tarih sınavından notumu yükselteceğim

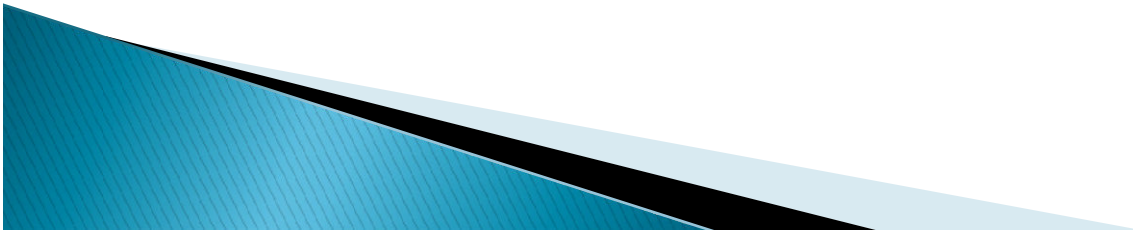
***Matematikten konu eksiklerimi 1 ay içinde bitireceğim.

HEDEFİ BELİRLEDİKTEN SONRA

Her şeyden önce kendinize güven duyun.

"Yetersiz olduğum için başarılı olamam" gibi düşüncelerle değerlendirmelere gitmeden "**Başarılı olacağım**" ilkesini edinin.

Unutmayın ki
kendine güven
başarının temel anahtarıdır.



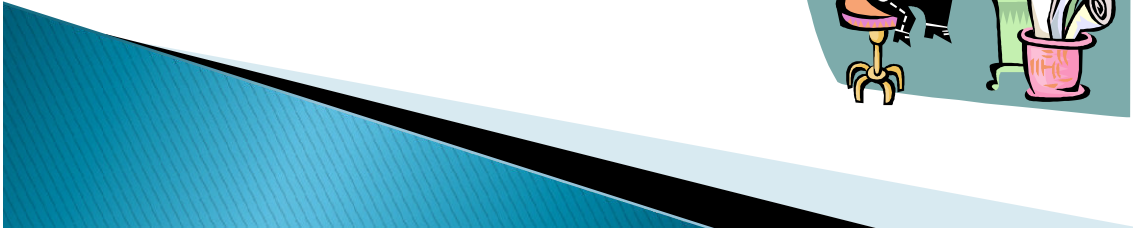
- ▶ İNANDIĞINIZ ZAMAN **AKLINIZ** O ŞEYİ YAPMANIN YOLUNU BULUR.

BİR ŞEYİN YAPILABİLECEĞİNE İNANMIYORSANIZ BEYNİNİZ BUNU İSPAT ETMEK İÇİN ÇALIŞIR.

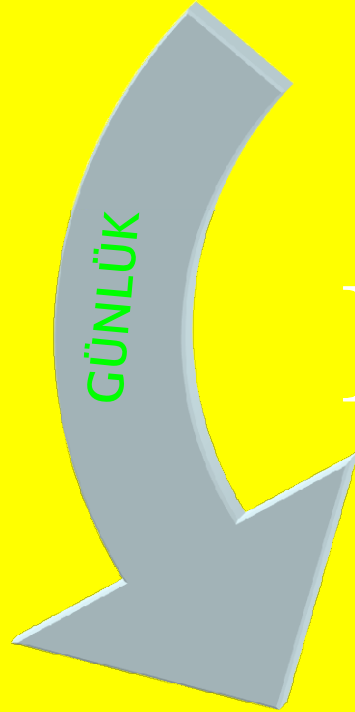
BİR ŞEYİN YAPILABİLECEĞİNE GERÇEKTEN İNANDIĞINIZDA **AKLINIZ** ONU YAPMAK ÜZERE ÇÖZÜMLER BULMANIZA YARDIM ETMEK İÇİN ÇALIŞMAYA BAŞLAR.

UNUTMAYIN

- ▶ İÇİ BOŞ GÜVEN DUYGUSU SİZ HÜSRANA UĞRATIR.
- ▶ SADECE KENDİNİZE GÜVENMEK YETMEZ, EMEK VERMEDEN İSTEDİĞİNİZ SONUCA ULAŞMANIZ MÜMKÜN OLMAZ...



PLANLI YAŞAM

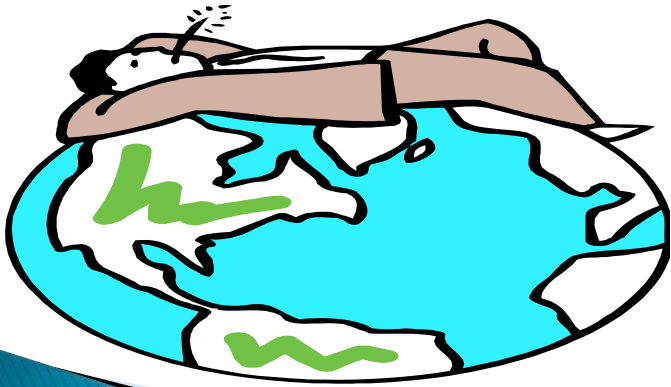


PLAN



Öğrenmeye hazırlık

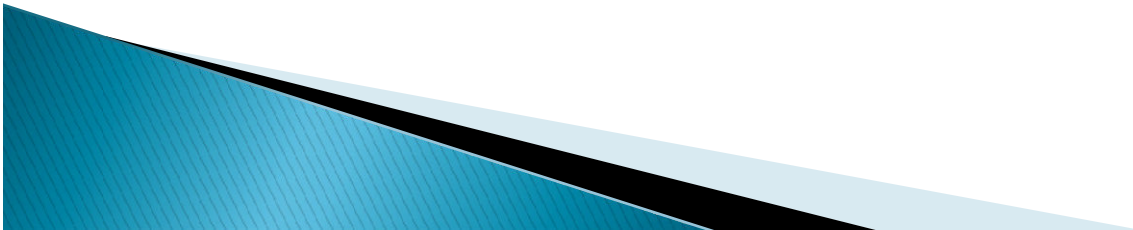
- Beden Duruşunuzu Düzeltme
- Düzenli Beslenme ve Uyku
- Sağlığa dikkat
- Stresten uzaklaşma



En verimli ders
MASA BAŞINDA
çalışılır.

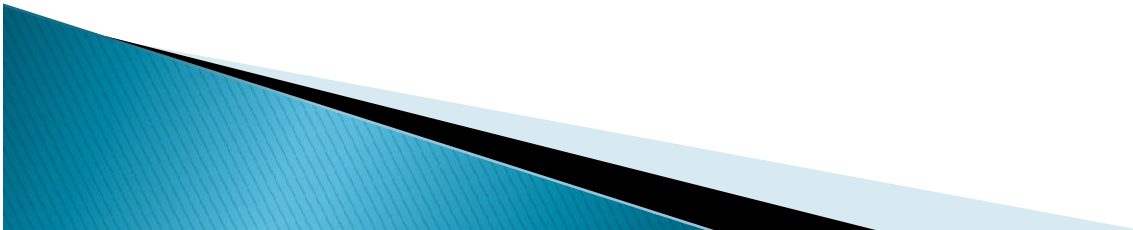
Verimli Ders Çalışma

- ▶ Ön hazırlık
- ▶ Etkin dinleme
- ▶ Not tutma
- ▶ Soru Sorma
- ▶ Tekrar Etme
- ▶ Zamanı programlama



PROGRAMLI ÇALIŞMANIN AVANTAJLARI

- *Her işe daha rahat zaman ayırmanızı sağlar
- *Her derse zaman ayırma, öğrencide güven oluşturur.
- *Günü gününe çalışma panik duygusunu azaltır
- * Çalışma verimini yükseltir.
- *Öğrenilecek konuyu uzun zamana yayarak daha kalıcı ve etkili olmasını sağlar.
- *Bilinçli bir plan yapmanız derse daha kolay motive olmanızı sağlar.



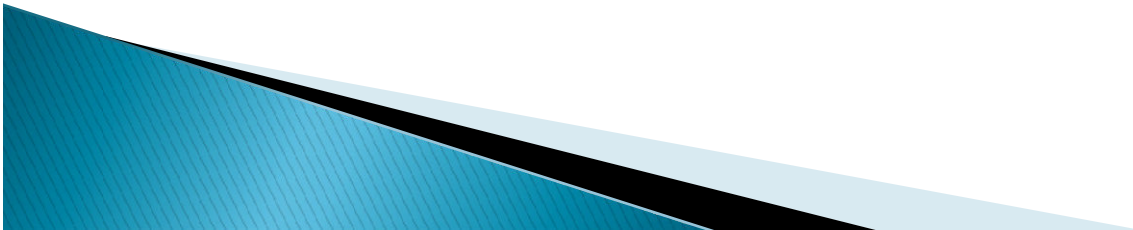
**NASIL BİR ZAMANLAMA,
DERS ÇALIŞIRKEN
SİZE EN YÜKSEK VERİMİ SAĞLAR?**

$$40' + 10' + 10' = 60'$$

Çalışma

Tekrar

Dinlenme





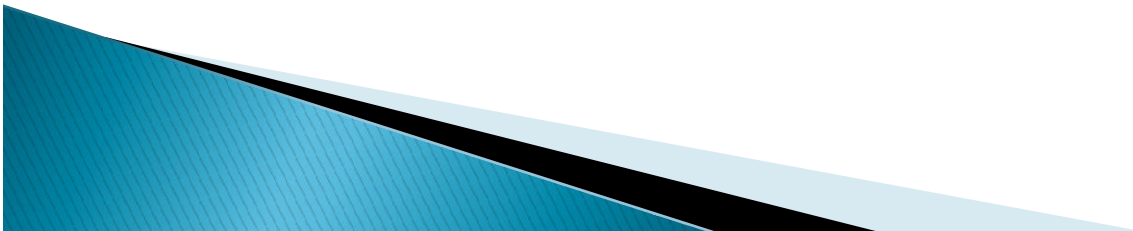
KEŞKE!!!

**dememek için
zamanınızı iyi
değerlendirin.**

Kendime nasıl çalışma programı hazırlarım?

1. **KONU TEKRARI** (Yazarak- not alarak tekrar)
2. Çözümlü Örnek sorular (tek tek çözülecek)
3. Konu ile ilgili test çözümü

**TEKRAR YAPMADAN
ÖĞRENEMEZSİNİZ!!!!**



- ▶ Planlı çalışmayı ilke edinin.

Planlı çalışma zekayı kullanabilme yeteneğidir.

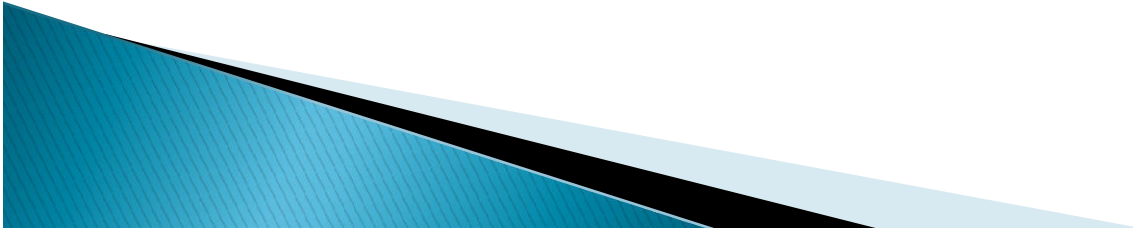
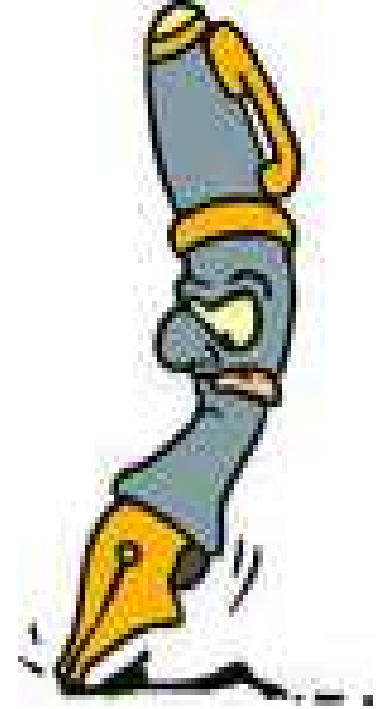
Özdenetimin / iç disiplinin gelişmesidir.

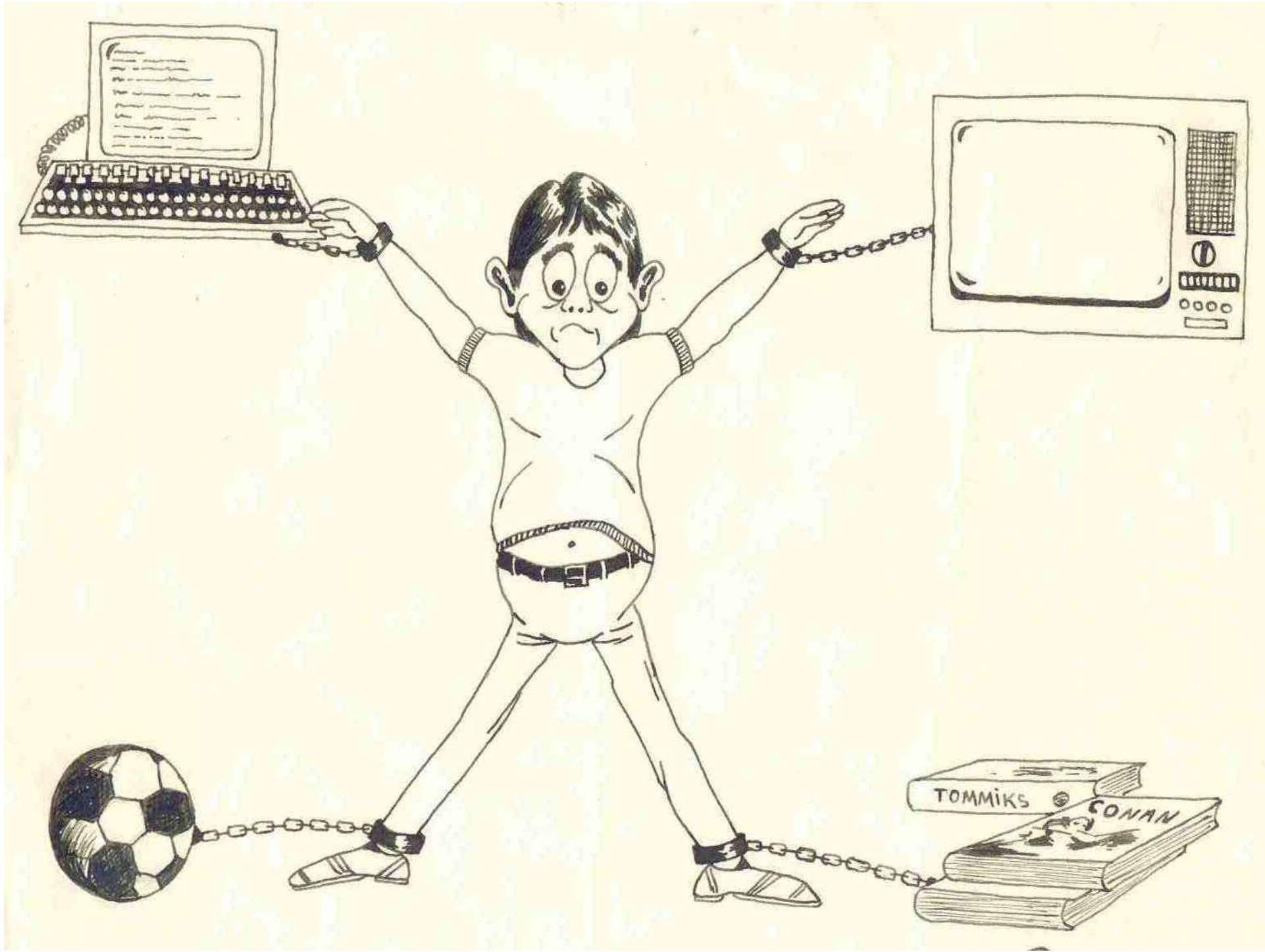
Çalışma Planları günlük olabildiği gibi haftalıkta yapılabilir.



YAPILAN YANLIŞLAR...

- ▶ Amaçsız Çalışma
- ▶ Plansız, programsız çalışma
- ▶ Yatarak uzanarak çalışma
- ▶ Evin değişik yerlerinde çalışma
- ▶ Müzik dinleyerek veya TV seyrederek çalışma
- ▶ Ders çalışırken cep telefonunun açık olması
- ▶ Derslere karşı oluşturulan önyargılar
- ▶ Günün farklı saatlerinde çalışma
- ▶ Sadece konu çalışması yapma
- ▶ Sadece soru çözerek çalışma
- ▶ Günlük tekrarlar yapmayarak konuları biriktirme





▶ "Ders çıkarılan bir başarısızlık, bizim yeni sorunları göğüslememiz için gerekli yeteneği artıran bir tecrübe ve bir kaynak sunar."

Thomas Edison



**Dinlediđiniz için teŝekkür
ederim...**

