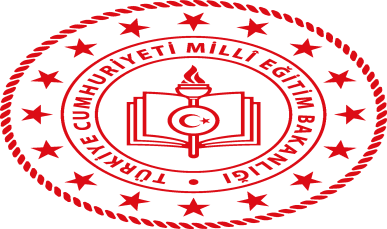
**VERİMLİ ÇALIŞMA TEKNİKLERİ**



**DR.İSMAİL HAKKI ORAN ORTAOKULU**

****

VERİMLİ DERS ÇALIŞMAK İÇİN;

1)HEDEF BELİRLEME

2)PLAN

3)NOT TUTMA

4)AKTİF DİNLEME

5)MOTİVASYON

**HEDEF BELİRLEME**

**Kendinizi Tanıyın:** Hangi alanlarda daha yetenekli olduğunuzu, nelere ilgi gösterdiğinizi

**Hedefinizi Tanıyın:** Ulaşmak istediğiniz mesleğin çalışma koşullarını, bu meslek için gereken nitelikleri araştırın.

**Gücünüzü Tanıyın:** Hedeflerinize ulaşmak için ne kadarlık bir net gücüne ihtiyacınız olduğunu ve şu anki birikiminizi belirleyin. 

**PLANLI ÇALIŞMA**

Plan yaparken en önemli olan nokta günlük okulda görülen konuları tekrar ettikten sonra mutlaka o konularla ilgili soru çözümü yapılmalıdır

Çalışmaya ayrılan süre; 45-60 dakika çalışma,10-15 dakika ara şeklinde olmalıdır.

**SORULARI DOĞRU ÇÖZEBİLMEK İÇİN EN ÖNEMLİ FAKTÖR SORUYU ANLAMAKTIR BU NEDENLE HER GÜN KİTAP OKUMA BÜYÜK ÖNEM TAŞIR☺**

**TEKRAR NEDEN ÖNEMLİ?**

**Ders tekrarı, o gün okulda işlenen konulara kısaca göz gezdirilen, bir ders için en fazla 10 dakika sürmesi gereken bir yöntemdir.**

Tekrar yaparken not tutmak, akılda kalıcılığı sadece okuyup geçmeye göre daha fazla artırmaktadır. Tekrar yaparken tutulan küçük notları konuya dair diğer bilgilerin yanına iliştirmek, çalışılan konunun bütününü göz önünde bulundurmaya yardımcı olacak, bilgilerin akılda kalıcılığını da artıracaktır.

DERS ÇALIŞMA PROGRAMINDA BULUNMASI GEREKEN ÖĞELER

1)TEKRAR

2)SORU ÇÖZÜMÜ

3)KİTAP OKUMA

**NOT TUTMA**

Eğitim, iş ve diğer alanlarda **başarıya ulaşmak için** **not tutmak** gerçekten önemlidir Anlatıcı kişi bazı cümlelerin üzerini özellikle vurgular, burası önemlidir vs. gibi sözlerle dikkat etmeniz gereken yerlerde bunu belirtecektir.

ÖNEMLİ: OKULDA KONU ANLAŞILMADIĞI DURUMDA TEKRAR ÇALIŞILDIKTAN SONRA ÖNEMLİ YERLERİ NOT EDİLEBİLİR

**AKTİF DİNLEME**

Okullarda öğrenme büyük ölçüde okuma ve dinlemeye dayanmaktadır.

Dersi dinlerken konuyu etkili şekilde anlamak için dersin o dersin ana ve yardımcı düşüncelerini bulmaya çalışın. Bunun için kendinize şu soruları sorun;  
– Dersin amacı ne?  
– Dersin ana noktaları nelerdir?

**MOTİVASYON**

Motivasyon, bir hedefi başarmadaki istektir. Başarı için gerekli olan en önemli faktörlerden biridir.

Motive olmuş öğrenci misiniz?

Motive olmuş öğrenci her an ders çalışma isteği duyan öğrenci demek değildir.Dersler öğrenciye göre zor ve sıkıcı olmaya başladığında bile dersin gereklerini yerine getirmesi bitirilmesi gereken konuları tamamlayabilmesidir.

*Başarının sırlarından biri, geçici başarısızlıkların bizi yenmesine izin vermemektir. (Mark Kay)* Başarısız olmaktan korkmak yerine, “Nasıl başarılı oluruz?” düşüncesine odaklanırsanız, hatalarınızdan, başarısızlıklarınızdan ders çıkararak başarılı olma şansınızı artırabilirsiniz.



**Hayatınız Kimin Denetiminde?**

Çalışmaya başlamak ve bunu verimli biçimde sürdürmek konusunda temel faktörlerden biri, kişinin hayatıyla ilgili sorumluluk ve kararları almak konusundaki istekliliğidir. Bu ise çalışma için "iç disiplin" geliştirilmesini gerektirir. Hayatınızla ilgili sorumluluğu rastlantılara bırakırsanız çalışmanızı engelleyecek pek çok sebebiniz olacaktır.

Eğer hayatınızla ilgili sorumluluğun bütünüyle size ait olduğunu kabul ederseniz çalışmaya başlamanız ve sürdürmenizi engelleyen sebeplerden hiçbiri sizi çalışmalarınızı programlamaktan ve sistemli olarak yürütmekten alıkoyamaz

**ÇALIŞMAK İÇİN DOĞRU ZAMAN YOKTUR HEMEN BAŞLA!**

****

***OKUL PSİKOLOJİK DANIŞMANI YAKUP DÜZGÜN***