

Çok değil , Akıllıca çalış ...



Akıllıca çalışmanın temel kuralları.

- 1 - Makul Ve Doğru Hedefler Koymak
- 2- İyi Planlama Yapmak
- 3- Öğrenmede Doğru Yöntemler Kullanmak
- 4- Değerlendirmelerimizi Kendimizi Geliştirmeye Yönelik Yapmak

1 - Makul Ve Doğru Hedefler Koymak

Olgun insan güzel söz söyleyen değil, söylediğini yapan ve yapabileceklerini söyleyen kişidir.

Konfüçyüs

İyi bir hedef için öncelikle tam olarak ne istediğinizi bilmelisiniz. Başarıya götürecek hedefler oluşturabilmek için arkadaşına göre değil kendimize göre hedefler belirlemeliyiz. Hedefler mutlaka ulaşılabilir ve ölçülebilir net olmalı.

örneğin; Daha çok çalışmalıyım Hedef değildir
çünkü; çok çalışmak herkese göre değişen ve ölçülemeyen net olmayan bir durumdur.

Bu akşam Mat. dersinin sayılar konusunu çalışacağım..... Hedef
çünkü; akşam ne yapacağı net olarak belirlenmiş.

okuldan eve geldiğimde işlediğim derslerin tekrarını yapacağımHedef

her akşam ders çalışacağım.....Hedef değil
çünkü; akşam neye ne kadar çalışacağı net değil.

hedefler ileriye dönük olabilir bu tür hedeflere uzun vadeli hedefler denir. uzun vadeli hedeflere ulaşmak için aylık, haftalık ve günlük hedeflere de kısa vadeli hedef denir.

"Hedefine ulaşamadığında
yapman gereken hedefe
giden
yolu değiştirmektir.
hedeften vazgeçmek değil."

2- İyi Planlama Yapmak

İyi Bir Plan Yapabilmek İçin İyi Hedeflerin Oluşturulmuş Olması Gerekir.

**HAYATTA BAŞARILI OLMAK İÇİN HEDEF BELİRLEMEK GEREKLİDİR
ANCAK YETERLİ DEĞİLDİR.**

HEDEFE ULAŞMAK İÇİN PLANLI ÇALIŞMALISIN!

PLAN NEDİR?

PLAN : "neyi", "nasıl", "ne zaman" ve "nerede" çalışacağınızı önceden belirlemek demektir.

PLAN HAZIRLARKEN

Her dersten çalışmanız gereken konuları planlayın

Çalışmanız gereken dersleri ve konuları, haftanın günlerine bölerek yerleştirin.

Okuldan gelme zamanı ile yatma saati arasında kalan çalışma sürenizi hesaplayın.

Planınızda ders dışı etkinliklere de yer verin

ÖNEMLİ NOT: Ders çalışma planı hazırlanırken zaman sınırlaması veya saat aralığı belirlemek planınızın sürekli aksamasına sebep olabilir.

örn: her akşam saat 19:00' ile 20:00 arası günlük tekrarlarımı yapacağım diye plan yapan bir öğrenci belirlediği saatte tekrarı bitiremediğinde yada o saatte işi çıktığında planı aksayacak planı işlemez hale gelecektir.

bunun yerine; her gün çalışmaya başlama saati belirleyerek konu bitirmeye yönelik hedef daha uygulanabilir plan olur.

örn: Bugündersindenkonusunu tekrar edeceğim.

3- Öğrenmede Doğru Yöntemler Kullanmak

1- Öğrenmede Unutmayı Önlemek İçin Mutlaka Tekrar Edilmesi Gerekir.

PEKİ NASIL TEKRAR ETMELİSİNİZ?

İLK TEKRAR: 30-40 dakikalık bir öğrenme seansı sonunda yapılmalı ve 10 dakika sürmelidir.

İKİNCİ TEKRAR: İlk tekrarın yapıldığı günün akşamı uyumadan önce ve sabah kahvaltı yapmadan önce yapılmalı.

ÜÇÜNCÜ TEKRAR: Öğrenmeden sonraki birinci haftanın sonunda yapılır. Bu tekrar bilgilerin bir ay süreyle hatırlanmasını sağlar.

DÖRDÜNCÜ TEKRAR: Öğrenmeden yaklaşık bir ay sonra yapılır. Bu tekrar bilginin çok daha uzun süre sağlıklı olarak hatırlanmasını sağlar.

UNUTMAYALIM Kİ!

Öğrenilen bilgilerin ;

•%50'si ilk 80 dakika içerisinde

•%80'i ilk 24 saatte unutulur

•Öğrenmenin kalıcı olabilmesi bilgilerin uzun süreli belleğe aktarılması gerekir. Bunun için de mutlaka periyodik tekrarlar yapılmalıdır.

2- Tekrar Edilen Konu Tam Olarak Anlaşıncaya Kadar Çalışılmalı.



3- Konu Tam Olarak Anlaşılmadan Test Çözümüne Asla Geçilmemelidir.
Konu Öğrenmek İçin Test Çözülmez;

TESTLER

- Konu Eksiklerimizi Tespit Etmek
- Test Çözme Tekniğinde Pratik Kazanmak
- Zamanı İyi Kullanmayı Öğrenmek

İÇİN ÇÖZÜLÜR

4- Değerlendirmelerimizi Kendimizi Geliştirmeye Yönelik Yapmak

Kendisi için makul hedefler koyan bir öğrenci için başarısızlık yoktur. Hedefine ne kadar ulaştığı vardır.

Okulda yapılan her sınav ve okul dışında çözülen her test sonucunda yanlış yapılan soruların konuları tespit edilerek tekrar konuyu öğrenmeye çalışmak bizi hedefimize yaklaştırır. Yanlış düşünceler, sınıfta herkesin sınavı kötü geçti demek ki sorun bende değil yada sınavlardaki başarıyı başkalarına göre değerlendirmek vb gibi düşünceler çalışma sistemimizi doğru değerlendirememize sebep olur.

Hatırlayalım; T. Edison ampülü buluş aşamasında kaç deneme yapmıştı? Her denemesinde kendine güvenini kaybedip eksiklerini gidermeye çalışmasaydı? Şuan başarıdan söz edebilir miydi?



REHBERLİK SERVİSİ