

DÜZENLİ TEKRAR ŞART



Öğrenilen bilgilerin %70'i 1 saat içinde, %80'i 24 saat içinde unutulmaktadır.



Sürekli ve belli aralıklarla tekrar yapın.



Haftanın belirli saatlerini, ayın belirli günlerini tekrar yapmak amacıyla belirleyin.



Özellikle sabah kalktığımızda yapılan tekrarlar unutmaya engeller.



TEST ÇÖZMEK GEREKLİ

⇒ Çalıştıktan sonra konuyu en iyi pekiştirme yöntemi alıştırma yapmak ve soru çözmektir.



Ara vermeden yapılan uzun çalışmalar ya da uzun dinlenmeli kısa çalışmalar verimsiz olur.

40-50 dk çalışıp 5-10 dk ara vermek doğru olur.

Aynı tür çalışma gerektiren dersleri arka arkaya çalışmayın.

Örneğin Türkçe dersinin arkasından matematik dersine çalışmak uygundur.

Zor dersleri en rahat anlayabileceğiniz saatlere yerleştirin.,

Araştırmalar en verimli saatlerin sabahın erken saatleri olduğunu ortaya koymuştur.

Fakat verimli olma saatleri kişiden kişiye değişir.

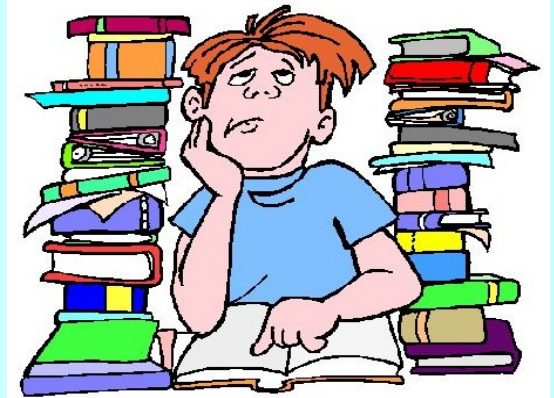
Öğrendiklerini uyumadan önce ve sabah kalkınca hızlı bir şekilde gözden geçirin.

Uzun konuları parçalara bölerek çalışın.

Çalışma ortamına dersle ilgili hatırlatıcı notlar as.



NENE HATUN KIZ HAFIZLIK PROJE İMAM HATİP ORTAOKULU



ETKİLİ DERS ÇALIŞMA TEKNİKLERİ

PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK
VE REHBERLİK SERVİSİ

HEDEFİN VAR MI?

"Nasil ders çalışmalıyım?" sorusunu cevaplamadan önce,
"Niçin ders çalışmalıyım?" sorusunun cevabını bulmalısın.

Bir hedefin olsun!

HEDEFE ULAŞMAK İÇİN

- Kendinize sorun**
- Ne istiyorum, özel amacım ne?
 - Bu amacıma, isteğime ulaşmak için ne yapıyorum?
 - Yaptığım bu davranış beni başarıya götürüyor mu?
 - Amacıma ulaşmak için bu davranışımı nasıl değiştirerek geliştirebilirim?



ZAMANINI PLANLA

HANGİ DERSE

- ⇒ NE ZAMAN?
- ⇒ NE KADAR?
- ⇒ NASIL?
- ⇒ NEREDE?
- ⇒ ÇALIŞACAKSIN???



ZAMANIN KIYMETİNİ

BİL

DERS ÇALIŞMA ORTAMINI HAZIRLA



- ◆ Ders çalışmaları mutlaka belli bir yerde sakin ortamda bir masa üzerinde yapılmalıdır.
- ◆ Çalışmaya başlamadan önce çalışacağınız ortamı havalandırın.
- ◆ Masanızda sadece o an çalışacağınız kaynaklar olmalıdır.
- ◆ Sıcaklık ve ışık çalışmaya engel olmayacak şekilde olmalıdır .



DERSE HAZIRLIKLILIK GİRMEK

DERSE GELİRKEN:

- Konunun okunması
- Bilinmeyen kelimelerin öğrenilmesi
- Konu ve kavram tanımlarının okunması
- Deneylere ve etkinliklere göz atılması



Derse odaklanmanı ve kolay öğrenmeni sağlar.

NOT TUTUN



NOT TUTARKEN;

- ⇒ Önemli noktaları yakalamaya çalış,
- ⇒ Kısaltmalar ve semboller kullan.

NOT TUTMAK DERSE AKTİF KATILMANI, UNUTMAMANI, ANA NOKTALARA ODAKLANMANI SAĞLAR.