

ABC

DERS: REHBERLİK

KONU: VERİMLİ DERS ÇALIŞMA

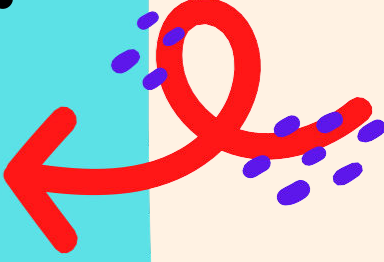




VERİMLİ DERS ÇALIŞMA NEDİR ?



Bir amaç doğrultusunda zamanı
planlı ve programlı kullanarak
çalışmalarımızı sürdürmektir!





- 1 Hedef belirle
- 2 Planlı çalış
- 3 Zamanını iyikullan
- 4 Çalışma ortamınıdüzenle
- 5 Dikkatini yüksek tut
- 6 Derse hazırlıklıgel
- 7 Öğretmenini iyi dinle (Etkin Dinleme)

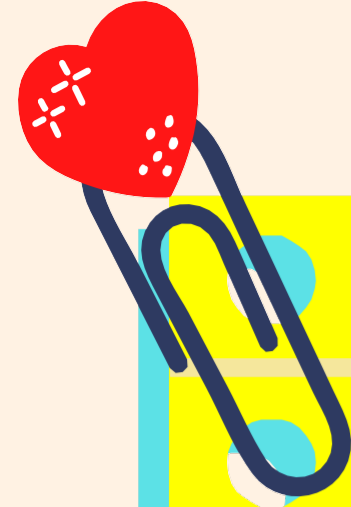


VERİMLİ DERS ÇALIŞMA
İÇİN YAPMAM
GEREKENLER





ÖNCE HEDEF



Her çalışma bir amaca yönelik olmalıdır!

Çalışmaya başlamadan önce şunları belirle;



Hangi dersime çalışacağım?



Bu çalışmamda neler öğreneceğim?



Bu çalışmamda ne kadar öğreneceğim?



PLAN YAPMALISIN!

Plan demek; "Nasıl" , "Ne zaman" ve
"Nerede" çalışacağınıza karar vermek
demektir!

Önce **nerede** çalışacağına karar ver!

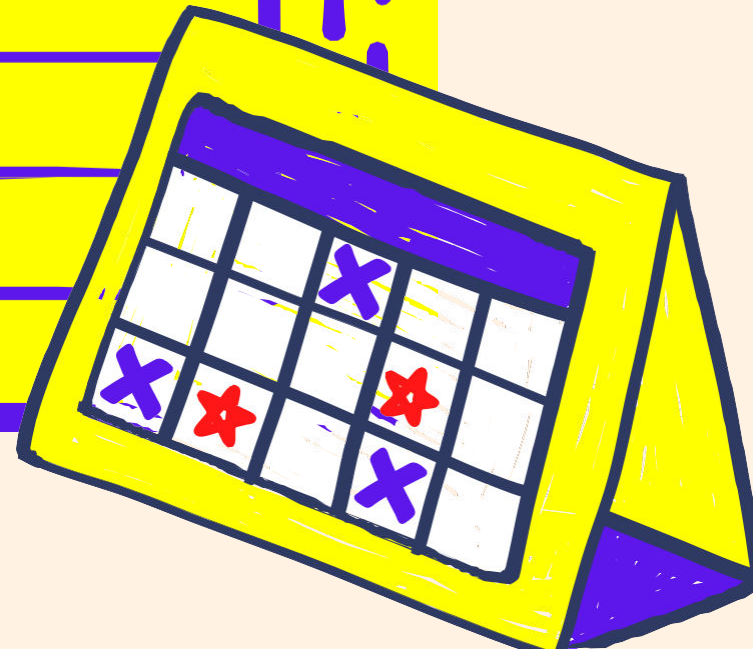
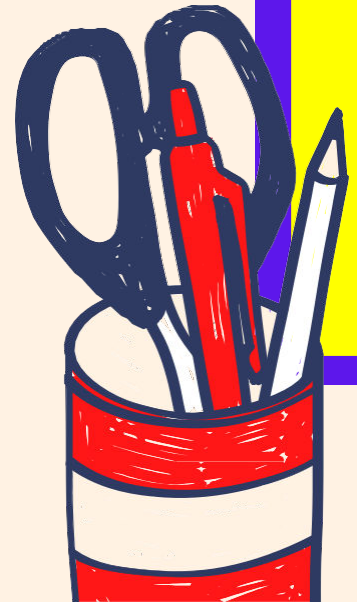
Sonra **nasıl** çalışacağına karar ver!

Ne zaman çalışacağını belirle!



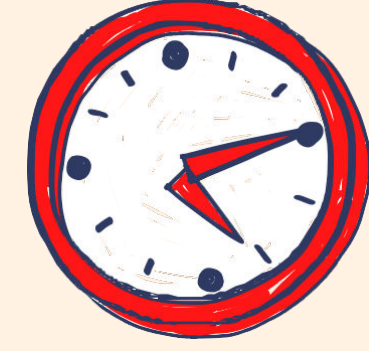
HEY!

Biliyor musun?
Planlı çalışırsan daha az
zamanla daha çok şey
öğrenebilirsin!





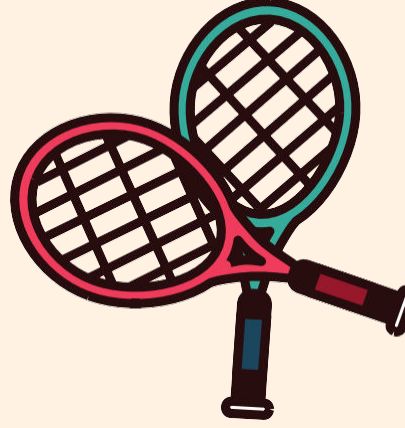
ZAMANINI VERİMLİ KULLAN!



Ortalama 40-45 dk çalıştıktan sonra 5-10 dakikalık dinlenme koymak yararlı olur!

Bu sayede çalışma sonunda dağılan dikkat ve azalan verim tekrar kazanılır!

Ders çalışmak için gerekli gücün toplanabilmesi bakımından eğlenmeye ve spora da zaman ayrılabilir!
Ancak bu süre gereğinden fazla olmamalıdır!



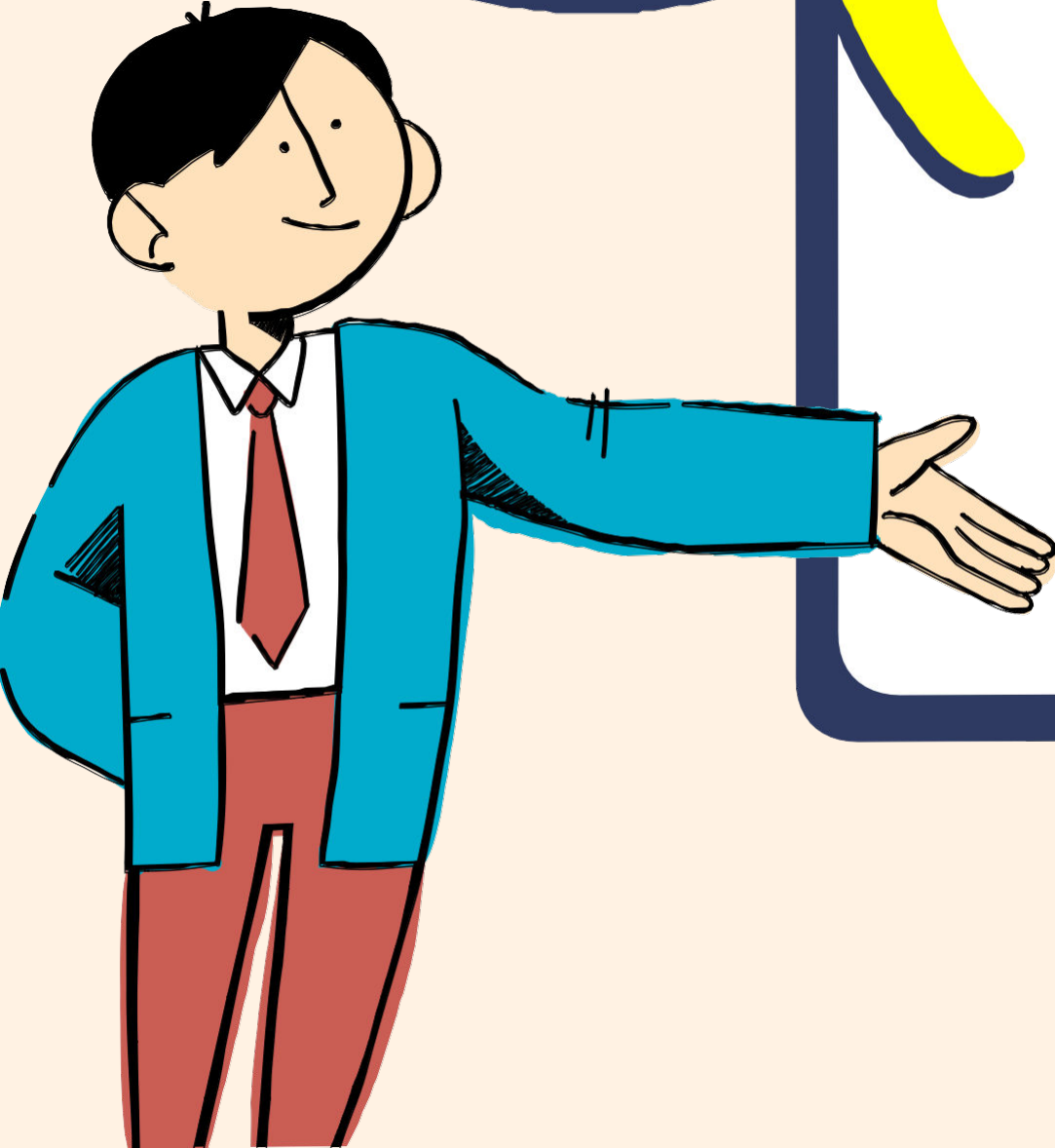
ÇALIŞMA ORTAMINI DÜZENLE

Çalışma yerinin seçimi çok önemlidir!

Çalışma yeriniz derli toplu, sade, elden geldiğince sabit ve sakin olmalı!

Çalışma ortamınızı sık sık havalandırın!

Tv karşısında, gürültülü kalabalık aile ortamlarında ders çalışmak dikkatimizi ve verimli çalışmamızı düşürür!



İnsanda dikkat her an vardır, önemli olan bunun çalışılan konu üzerinde toplanabilmesidir!

DIKKATİMİ
NASIL
ARTTIRABİLİRİM



	Belirli yerlerde çalışmak
	Gürültüsüz ortamlarda çalışmak
	Masa başında çalışmak
	Masada gereksiz eşyalar
	bulundurmamak
	Çalışma ortamınızın ısısının
	dengeli olması

HEY!
Biliyor musun?
Uzanarak ders çalışınca hem
odaklanamayız hemde
uykumuz gelir!



Ders: Rehberlik

DERSEHAZIRLIKLI GEL!

Her g n okula gelmeden  nce, ders programına bakarak
gerekli kitap, defter, diğ r materyalleri  antana kat!

 ğretmeninin vermiş olduğu  dev ve etkinlikleri mutlaka yap!
Bol Bol Tekrar Yap!

Ders hazırlıklarından biriside kendimizi mutlu hissetmemizdir!
Mutlu olmak derse en iyi hazırlanış şeklidir!





HEY!
Biliyor musun?

Derste öğretmenini dikkatlice
dinlemelisin!
Eğer öğretmenine soru sormak
istiyorsan parmak kaldırarak
sorunu sorabilirsin!



Bilmediğin ve
zorlandığın zaman
öğretmeninden
yardım istemeyi
UNUTMA!

