

Verimli Çalışma Yöntemi

Başarıyı hedef alın; mükemmel olmayı değil.

Yanlış yapma hakkınızdan vazgeçmeyin. Vazgeçerseniz yeni şeyler öğrenme ve gelişme olanağınızı kaybedersiniz.

UNUTMAYIN!

Mükemmeliyetçiliğin arkasında korku yatar.

İnsan olduğunuzu hatırlayın.

Korkularınızı göğüsleyin

DAHA MUTLU

Ve etkili bir insan olursunuz.

Çok sayıda öğrenci ders çalışma ile ilgili yakınmalarını ve sorunlarını sık sık dile getirir. Bunlardan bir kısmı ders çalışmaya başlamakta güçlük çektiğinden, bir kısmı çalışmayı sürdüremediğinden, bir kısmı da çalıştığı halde başarılı olamadığından şikâyetçidir.

Öğrencilerin ders çalışma konusundaki sorunları başlıca şu nedenlerden kaynaklanmaktadır:

- Öğrencilerin, küçük yaştan itibaren çalışma alışkanlığını edinmemiş olması,
- Yanlış çalışma alışkanlığı,
- Temel bilgi eksikliğinden dolayı dersleri anlayamama
- Ailevi sorunlar,

Öğrenciler arasında en yaygın olan neden “Yanlış Çalışma Alışkanlıkları”dır. Yanlış Çalışma Alışkanlıkları genellikle şunlardır:

- Amaçsız çalışma,
- Plansız ve programsız çalışma,
- Evin değişik yerlerinde çalışma,
- Yatarak, uzanarak çalışma,
- Kaynaklardan yararlanmama,
- Derslerden korkma, anlayamadığı dersi bırakma,
- Dersle ilgili ön yargılar.

Sevgili öğrenciler, ders çalışma konusunda sorunlarınız varsa öncelikle yukarıda sıraladığımız yanlış çalışma alışkanlıklarını inceleyip, hangisinin ya da hangilerinin sizde olup olmadığını düşünün. Eğer yanlış çalışma alışkanlıklarına sahipseniz, ders çalışma konusundaki sorunlarınız büyük ölçüde bundan kaynaklanmaktadır.

Unutmayın ki yanlış çalışma alışkanlıklarınızın farkında iseniz, sorunlarınızı %50 çözümlenmişsiniz demektir.

Bu durumda ilk yapacağınız şey aşağıda ele alacağımız doğru ve verimli ders çalışma konusundaki önerilerimizi dikkatle okumak ve eksiksiz uygulamaktır. Göreceksiniz ki önerilerimizi uygulamaya başladıktan sonra sorunlarınız azalmaya başlayacaktır.

<p style="text-align: center;">YAPABİLECEĞİNİZ ŞEYLERİ YAPMAYA BAŞLARSAK</p> <p style="text-align: center;">KENDİMİZİ HAYRETLER İÇİNDE BIRAKACAK SONUÇLAR ALIRIZ</p>
<p style="text-align: center;">GİDECEĞİ LİMANI BİLMEYENE, HİÇBİR RÜZGÂRDAN HAYIR GELMEZ</p>
<p>Olay, bir zamanların ünlü modacı Elsa Schiaparelli'nin başından geçer. Tam bir defile arifesinde atölye çalışanları işi bırakırlar. Kala kala mankenler, baş makastar ve tayyörcüsü kalır. Elsa Schiaparelli için defileyi iptal etmekten başka çare kalmadığı düşünülürken, o odanın içinde dört dönüyor ve durmadan "mutlaka bir başka yolu olmalı" diye söylüyor. Sonunda "buldum" diye haykırmış. "Bizde, giysileri olduğu gibi sunacağız. Kimi yarım, kimi kolları takılmamış, kimi yakasız... olsun! Biz defilemizi bu biçimde de olsa takdim edeceğiz." Böylece duyurulduğu günde defile yapılmış. Ne başarı olmuş ne başarı!.. Bazı paltolar tek kollu bazı giysiler dikim aşamasındaymış. Ama yine de izleyenlere fikir verecek durumdaymış. Hem yürekliliği açısından alkış toplamış, hem de bol bol sipariş alarak işine sekte vurulmasını önlemiş. Uzun süre bu ilginç defileden söz edilmiş. Sizler de amacınıza ulaşmak için çalışırken, güçlüklerle karşılaşmış, yolunuzun tıkanıp gördüğünü görürseniz "mutlaka bir başka yolu olmalı..." deyin ve çareler arayın.</p> <p style="text-align: center;">ASLA VAZGEÇMEYİN!</p>

VERİMLİ ÇALIŞMA NEDİR?

Çalışmanın verimli olması sizin masa başında geçirdiğiniz sürenin uzunluğu değil o çalışmanın sizin için ne kadar etkili olduğuna bağlıdır. Verimli çalışma amaç doğrultusunda zamanı planlı ve programlı kullanmaktır. Bunun için de okul, dersane, arkadaşlık, spor, yemek, uyku vb. etkinliklerin dışında kalan zaman ders çalışmak için ayrılır ve belli bir plan ve programa bağlanır.

Verimli ders çalışma sadece ders çalışmak için zaman ayırarak diğer etkinlikleri göz ardı etmek değildir. Aksine belli bir plan ve program dahilinde çalışmanız, size hem ders çalışmanız hem de diğer etkinlikleriniz için zaman ayırdığından hayattan daha çok zevk almaya yardımcı olur.

DOĞRU ÇALIŞMA ALIŞKANLIKLARI

Amacınızı Belirleyin

Amacı açık seçik belirlenmemiş bir kişi dümeni olmayan bir gemiye benzer. Gemi sürekli yol alır, içindekiler çalıştıklarını zanneder, ancak geminin akıbeti şansa ve kadere kalmıştır. Böyle bir gemi kayalara çarparak parçalanacağı gibi hiç ilgisiz bir limana da gidebilir.

Önce Ne İstedığınızı Belirleyin

Başarılı olmak, kendini tanımak, inanmak verimli çalışmak ile mümkündür. Hayattan ne istediğinizi hedefler, öncelikler ve idealler kazandırır.

Amacınızı Belirlemede Kendinize Şunları Sorun?

Hangi mesleği yapıyor olmak istersiniz? Nasıl bir yaşam tarzı size uygundur? Nerede ve Ne Yapıyor olmak sizi mutlu eder?

Bu sorulara vereceğiniz yanıtlar sizin şu an birinci amacınızdır. Ve artık çalışmalarınızı bu amaca kanalize etmelisiniz. Amacınız ne olursa olsun bu önemli değildir. Önemli olan sizin kendinizi, yeteneklerinizi ve becerilerinizi tanıyıp ne istediğinizi bilmenizdir.

Öğrenmek amacı ile yapılan her işin kendine özgü bir amacı vardır. Amaçsız çalışma olmaz. Bilinçli çalışma, çalışmanın ne amaçla yapıldığının öğrenci tarafından açık seçik bilinmesini gerektirir. Yaptığı işin amacını bilmek, öğrencinin bu işi benimseyip, ona sahip olmasına ve iş için kendini güdülemesine yardımcı olur.

Başarılı olmanın tek ve mutlak ölçüsü iyi bir üniversiteye girmek, herkesin gıpta ettiği bir mesleğe sahip olmak değildir. İnsan yetenekli olduğu çok değişik alanlarda severek yapabileceği çeşitli işlerde kendini ortaya koyabilmişse, yaşamdan zevk alabilir.

Hayatta en büyük amaç mutlu olmaktır. Her şey bunun uğruna yapılmaktadır. Ama herkesin mutlu olması için kullandığı araçlar farklıdır. Sizler üniversite sınavlarına hazırlanırken sizi mutlu edecek severek yapabileceğiniz bir mesleği elde etmeye çalışıyorsunuz. Ancak sizi mutlu edecek mesleği ya da meslekleri önceden belirlemiş olmanız, çalışmanız için size çok önemli bir yol gösterici olacaktır.

GÜNLÜK ÇALIŞMA PROGRAMI

O gün öğrenilen konuların tekrarı ve test çözümü

Ödevlerin tamamlanması

Bir gün sonra işlenecek konuların ön hazırlığını içermelidir.

Öyleyse Program

Zamanı etkin şekilde kullanmanızı,

Neyi, nerede başlayacağınıza karar vermenizi,

Bilgilerinizi ne kadar özümlediğinizi görmenizi,

Ne zaman dinlenip ne zaman çalışacağınıza karar vermenizi,

Geleceğinize bir adım daha yaklaşmanızı kolaylaştıran çok önemli bir araçtır.

PLANLI ÇALIŞMA ALIŞKANLIĞI

Her işe daha rahat zaman ayırmanızı ve yapmak istediğiniz şeyleri daha huzurlu yapmanızı sağlar.

Hangi dersi çalışacağınıza karar vermemekten dolayı zaman kaybetmenizi bir dersi bırakıp diğerine geçmenizi önler.

Her derse yeterince zaman ayırmanın ve çalışmanın verdiği bir güven sağlar.

Günü gününe çalışmak, sınav öncesi çalışma süresini kısaltır, sınav paniğini önler ve çalışma verimini yükseltir.

Öğrenilecek konunun kısa bir zamana sıkıştırılması yerine, uzun zamana yayılarak daha kalıcı ve etkili olmasını sağlar.

Anne-babanız ile aranızda ders çalışma konusunda çıkabilecek anlaşmazlıkları önler.

Bilinçli bir plan yapmanız, derse kendinizi daha kolay vermenizi sağlar.

Plan Yaparken Nelere Dikkat Etmeniz Gerekir

Derslerin planını dengeli olarak yapın. Belli derslere ağırlık vererek, çalışılması gereken diğer dersleri ihmal etmeyin.

ÇALIŞMA ORTAMINIZ NASIL OLMALI?

Çalışma ortamınızın sizin veriminizi yükseltecek bir biçimde düzenlenmiş olması o çalışmadan daha fazla doyum almanızı sağlayacaktır. Çalışmanızı mutlaka çalışma odanızda eğer çalışma odanız yoksa mutlaka sürekli çalıştığınız bir çalışma köşenizde yapmalısınız.

Masanızın düzenli olmasına özen göstermelisiniz. Masanızın üzerinde sadece çalıştığınız dersle ilgili materyal bulunmalı, gereksiz şeyler kaldırılmalıdır. Odanız temiz havadar olmalı, sık sık havalandırılmalı ve düzenli olmalı. Dersler için aradığınız materyalleri kolaylıkla bulabileceğiniz bir şekilde düzenlenmeli. Çalışma odanızda ders çalışırken dikkatinizi dağıtabilecek sesler, müzik, resim vb. dikkat dağıtıcı işitsel ve görsel uyarıcılar bulunmamalı. Odanız mümkün olduğunca sade ve düzenli olmalı. Çalışma odanız yeterince sıcak ve soğuk olmalı, iyi aydınlatılmalı, ışık gözlerinizi yormamalı.

Çalışmanızda yeterince verim alabilmek için dengeli ve düzenli beslenmeli, özellikle sabah kahvaltınızı düzenli ve yeterli kaloriyi alacak şekilde yapmalısınız. Sınavlara hazırlandığınız dönemlerde zayıflama rejimine girmeyi kesinlikle düşünmemelisiniz. Uykunuzun düzenine dikkat etmeli 7-8 saatlik uykunuzu almalısınız.

Çalışma Odanız Yoksa?

Çalışma ortamında aile bireyleri ile birlikte olma zorunluluğunuz varsa onlardan sessiz olmalarını istemelisiniz (televizyon, radyoyu açmamak, yüksek sesle konuşmamak gibi) ya da siz bu ortamda çalışmaya kendinizi alıştırmalısınız.

YANLIŞ ÇALIŞMA DAVRANIŞLARI

Yatarak-Uzanarak Çalışma

Çalışmadan verim alabilmek için motive olmak ve dikkati yoğunlaştırmak gereklidir. Çalışmaların çalışma masasında yapılması dikkatinizi toplamanıza yardımcı olur. Yatarak veya uzanarak bir materyali okumaya başladıktan bir süre sonra gevşemeye başlarsınız ve dikkatiniz dağılır. Bu şekilde gazete, roman, dergi okunabilir. Ancak öğrenme karmaşık bir olaydır ve yalnızca okumak öğrenme için yeterli değildir. Bu nedenle çalışmalarınızı mutlaka çalışma masanızda ve sandalyenizde yapmalısınız.

Gürültülü Ortamda Çalışma

Müzik dinlenen, radyo veya televizyonun açık bulunduğu veya çevreden çok fazla gürültünün geldiği bir ortamda ders çalışmak çalışmadan alınacak verimi düşürür.

Öğretmenin en önemli koşulu dikkattir. Bu tür ortamlarda ise dikkati derse yoğunlaştırmak çok güçtür. Ders çalışmak için gerekli olan dikkatin müzikle bölüşüldüğü durumlarda, ders çalışmak için ayrılan zamandan yeterince yararlanmak mümkün olmamaktadır.

Dağınık Ortamda Çalışma

Çalışma odanızın havadar, masanızın temiz ve düzenli olması çalışma veriminizi yükseltecektir.

Çalışma masanızın üzerini çalışmaya başlamadan önce toparlar ve sadece çalışacağınız ders ile ilgili materyali bırakırsanız çalışma sırasında dikkatiniz dağılmaz. Yalnızca dersle ilgilenebilirsiniz.

Zamanı Artırmanın Yolları

Enerjisini harcamak, kişiliğini ve yeteneğini geliştirmek çabası içinde olan genç için bu dönemde en büyük engellerden biri pek çok isteğini gerçekleştirecek zamanı bulamamaktır. Oysa güne belirli bir programla başlarsanız ve kendi kendinizle bu programa uyacağınız konusunda anlaşırırsanız günü verimli bir şekilde yaşar hayattan da daha çok zevk alırsınız.

Televizyon-Radyo

Televizyon ve radyo en çok zaman harcanan ve dikkati dağıtan faktörlerden biridir. Televizyon ve radyoda izlemenizin ve dinlemenizin yararlı olduğuna inandığınız programlar ile mutlaka izlemek istediğiniz programlara hazırladığınız programlarda mutlaka yer veriniz. Bunların yanı sıra hiçbir özelliği olmayan, sıradan olan ve benzerlerini yüzlerce kez izlediğiniz veya dinlediğiniz programlara yer vermeyiniz.

Televizyon ve radyoyu sürekli açık tutmayınız. İzlemek istediğiniz programlardan sonra mutlaka kapatınız. Televizyon ve radyo başında geçirdiğiniz zamanın sizin için bu dönemde yararsız olduğunu unutmayınız.

Telefon Konuşmaları

Gündelik yaşantı içinde en çok zaman alan faktörlerden biri de telefon konuşmalarıdır. Telefonu amacı dışında kullanmaktan kaçınınız. Bütün gün birlikte olduğunuz arkadaşlarınızla geceleri uzun süre telefonla konuşmak gereksizdir ve sizin için bir zaman kaybıdır. Ve bu konuşmalarınızı şöyle yapınız. Aramak istediğiniz tüm arkadaşlarınızı arka arkaya arayınız ve öz olarak görüşmek istediklerinizi söyleyip konuşmayı bitiriniz. Daha sonra özellikle ders çalışırken telefon görüşmesi yapmak için derse ara vermeyiniz. Bu tüm dikkatinizi ve motivasyonunuzu bozacağı için zararlıdır. Arkadaşlarınıza da sizi aramalarını istediğiniz saatleri söyleyiniz. Ders çalıştığınız saatlerde yalnızca ders çalışınız.

KENDİNE GÜVENME

Kişinin yaptığı çalışmaya, kendini vermesi her şeyden önce o işin üstesinden geleceği konusunda "kendine güvenmesini" gerektirir.

Yetersizlik duyguları içindeki bir öğrencinin bir gün başarı sağlamak için, dikkatli bir çalışma ortamı içinde bulunması güçtür. Bu yönü ile verimli çalışmada öğrencinin kendine güvenmesinin önemi hiçbir koşulda yadsınamaz. Güven eksikliği olan bir öğrencinin, yapacağı işte kendine güven duymasının en iyi yolu, o işi başaracağına kendisini inandırmasıdır. Bunun için kişinin kendine güven sağlayabilecek küçük ancak etkili kimi çareler araştırıp bulması gerekir.

Böylesi bir kişinin, örneğin aynı konuda daha önce sağladığı bir başarısını düşünmesi ya da yapabileceği çalışma ile elde edilecek sonucu bir an için düşünmesi vb. biçimdeki iç telkinler yararlı olabilir.

Öğrenmenin temeli, dikkatin konu üstünde toplanmasına dayandığına göre, o konuya kendini vererek öğrenen kişi kendine karşı bir öz saygı duygusu da geliştirmiş olacaktır. Böylece, kendi kendine yeterli olduğu inancına da katkıda bulunacaktır.

Kendine güven duygusu aynı zamanda, güçlü bir “irade” ve “kararlılığı” gerekli kılar. Kararlılık, çalışmaya ilişkin belirli bir konuda verilen kararın ortaya çıkan küçük engeller karşısında hemen değiştirilmemesi, tam tersine bu engellerin yenilerek verilmiş olan kararı gerçekleştirmektir.

Çalışmada kararlılık ile ilgili bir başka noktada, dikkati gerektiği gibi yönlendirebilmek için planlandığı anda çalışmaya başlamaktır. Planladığınız saatte canınız çalışmak istemezse bile kendinizi çalışmaya zorlamalısınız.

Çalışma zamanı geldiğinde örneğin, “On dakika daha dinleneyim.” “Biraz daha televizyon izleyeyim.” türündeki düşüncelerle kendinizi oyalamanız, çalışmayı ileriye bırakmak demektir. Bu gibi durumlarda dikkatinizi toplayabilmeniz de, hep ileriye bırakılmış olacaktır.

Bundan sonraki çalışmalarınızda VERİMLİ ÇALIŞMA YÖNTEMLERİNİ UYGULAYARAK DAHA BAŞARILI OLABİLİRSİNİZ!..

FARKLI DERSLERE ÇALIŞMA YÖNTEMLERİ

MATEMATİK DERSİNDE BAŞARILI OLMAK İÇİN

- Matematik dersi dikkatle ve özümserenerek dinlenmeli, derse ilgi gösterilmeli,
- Derse ilgi gösterildiği ve konular tekrar edildiği sürece zor olmayan bir ders olduğuna inanılmalı,
- Derse aktif katılım sağlanmalı,
- Konular sistemli olarak tekrar edilmeli,
- Sınıfta çözülen örnekler evde bir kez daha çözülmeli sonra konu ile ilgili diğer sorulara geçilmeli,
- Sorularla ilgili soru kökleri iyi anlaşılmalı, veriler iyi incelenmeli, çözümler kağıt üzerinde yapılmalı,
- Konular bir bütün halinde öğrenilmeli,
- Çözümeyen veya çözümünde güçlük çekilen sorular öğretmene sorulmalı,
- Konularla ilgili mümkün olduğunca çok soru çözülmeli,
- Geçmiş yıllara ait sorular incelenmeli,
- Dersle ilgili diğer problemler için Rehberlik Servisi’ne danışılmalı.

FEN BİLİMLER DERSLERİNDE BAŞARILI OLMAK İÇİN

- Konu sınıfta dikkatle dinlenilmeli,
- Anlaşılmayan temel kavram, tanım ve alt başlıklar için açıklayıcı notlar tutulmalı,
- Örnekler dikkatle dinlenerek not edilmeli,
- Ders notlarından sistemli olarak tekrar yapılmalı,
- Konu ders notlarından tekrar edildikten sonra yapılmış örnekler ve sorularda tekrar edilmeli,
- Konularda kullanılan formül, yasa veya denklemler ezberlenmemeli, öğrenilmeli,
- Konularla ilgili bol soru çözülmeli. Çözümler kağıt üzerinde yapılmalı,

- Çözümünde güçlük çekilen sorular belirlenerek öğretmene sorulmalı,
- Geçmiş yıllara ait sorular incelenmeli,
- Dersle ilgili diğer problemler için Rehberlik Servisi'ne başvurulmalı.

TÜRKÇE DERSİNDE BAŞARILI OLMAK İÇİN

- Derse ön hazırlık yaparak gelmeli, güçlük çekilen bölümler saptanmalı,
- Derste anlaşılmayan yerler öğretmene sorulmalı,
- Konu ile ilgili not tutmalı,
- Okuyarak öğrenmeye ve okuma hızı artırılmaya çalışılmalı,
- Konular ile ilgili çeşitli kaynaklara (yazım kılavuzlarına ve sözlüklere) başvurulmalı,
- Konular sistemli olarak tekrar edilmeli, ilgili sorular çözülmeli. Çözülmesinde güçlük çekilen sorular saptanmalı,
- Konular ile ilgili mümkün olduğu kadar çok soru çözülmeli,
- Geçmiş yıllara ait sorular incelenmeli,
- Dersle ilgili diğer problemler için Rehberlik Servisi'ne danışılmalı,

SOSYAL BİLİMLER DERSLERİNDE BAŞARILI OLMAK İÇİN

- Derse ön hazırlık yaparak gelmeli,
- Derse hazırlanırken konuların birbirleriyle ilişki içinde olduğu düşünülerek konular arasında bağlantı sağlanmalı,
- Olayların nedenleri ve sonuçları iyi incelenmeli, konular bütünlük içinde öğrenilmeli,
- Konular çalışılırken gerekli araçlardan (atlas, şekil) yararlanmalı,
- Konu içinde geçen kavram ve tanımlar iyi öğrenilmeli,
- Sistemli tekrarlar yapılmalı,
- Tekrarlardan sonra konular ile ilgili sorular çözülmeli,
- Sorularda istenen bilgileri ezberlemek yerine açıklama ve sonuç çıkarmaya yönelinmeli,
- Konu eksikleri giderilmeli,
- Sorularda verilen her bir maddenin yeni bir soru kökü olabileceği düşünülerek sorular iyi incelenmeli, açıklamalar yapılmalı,
- Geçmiş yıllara ait sorular incelenmeli,
- Dersle ilgili diğer problemler için Rehberlik Servisi'ne danışılmalı.