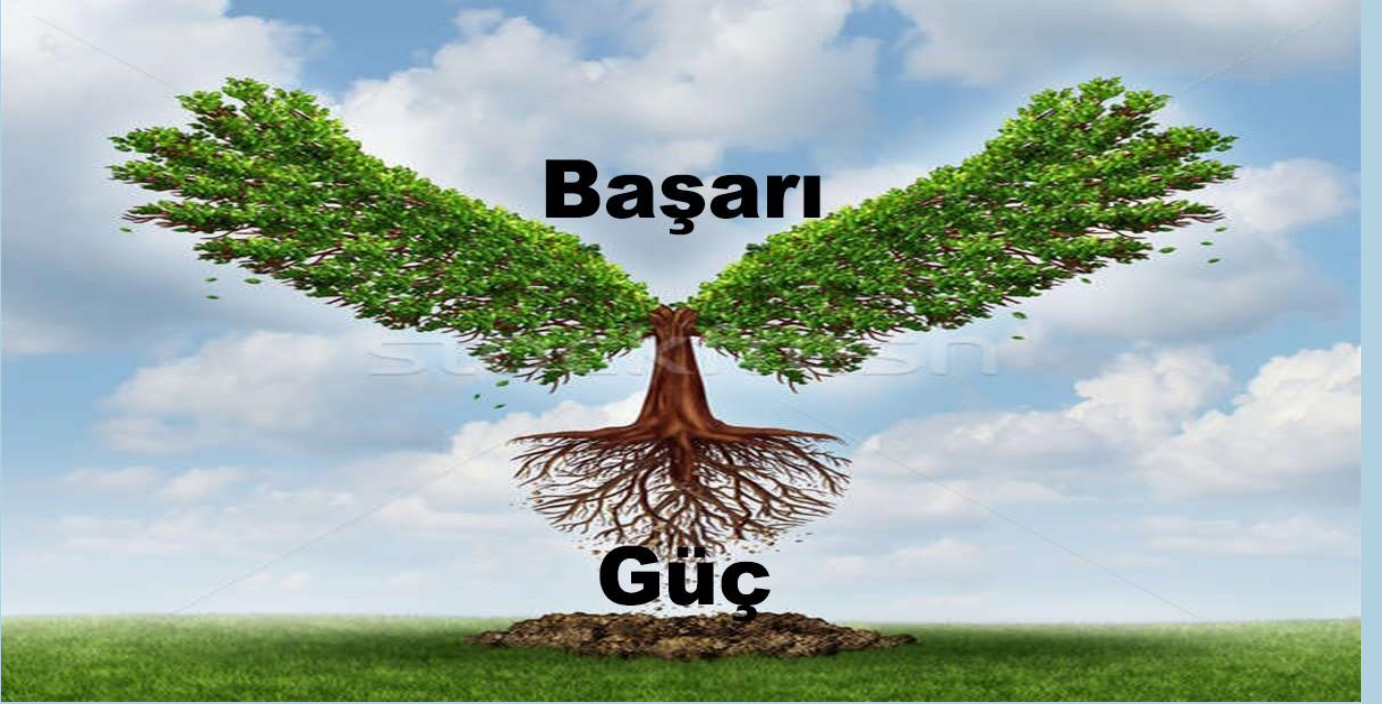
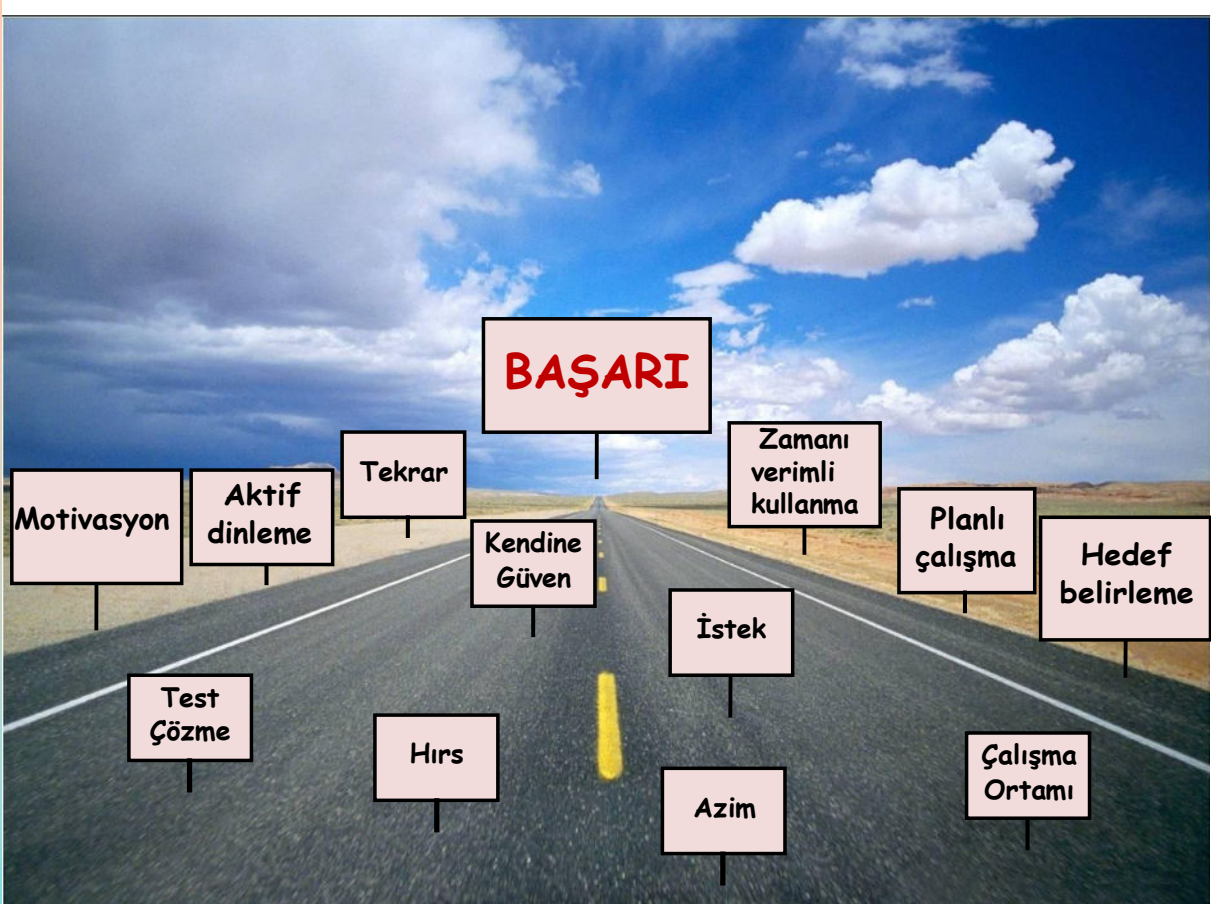


VERİMLİ DERS ÇALIŞMA TEKNİKLERİ VE MOTİVASYON



5 Eylül Anadolu Lisesi

Başarıya giden yol
oldukça çetrefillidir.
Bu nedenle de stratejik
hamleler gerektirir.



Neden Başarılı Olamıyorsun?

Herhangi bir şeyde başarılı olmanın tek bir yolu vardır; uğruna her şeyini ortaya koymak.

Vince Lombardi



**Şimdi düşün!
Ne kadar mücadele
ediyorsun?**

Başarınızı artırmak için

1

Hayalleriniz olsun.

Bu hayallere ulaşmayı
çok isteyin.



Unutmayın: Her şey
hayallerle başla...

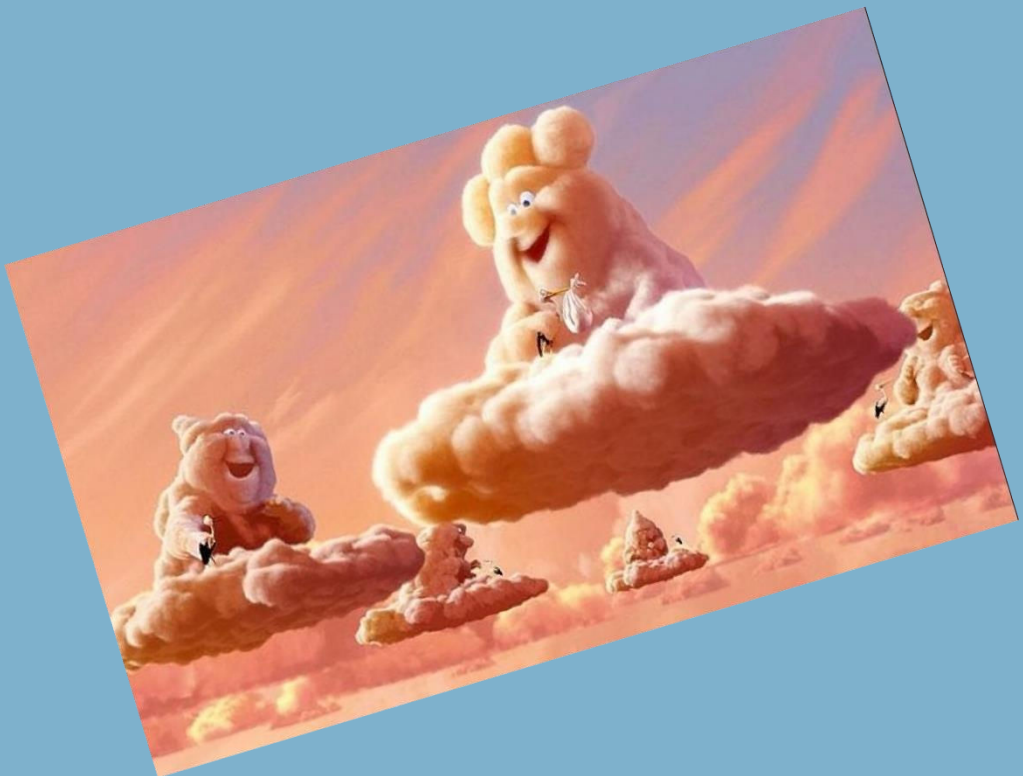
**En büyük işler, büyük hayal sahibi insanlarca
başarılmıştır.**

William Russel



İnsanoğlunun yapacakları hayal ettikleri ile sınırlıdır.

Arthur C. Clarke



2

Yapabileceğinize inanın.



İnsanın kendine güveni, büyük işlere girişmenin ilk şartıdır.

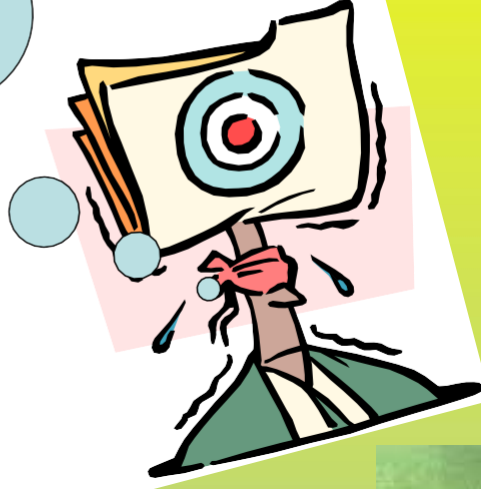
Samuel Johnson



Her şeyinle eşsiz olduğunu sakın unutma. Tıpkı,
diğer herkes gibi.

Margaret Mead

Limiti koyan zihindir.
Zihin bir şeyi yapabileceğini
kestirebildiği kadar başarılı olur.
**Yüzde 100 inandığın sürece her
şeyi yapabilirsin.**



BU SÖZLERDEN VAZGEÇİN!

- | | | |
|----------------------------|---|----------------------------|
| 1- YAPAMAM | → | 1-YAPABİLİRİM |
| 2-İNANMIYORUM | → | 2-İNANIYORUM |
| 3- ZAMANIM YOK | → | 3-ZAMAN YARATACAĞIM |
| 4- BELKİ | → | 4-KESİNLİKLE |
| 5- ACABA | → | 5-MUTLAKA |
| 6- KORKUYORUM | → | 6-KENDİME GÜVENİYORUM |
| 7- OLANAKSIZ | → | 7-İNANÇLA HERŞEY MÜMKÜNDÜR |
| 8- EĞER | → | 8-YAPACAĞIM |
| 9-BİLMİYORUM | → | 9-ÖĞRENECEĞİM |
| 10-DAHA ÖNCE HEP KAYBETTİM | → | 10-BU SEFER KAZANACAĞIM |
| 11-SONRA | → | 11-ŞİMDİ-ŞU AN |

3

Kendinizi keşfedin.
Nasıl daha iyi
öğreniyorsunuz?



**Hayattaki deęişimler önce kendini
tanımayı gerektirir.**

4

Plan yapın



Zaman tasarrufu yapmanın en iyi yollarından biri, önceden düşünmek ve plan yapmaktır. Beş dakikalık düşünme, genelde bir saatlik iş tasarrufu sağlar.

Charles Gibbons



BUGÜN

GÜNLÜK PLAN	YAPILACAKLAR
8	<input type="checkbox"/>
9	<input type="checkbox"/>
10	<input type="checkbox"/>
11	<input type="checkbox"/>
12	<input type="checkbox"/>
13	<input type="checkbox"/>
14	<input type="checkbox"/>
15	<input type="checkbox"/>
16	<input type="checkbox"/>
17	<input type="checkbox"/>
18	<input type="checkbox"/>
19	<input type="checkbox"/>
20	<input type="checkbox"/>
21	<input type="checkbox"/>
22	<input type="checkbox"/>

TELEFON / MAIL

ÖGÜNLER
K
Ö.Y
AY



5

Okuyun



Okudukça

- ⇒ **Genel kültürümüz artar.**
- ⇒ **İletişim becerilerimiz gelişir. Kendimizi daha iyi ifade edebiliriz.**
- ⇒ **Hayal gücümüz ve yaratıcılığımız gelişir.**
- ⇒ **Beynimiz gelişir. Okuma, anlama, kavrama, yorumlama yeteneğimiz artar.**
- ⇒ **Konsantrasyon ve dikkatimiz artar.**
- ⇒ **Bu durumda eğitim, okul ve sınav başarımız da artar.**

6

Motivasyon

MOTİVE OLMAK İÇİN

tam olarak ne istediğinizi kesinleştirin.

Niçin istediğinizi belirleyin

hedefler belirleyin

başaracağınıza inanın

çalışma ortamını iyi düzenleyin

Çalışma sonunda kazanacaklarınızı düşünün

yapmanız gereken işleri ASLA ertelemeyin

sizi kötü etkileyen arkadaş grubundan uzaklaşın





VERİMLİ ÇALIŞMAK İÇİN NELER YAPABİLİRİM?

BAŞARI ŞANS DEĞİLDİR!

BAŞARILI OLMAK İÇİN

**ÇOK
ÇALIŞMAK
DEĞİL**

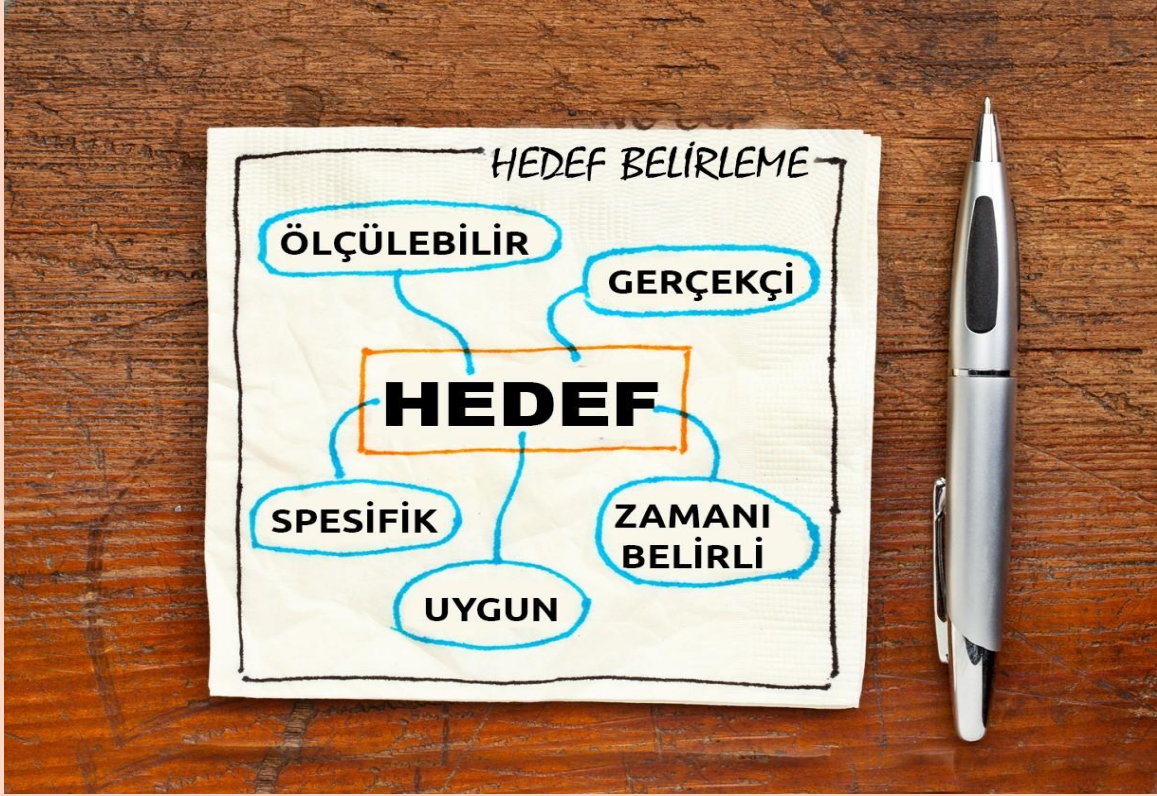


**ETKİLİ
ÇALIŞMAK
GEREKİR**

PEK ÇOK İNSAN, DİĞERLERİNİN BOŞA HARCADIĞI ZAMANI
KULLANARAK ÖNE GEÇER...

1

HEDEF
BELİRLE



HAYALLERİNİZ OLSUN



Hedefinizi Belirleyin!

Bir şeyin hedef olabilmesi için;

- * Ulaşılabilir olması,
- * Başka bir insana bağlı olmaması,
- * Somut ve net olması gerekir.



Daha çok çalışmalıyım.....**Hedef**
değildir

Matematik dersinin sayılar konusunu
çalışacağım.....**Hedef**

Sınav sonucumu 30 puan yükselteceğim.....
Hedef

Üniversiteyi kazanmak
istiyorum **Hedef değildir**

Ege Üniversitesi Psikoloji bölümünü kazanmak
istiyorum**Hedef**



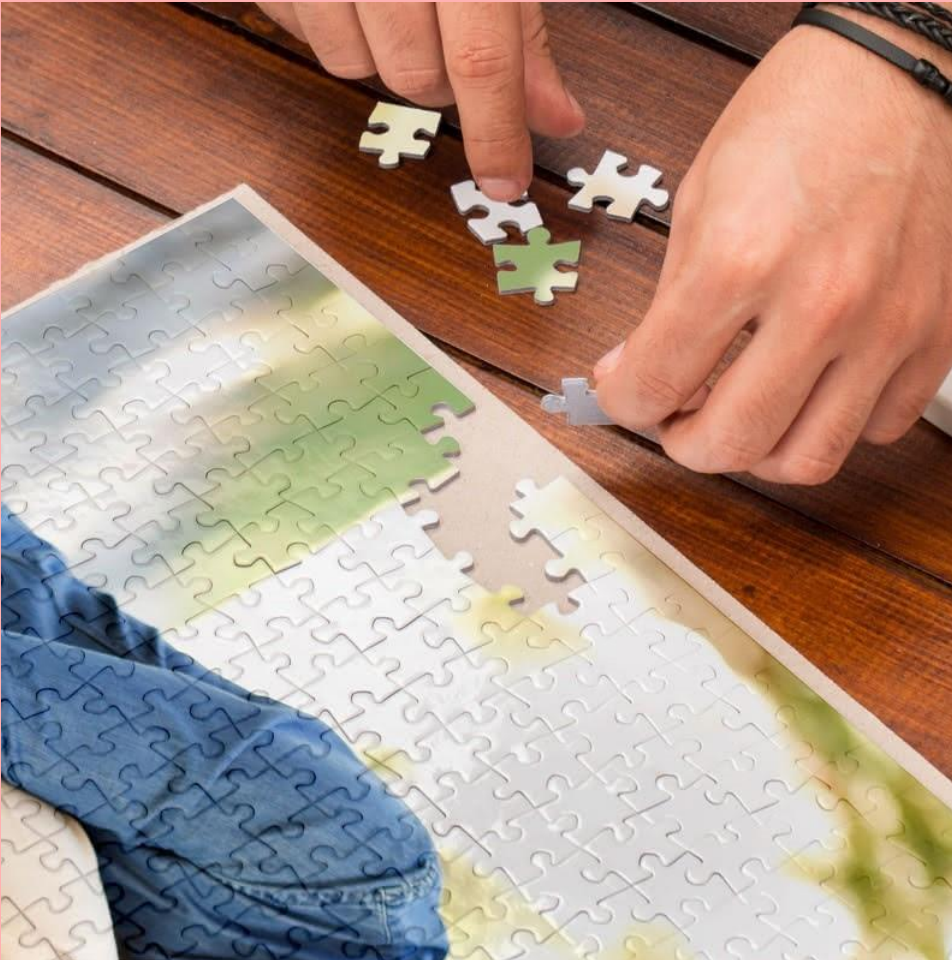
2

DERSE HAZIRLIKLI GELİN.

Büyük resmi görmediğiniz bir puzzle gibi...



Derse hiçbir fikriniz olmadan gelerseniz resmi tamamlamak için çok uğraşır ve çok zaman kaybedersiniz.



Bir ders için bir gün öncesinden 5-10 dakika hazırlanmak çok şeyi değiştirir.

3

DERSİ DERSTE ÖĞREN

Dersi kaçırdığınızda ya da öğrenemediğinizde kendi başınıza uzun saatler harcamak zorunda kalırsınız. Dersi derse öğrenirseniz küçük, düzenli tekrarlar yaparak ve soru çözerek çok iyi bir şekilde pekiştirme şansınız olur.



Bu nedenle size verilen eğitim fırsatını çok iyi bir şekilde kullanın...

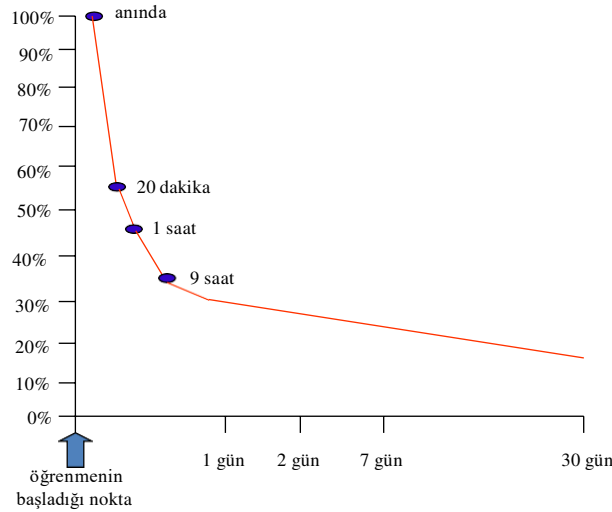




Düzenli tekrarlar yap

1. Okul bittikten sonra : Okul tekrarı. Ders başına 15 dakika civarı
2. 1 gün sonra:5 Dakika
3. 1 Hafta sonra: 5 Dakika
4. 1 Ay sonra: 5 Dakika

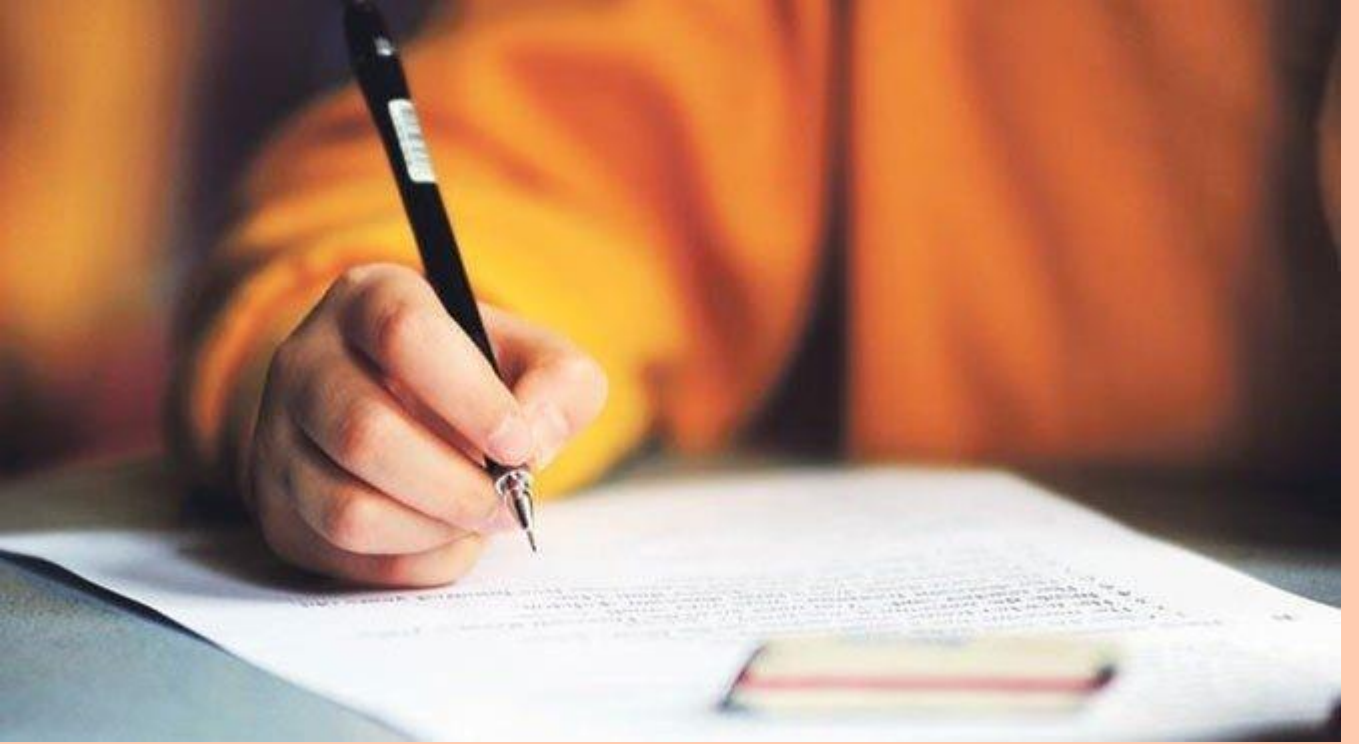
Hafızanın işleyişi ve unutma



Bilgileri unutmamak için düzenli tekrar etmeye ihtiyacınız var.

5

Her ders ve Konu ile ilgili yeterince soru çözü



Unutma: Yemeğin tarifi işin teorik kısmıdır. Ne zamanki yemeği uygulamaya geçersen, o zaman gerçek öğrenme sağlanır.

Öğrendiğiniz teorik bilgiyi pekiştirmek ve tam öğrenme sağlamak için soru çözmeyi gerekmektedir.

6

Çalışma Ortamı



Çalışma odanız düzenli, sessiz, havalandırılmış, ferah bir ortam olmalıdır.

Masa başında çalışmalısınız.



7

Zaman Yönetimi

Zamanınızın kontrolü sizin elinizde olsun.

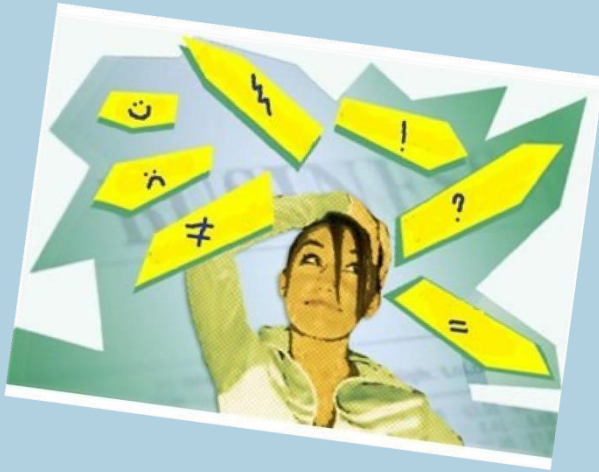


Başarılı insanlar hayatta her şeye zaman ayırmayı bilirler. Tek bir şeye saplanıp kalmazlar.

Başka???



1. Verimli çalışma tekniklerini öğrenin ve uygulayın.
2. Ders ayrımı yapmayın. Bütün dersleri öğrenmeye çalışın.
3. İç motivasyonunuzu geliştirmek için mücadele edin.



4. Kitap okuma alışkanlığı geliştirin.
5. Dikkat toplama egzersizleri öğrenin ve uygulayın.
6. Hızlı okuma tekniklerini öğrenin.
7. Sağlıklı yaşama alışkanlıklarını geliştirin.

Öğrenmek için



Araştır



Sor



oku



Anlat



Tekrarla

BAŞARILAR DİLERİM...

