

Verimli Ders Çalışma



VERİMLİ DERS ÇALIŞMA

"En büyük bilgelik kendine egemen olabilmektir." EURIPIDES

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 sürdürmediğinden şikâyetçidir. Yapılan araştırmalar ders çalışma konusundaki sorunlar, başlıca şu nedenlerden kaynaklanmaktadır:

1. Öğrencinin küçük yaştan itibaren çalışma alışkanlığı edinememiş olması
2. Yanlış çalışma alışkanlıkları
3. Temel bilgi eksikliğinden dolayı dersleri anlayamama
4. Kendine güvensizlik, olumsuz duygu ve düşünceler
5. Ailevi sorunlar

En yaygın olan yanlış ders çalışma alışkanlıkları ise şu biçimlerde göze çarpmaktadır;

1. Amaçsız çalışma
2. Plansız ve programsız çalışma
3. Evin değişik yerlerinde çalışma
4. Yatarak, uzanarak çalışma
5. TV karşısında ya da sesli ve sözlü müzikle çalışma
6. Kaynaklardan yararlanmama
7. Derslerden korkma, anlayamadığı dersi bırakma
8. Derslerle ilgili önyargılar Eğer bir öğrenci yukarıdaki alışkanlıklara sahipse büyük ölçüde yanlış ders çalışma alışkanlıklarına sahip demektir.

Bu yüzden aşağıdaki verimli ders çalışma yöntemlerini dikkatle izlenmesi ve uygulanması gereklidir;

AMAÇ BELİRLEYİN

Çalışmanızın yönünü belirlemek ve çalışma isteğinizi sürekli tutmak için yapmanız gereken en önemli şey size ileride mutlu edecek yönü belirlemektir. Neye ulaşmak için çalıştığınızı bilmeniz gerekir.

PLANLI VE PROGRAMLI ÇALIŞIN

Amacınıza ulaşmanız için hangi derse ne kadar çalışacağınızı, ne zaman çalışabileceğinizi ne kadar gayret göstermeniz gerektiğini bilmelisiniz. Verimli çalışma; zamanı, belirlenmiş amaçlar doğrultusunda programlı olarak kullanabilmektir. Bu çalışma programı içinde eğlenmeye, dinlenmeye, aileye, sevdiklerine zaman ayırmaya ve hobilere daima yer vardır.

BELLİ BİR ÇALIŞMA ODASI YA DA KÖŞESİ BELİRLEYİN

Hep aynı yerde çalışmak, çalışacağınız yere geldiğinizde derse daha kolay kendinizi vermenizi sağlar. Çalışma masasında sadece ders çalışmalısınız.

MASA BAŞINDA OTURARAK ÇALIŞIN

Uzanarak ya da yatarak çalışmak yerine masa başında oturarak çalışmak, dikkatin daha uzun süreli

derste kalmasını kolaylaştırır. Uzanarak, yatarak vb çalışmak kısa sürede dikkatin dağılmasını sağlayarak hemen gevşeyerek uykuya neden olan davranışlardır.

DERSİ EZBERLEMEDEN ÖĞRENMEYE ÇALIŞIN

Öğrenmeye çalıştığınız konuyu ezberlemekten kaçının. Ezberleyen öğrencide yorum yapma, bağlantı kurma, sebep sonuç ilişkisini görme, ana fikir bulma gibi yetenekler gelişmez.

ZORLANDIĞINIZ DERSİ BİR KENARA BIRAKMAYIN

Çok zorlandığınız bir dersin, tüm konularını öğrenmeye çalışıp güveninizi yitirerek dersten uzaklaşmak yerine, anlayabileceğiniz konuları seçerek, özellikle ve öncelikle bunlar üzerinde durun

ÇEŞİTLİ KAYNAKLARDAN YARARLANIN

Elinizin altında ders kitapları, yardımcı kitaplar, örnek çözümlü kitaplar, sözlük ve ansiklopedi gibi kaynaklar bulunsun.

ÇALIŞMANIZI DEĞERLENDİRİN

Çalışmanızın sonunda kendinizi değişik sorularla, problemlerle değerlendirin. Cevaplayamadığınız soruların ait olduğu konuları tekrar ele alın. Özellikle sınavlardan sonra yanlış yaptığınız sorular üzerinde durarak bu konuları tekrar çalışın.

KENDİNİZİ ÇALIŞMAYA ZORLAYIN

Yukarıda açıklamaya çalıştığımız verimli ve etkili ders çalışma yöntemlerini uygulamak tamamen bir irade ve iç disiplin olayıdır. Yeter ki, ne istediğinizi bilin, çalışmak için kendinize iyi bir zemin hazırlayın ve öğrenmeyi isteyin, gerisi kendiliğinden gelecektir.

ÖĞRENME ZİHİNSEL YORGUNLUK YARATMAZ

İnsan vücudunda ki hücrelerin önemli bir özelliği arka arkaya gelen uyarılara cevap verme sürelerindeki farklılıktır. Kas hücrelerinde bu süre, sinir hücresine oranla çok uzundur. Kas hücresi bir uyarıyı aldıktan hemen sonra ikinci bir uyarıya cevap veremezse bu süreye cevapsızlık süresi denir. Eğer kas hücresine uyarılar arka arkaya gelir ve kas hücresi buna cevap vermezse, yorgunluk meydana gelir. Buna karşılık sinir hücresinin cevapsızlık süresi kas hücresine göre çok daha kısadır. Yani sinir hücresi arka arkaya gelen uyarılara cevap verebilir ve kas hücresi gibi yorulmaz. Bu nedenle çok öğrendim yorulduğum duygusu yanlıştır. Zihni yorgunluk olamaz.

EN ETKİLİ ÖĞRENME SINIF İÇİNDE OLUŞUR

Eğitim öğretim olayını ele alan, bilimsel araştırmalar yapan eğitim biliminin bulguları sonunda en etkili öğrenmenin sınıf içinde karşılıklı tartışarak öğrencilerin öğrenme olayının içine aktif olarak girmeleriyle, yaparak ve yaşayarak oluştuğu ortaya çıkmıştır.

Bir Fıkra:

Adamın birisi köylüye sormuş:
— İneğin günde kaç litre süt veriyor?
Köylü cevaplamış:
— İnek süt vermez biz alırız...

Hayat istediklerimizi vermez. İstedikimizi çalışarak elde etmek zorundayız.

ÖRNEK BİR DERS ÇALIŞMA PROGRAMI

Burada örnek olması açısından bir hafta sonu gününü ve hedefleri büyük bir öğrenci için yapılmış bir ders çalışma planını verelim. Uygulaması size kalmış.

08-09==== Kalkış ve Kahvaltı
09-10==== 1. Ders Çalışma + 15 dk. Dinlenme
10-11==== 2. Ders Çalışma + 15 dk. Dinlenme
11-12==== 3. Ders Çalışma + 15 dk Dinlenme

12-13==== Dinlenme + Öğle Yemeđi + Tv.
13-14==== Sosyal Aktivite (Gezi, Piknik, Sportif Aktivite vs.)
14-15==== Sosyal Aktivite (Gezi, Piknik, Sportif Aktivite vs.)
15-16==== Bilgisayar ya da yetenek geliştirme(Resim, müzik vs..)
16-17==== Kitap Okuma + 15 dk. Dinlenme
17-18==== 4. Ders Çalışma + 15 dk. Dinlenme
18-19==== 5. Ders Çalışma + 15 dk. Dinlenme
19-20==== Akşam Yemeđi + Tv 20-21====Tv
21-22==== 6. Ders Çalışma + 15 dk. Dinlenme
22-23==== Haftalık Tekrar + 15 dk. Dinlenme (Hafta içi 30dk. Günlük Tekrar)
23----- Kesin Yatış

Bu vakitlerin yerleri sizin şartlarınıza göre değiştirilebilir. Burada 9 saat uyku verilmiştir. Bu vakit 8”e de indirilebilir. Ders Çalışma vakitlerinin içeriği konu anlatımı çalışma ve test çözümüdür. Son olarak programınızı anne ve babanızla paylaşmalı onların da fikirlerini almalı ve programımızın sürekliliği konusunda onlardan yardım istemelisiniz. Kendi başımıza kaldığımızda programımızı delme ihtimalimiz daha fazla olduğundan yaptığımız programı anne ya da babamıza izah ederek kendinizin takip ve kontrol edilmenizi sağlamanız faydalı olabilir.