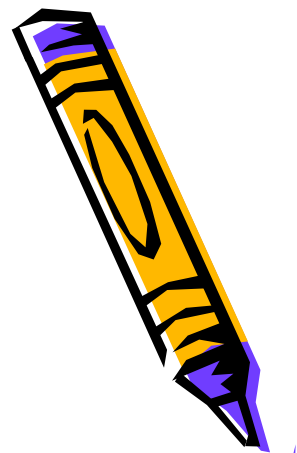


Verimli Ders  
Verimli Ders  
Çalışma Teknikleri



# EĞİTİM

## İNSANIN

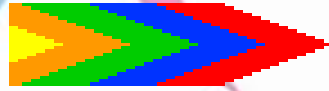
1. MESLEĞİNİ,
2. ÖZEL HAYATINI
3. AİLESİNE SAĞLAYACAĞI İMKANLARI
4. TOPLUMDAKİ YERİNİ

BELİRLER.



**BAŞARI ŞANS DEĞİLDİR!**

**ÇOK  
ÇALIŞMAK İLE  
DEĞİL**



**ETKİLİ  
ÇALIŞMAK  
GEREKİR**



# Ders Çalışırken Konsantrasyon Sorunu Yaşıyorsanız Nedenleri

- Amaçların olmayışı
- Yanlış düşünce ve inanışlar
- Ders çalışma isteksizliği,
- Planlı ve düzenli çalışmama,
- Yanlış çalışma alışkanlıkları,
- Gürültülü ortamlar,
- Aynı anda iki işi birden yapmaya çalışmak,
- Çözüm bekleyen sorunlar,
- Sağlık problemleri,
- Yetersiz beslenme
- Yetersiz uyku,
- Kendine zaman ayırmama





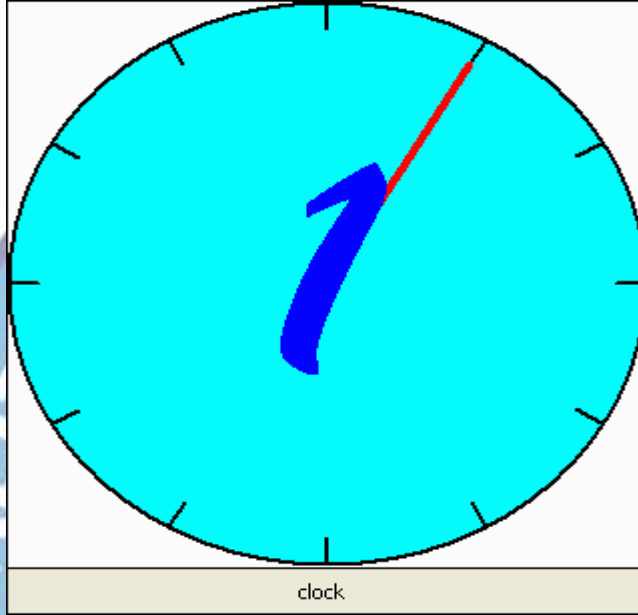
# Konsantrasyonunuzu arttırmak için

- Amaçların olsun
- Yanlış düşünce ve inanışlardan kurtulursanız ders çalışma isteksizliğiniz de sona erer.
- Planlı ve düzenli çalış,
- Doğru çalışma alışkanlıkları kazan,
- Gürültülü ortamlardan uzak dur,
- Aynı anda iki işi birden yapmaya çalışma,
- Doğru beslenme alışkanlıkları edinmeye çalış.
- Yeterli uykunu al,
- Kendine zaman ayır. Fiziksel egzersiz, doğa yürüyüşü, spor yapmak, vs. aktivitelerde bulun.



MANİSA

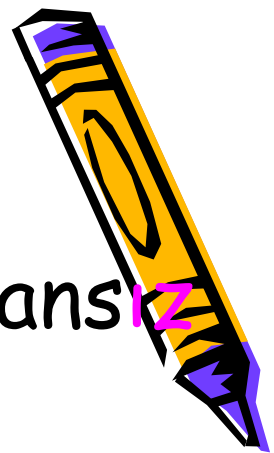
20 05



**KEŞKE!!!**  
dememek için zamanınızı iyi  
değerlendirin.

# PLANLI ÇALIŞMA:

- Hedefe ulaşmak için bir plan yapın.Plansız asla yola çıkmayın.
- Hangi derse, ne zaman, ne kadar, haftanın hangi günlerinde çalışacağımızı,
- Konu tekrarının zamanını,
- Planını yapıp, çeşitli nedenlerden dolayı yapamadıklarımızı,ne zaman yapacağımızı,
- Dinlenme,sportif faaliyetler,kültürel etkinlikler gibi ders dışı etkinliklere ne zaman vakit ayıracağımızı belirlemeliyiz.



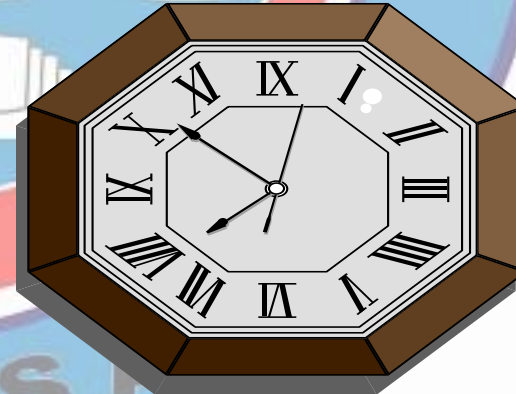
# VERİMLİ DERS ÇALIŞMA SÜRESİ

45 Dak. + 5 Dak.+10 Dak. = 60 Dakika

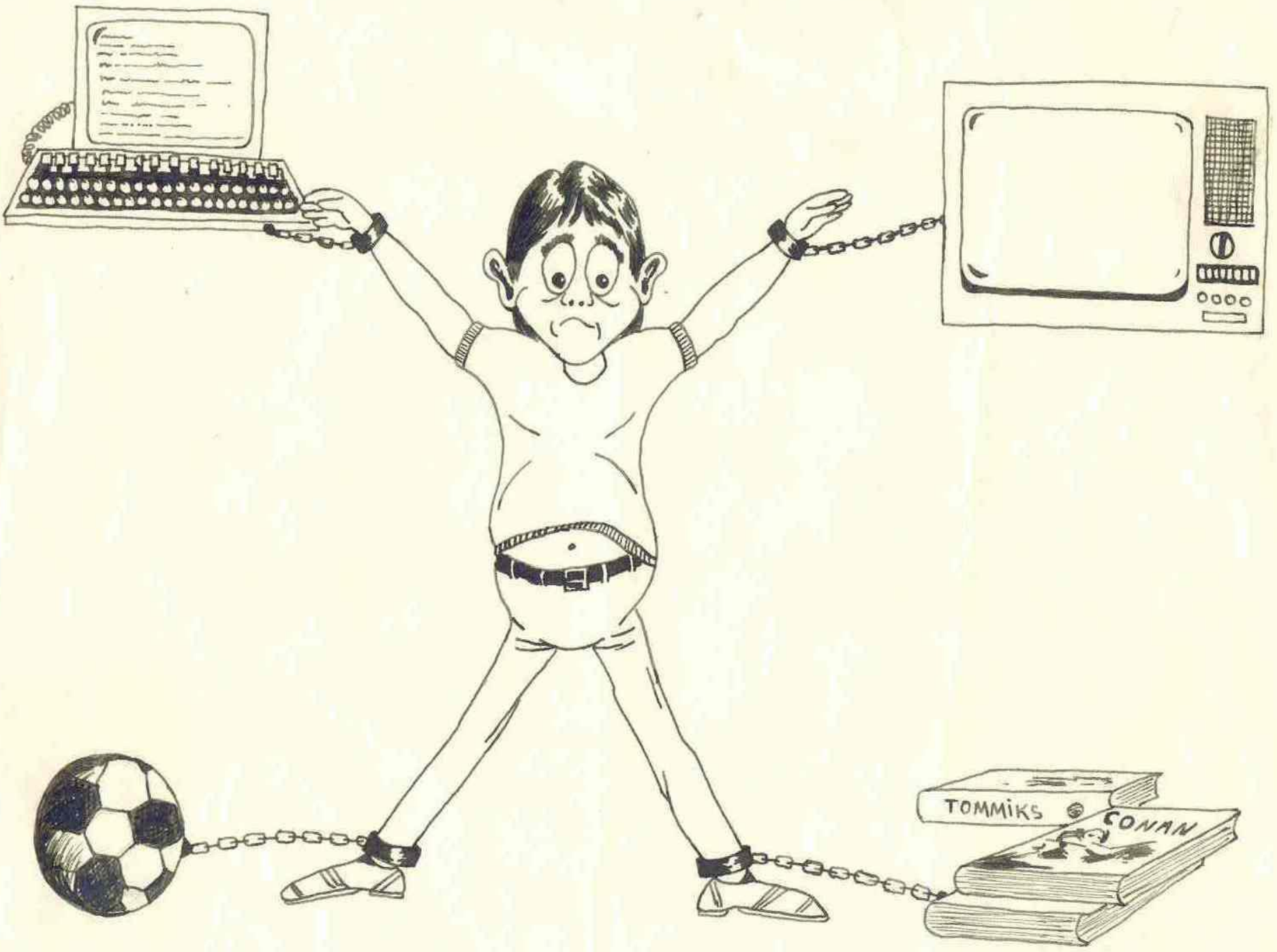
45 Dakika : DERS ÇALIŞMA

5 Dakika : ÇALIŞILAN KONULARIN GÖZDEN GEÇİRİLMESİ

10 Dakika : DİNLENME







**UNUTMAYIN!**  
Rotası(Yönü) belli olmayan  
gemiye hiçbir rüzgar fayda  
etmez.



Benim Uzun Vadede Amacım  
Veteriner Olup Sana  
Yaşlılığında Bakmak Kısa  
Vadeli Amacım İse Bunu Sana  
Anlatmak

# AMAÇLARIN VE ÖNCELİKLERİN BELİRLENMESİ

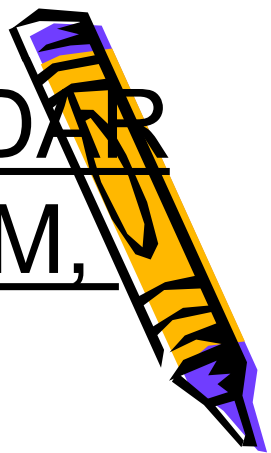
- Her çalışma bir amaca yönelik olmalıdır. Bu amaçlar yakın ve uzak amaçlar olarak ayrılabilir.



GLASBERGEN

ÇALIŞMANIN BENİM İÇİN NE KADAR  
ÖNEMLİ OLDUĞUNU BİLİYORUM,

AMA ÇALIŞAMIYORUM !...





# AMAN DİKKAT!! İNSAN ÖĞRENDİKLERİNİ ÇOK ÇABUK UNUTUR!..

% 100 Öğrendiğimiz bir şeyin

- 20 Dk. -----→ % 50'si
- 60 Dk. -----→ % 70'i
- Gün sonunda -----→ % 80'ini unuturuz.



# SİSTEMLİ BİR TEKRAR PROGRAMI GELİŞTİRİN!!

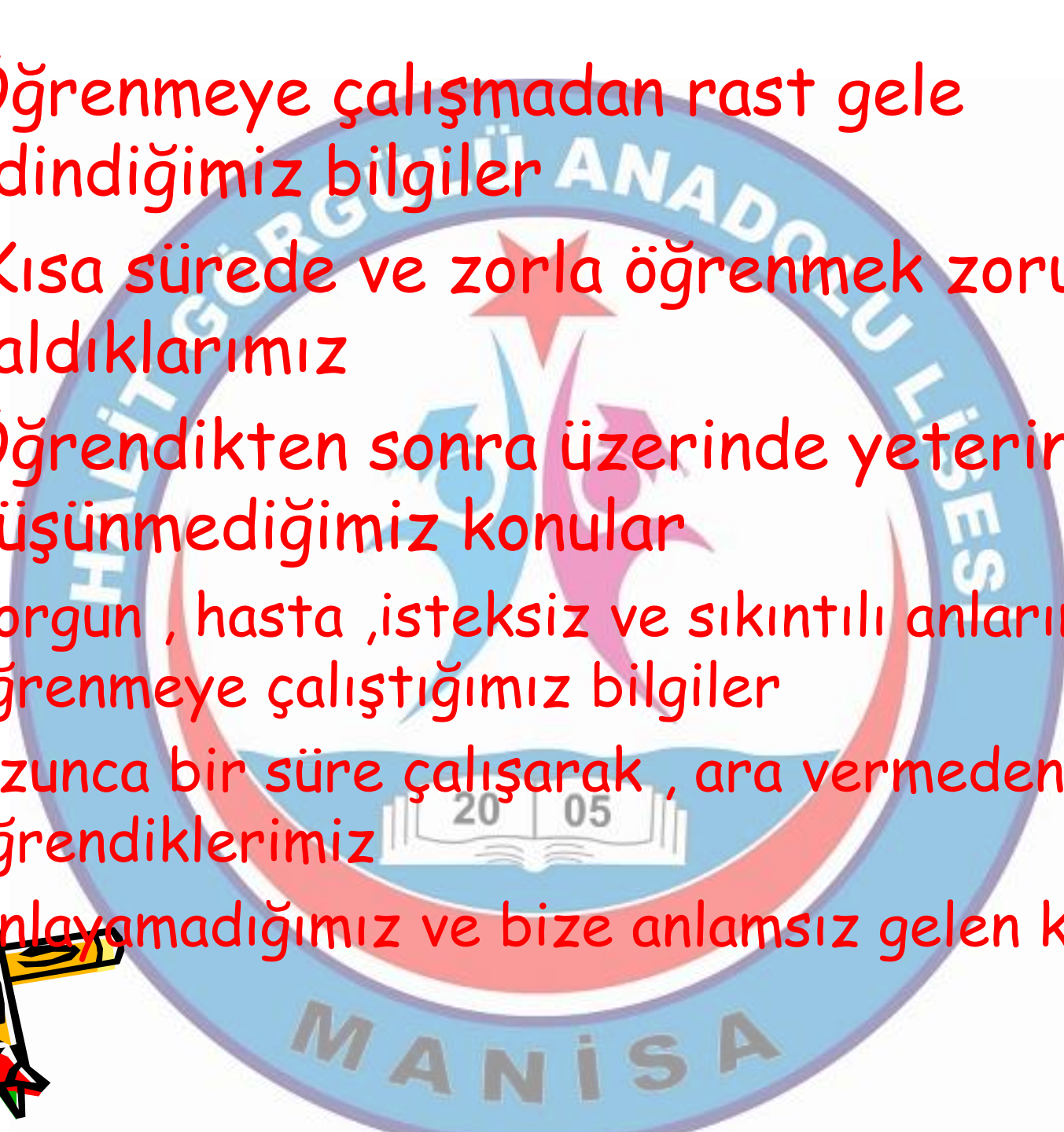
Tekrar zamanı	Genel tekrar süresi	Bilginin saklanma süresi
45 dk.Sonunda	5 Dakika	1 Gün
1 gün Sonunda	10 Dakika	1 Hafta
1 Hafta Sonunda	20 Dakika	1 ay
1 ay sonunda	30 dakika	Uzun Süreli Hafıza

# EN ÇOK NELERİ UNUTURUZ!!

- ❖ Adlar
- ❖ Rakamlar ve tarihler
- ❖ İstenmeyen şeyler
- ❖ Zor öğrenilmiş, tam olarak kavranmamış konular



- ❖ Öğrenmeye çalışmadan rast gele edindiğimiz bilgiler
- ❖ Kısa sürede ve zorla öğrenmek zorunda kaldıklarımız
- ❖ Öğrendikten sonra üzerinde yeterince düşünmediğimiz konular
- ❖ Yorgun , hasta , isteksiz ve sıkıntılı anlarımızda öğrenmeye çalıştığımız bilgiler
- ❖ Uzunca bir süre çalışarak , ara vermeden öğrendiklerimiz
- ❖ Anlayamadığımız ve bize anlamsız gelen konular

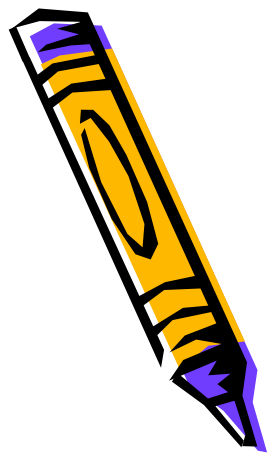




# ...YA EN AZ UNUTTUKLARIMIZ?!!

- ❖ Güzel olaylar, anılar
- ❖ Yatmadan önce gözden geçirilenler
- ❖ Hatırlanması gerektiğine karar verilen şeyler

Üzerinde sık sık konuşulan, tekrar edilen şeyler



❖ Kazanılan başarılar

❖ Kişiyeye anlamlı gelen konular

❖ Her zaman yüksek sesle düşünölen ve konuşulanlar

❖ Fiziksel becerilere sıkı sıkıya bağılı olanlar

❖ Bireyi doğrudan ilgilendiren konular ve olaylar

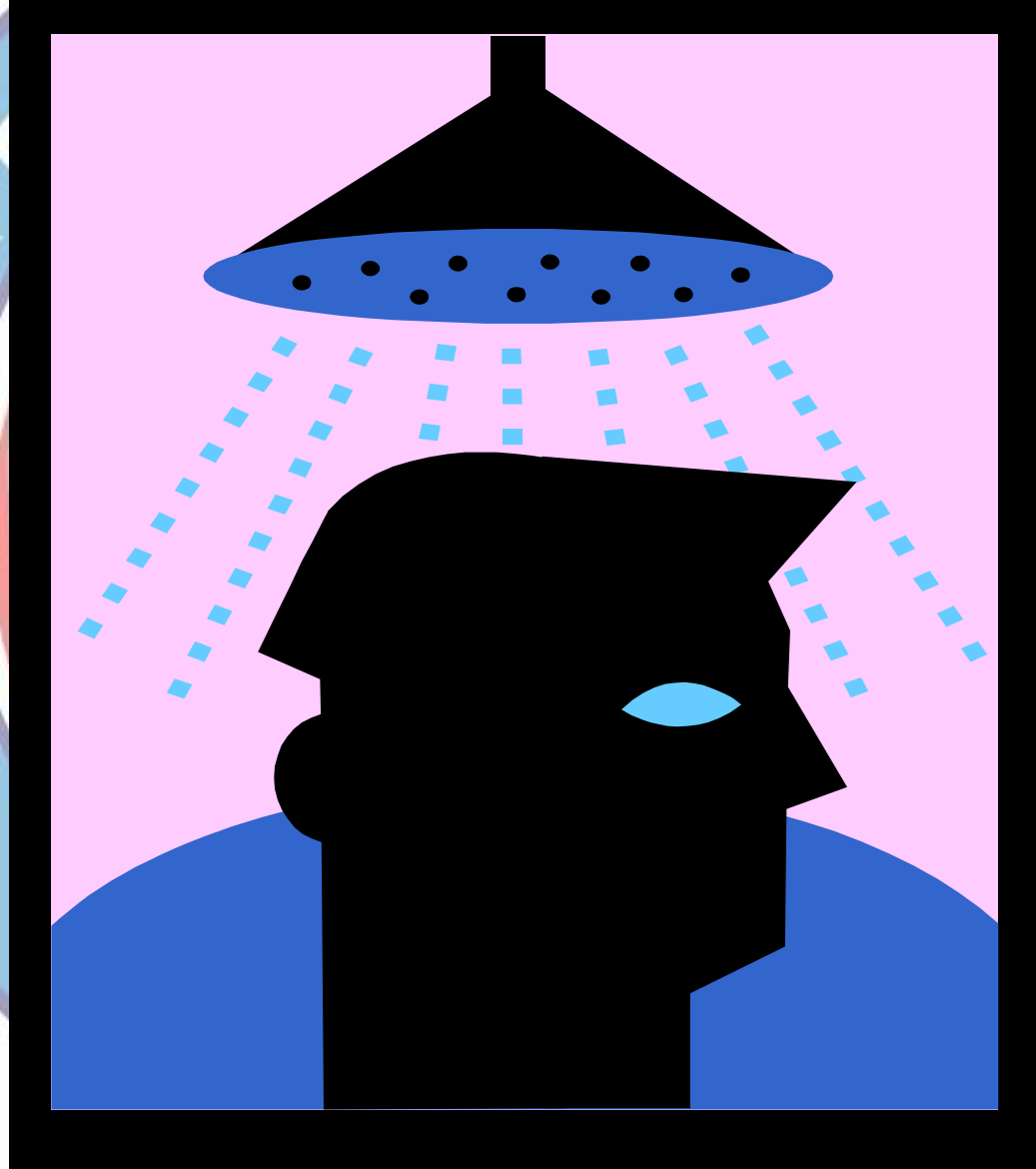


# DERS ÇALIŞMA TEKNİĞİ (İSOAT)

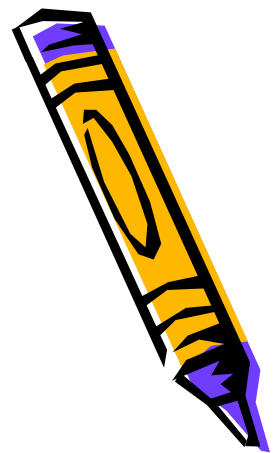
- İzle (Önce çalışacağınız konuya göz atın)
- Sor (Konu ile ilgili kendine soru sor)
- Oku (Konuyu Oku)
- Anlat (Konuyu kendine anlat)
- Tekrar et (Konuyu tekrar et)



# *BAŞARI BEYİNDE BAŞLAR*

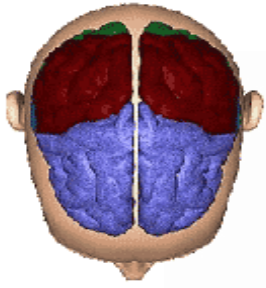






- *Beyin, insan vücudunun %2'si ağırlığında olmasına rağmen, geriye kalan %98'i yönetiyor. Başarının da mutluluğun da kaynağı beyin.*





# *Beyin kullanılmazsa*



- Kullanılmayan organ körelir.  
Sürekli TV seyrederek beyninizi  
düşük viteste çalıştırmayın.  
Beyninizin sınırlarını zorlamayan  
etkinlikler, beyninizi geliştirmez.*





## *Beyniniz için bunları yapın;*

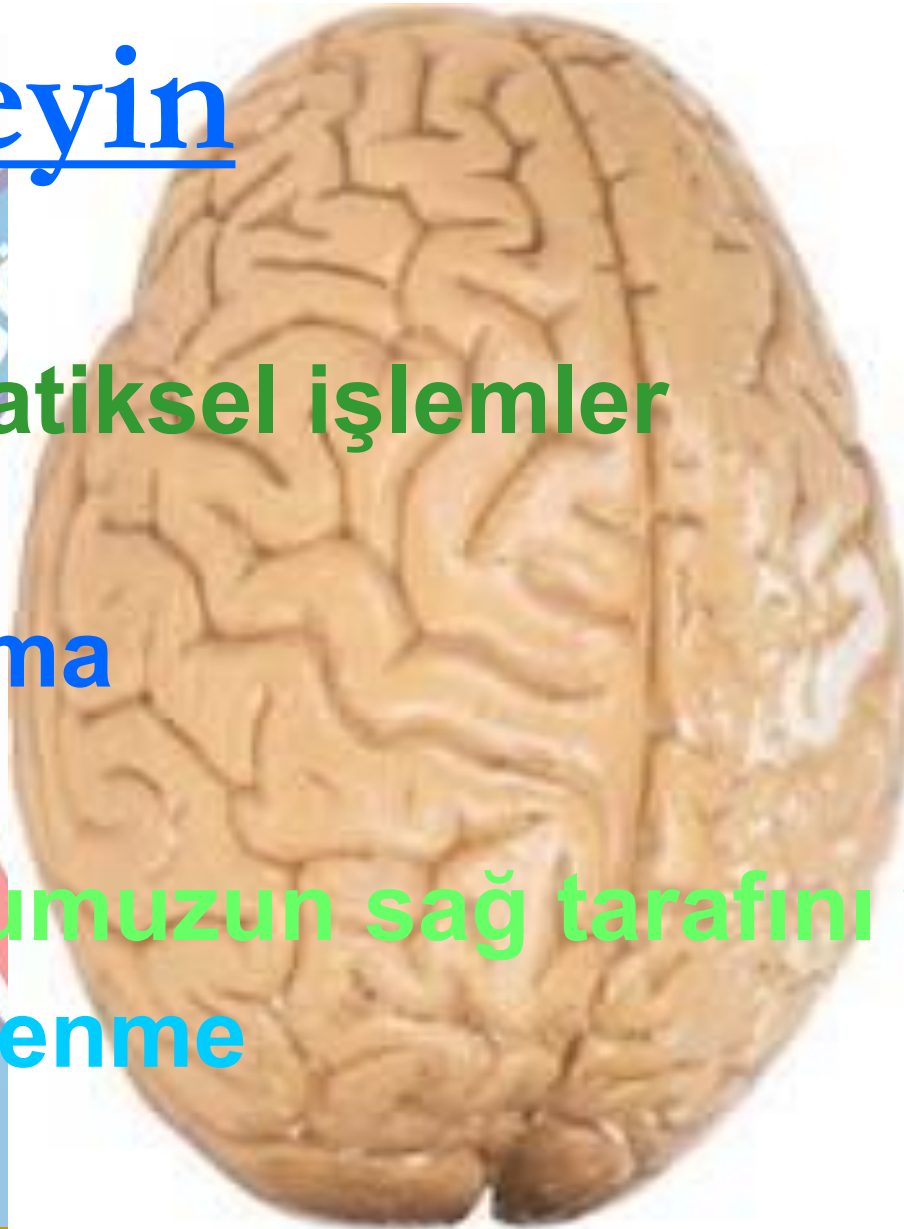
- Beyin temiz havada ve ayaktayken daha iyi çalışır.
- Bulmaca çözün(su doku).
- Kelime ezberleyin.
- Kitap okuyun.
- Satranç oynayın.
- Zihinsel rutinlerinizi kırın.





# Sol beyin

- **Mantık**
- **Matematiksel işlemler**
- **Analiz**
- **Konuşma**
- **Sayılar**
- **Vücudumuzun sağ tarafını yönetir**
- **Dil Öğrenme**





# Sağ Beyin

- Müzik-Ritim
- Hayal gücü
- Yaratıcılık
- Renkler
- Yüzleri tanıma
- Şekil
- Bütünsel
- Artistik



- SARI MAVİ TURUNCU SİYAH
- YEŞİL KIRMIZI MOR YEŞİL
- MAVİ YEŞİL MAVİ SİYAH
- YEŞİL SARI MOR



# • *Biliyor muydunuz ???*

Yapılan bir araştırmaya göre öğrenciler;

Okuduklarının	%10 unu;
İşittiklerinin	%20 sini;
Gördüklerinin	%30 unu;
Görüp işittiklerinin	%50 sini;
Söylediklerinin	%70 ini;
Yaptıklarının	%90 ını
akıllarında tutuyor	

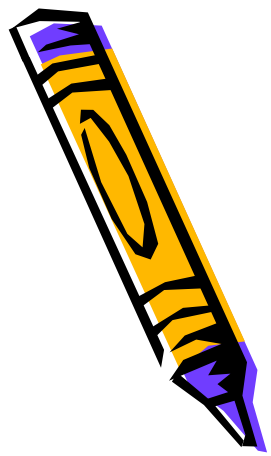


MANİSA





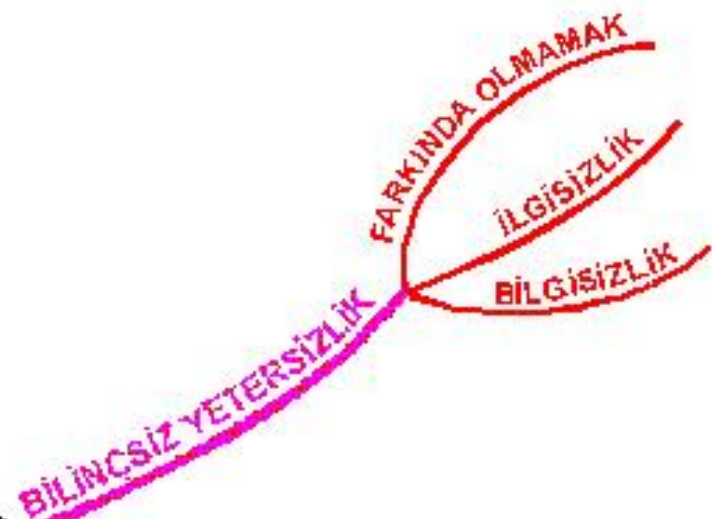
# ZİHİN HARİTASI







ÖĞRENME



# Zihin Haritası

- Zaman kazandırır - Sadece anahtar kelimeler ve kavramları not alır ve okursunuz.
- Önemli konular üzerinde yoğunlaşmanızı sağlar.
- Hatırlama gücünüzü artırır.
- Gözünüzü / beyninizi uyararak dikkatini

çeker

Resmin genelini ve detayları aynı anda görmeyi sağlar





- Şöyle bir biyografi için ne dersiniz.

- 31 yaşında iş hayatında başarısızlığa uğradı.
- 32 yaşında meclis seçimlerine girdi ve kaybetti.
- 34 yaşında iş hayatında tekrar başarısızlığa uğradı.
- 35 yaşındayken sevgilisinin ölümünü yaşadı.
- 36 yaşındayken depresyondaydı.
- 38 yaşında seçimlere girdi ve kaybetti.
- 43 yaşında kongre seçimlerine girdi ve kaybetti.
- 46 yaşında kongre seçimlerine girdi ve kaybetti.
- 55 yaşında senatörlük seçimlerine girdi ve kaybetti.
- 56 yaşında başkan yardımcısı olma çabaları sonuçsuz kaldı.
- 58 yaşında senatörlük seçimlerini kaybetti.
- 60 yaşında ABD başkanı seçildi.



Lincoln

MANİSA