SERVET AKAYDIN İLKÖĞRETİM OKULU
KOCASİNAN 1977

T.C. MİLLİ EĞİTİM BAKANLIĞI

SAYI: 2

KASIM-2012

SERVET AKAYDIN İ.-O. REHBERLİK SERVİSİ AYLIK e-DERGİSİ

İLETİŞİM

ÖĞRENCİ REHBERLİĞİ

Rehberlik Eğitimin RUHUDUR

İÇİNDEKİLER

VERİMLİ DERS ÇALIŞMA YÖNTEMLERİ

1-13

HAZIRLAYANLAR:
OKUL REHBER ÖĞRETMENLERİ
SERVET ENGİN GENÇBAY
SALİH YIKILMAZ

SERVET AKAYDIN İLKÖĞRETİM OKULU
KOCASİNAN 1977

En arkadaki "seyirci" adam

"Bu sabah acelem yoktu.
Otobüsten indikten sonra yavaş yavaş yürürken aynı otobüsten inen ve önümde yürüyen üç adamın davranışları dikkatimi çekti.
En öndeki sanki arkasından biri kovalıyormuş gibi hızlı adımlarla yürüyordu.
Arkasından gideni hayli geride bırakmıştı.Kendi kendime 'bu adam kesinlikle hayatta başarılı olacaktır' diye düşündüm.
Onun arkasından yürüyen sakin adımlarla yürüyordu.
Belki 'bu adam da hayatta başarılı olabilir' diye mırıldandım.
En arkamdan gelen adamın sanki hiçbir amacı yokmuş gibi sağına soluna bakmıyor, sallana sallana yürüyordu.
Onun için ise 'işte hayatta hiç bir işe yaramayacak olan serseri' diye düşündüm.Tam o anda bir gerçeğin farkına vardım.
Ben bu adamlardan en sondakinin bile en gerisindeydim ve hiçbir şey yapmıyor sadece onları seyrediyordum."

En arkadaki "seyirci" adam olmuştum!

Sevgili gençler sınavlara hazırlanırken arkadaki seyirci adam olmak istemiyorsak başarılı olabilmek için etkili çalışma tekniklerini bilmemiz gerekmektedir.
Şunu hepimiz çok iyi biliyoruz ki:artık çok çalışan değil, verimli ders çalışanlar sınavlarda başarılı oluyorlar.

SERVET AKAYDIN İLKÖĞRETİM OKULU KOCASİNAN 1977

" Gideceği limanı bilmeyen geminin hiçbir rüzgâr fayda etmez"

Açık ve Net Bir Hedefin Olmalı!

Başarılı olmanın tek ve mutlak ölçüsü yoktur. Örneğin sadece liselere giriş sınavını kazanmak başarılı olmanın tek yolu değildir. İnsan yetenekli olduğu çok değişik alanlarda, severek yapabileceği çeşitli işlerde kendini ortaya koyabilmişse, başarılı olmuş demektir. Hayatta en büyük amaç huzurlu olmaktır.

Çalışmanızın yönünü belirlemek ve çalışma isteğinizi sürekli tutmak için yapmanız gereken en önemli şey, sizi ileride huzurlu edecek yolu belirlemektir. Neye ulaşmak için çalıştığınızı bilmeniz gerekir.

" Başarılı olabilmeniz için mutlaka açık olarak tanımlanmış amaç ve amaçlarınızın olması ve bunlara inanmanız gerekir."

Amaçlarınızı belirlemek için üç tane liste düzenleyiniz.

Sırasıyla;

1. On yıl sonra hayatta neyi başarmış, hangi noktaya varmış olmayı istersin?
2. Bir yıl sonra neleri başarmış olmak istersin?
3. Gelecek ay yapman gereken faaliyetler nelerdir?

Amaçlarınızı bu şekilde belirledikten sonra, her listede en büyük önem derecesine sahip ikişer amacı yeni listede toplayarak, amaç-plan cetveli oluşturunuz. Listenin en üstünde bulunan hayat amacınızı büyük harflerle yazarak çalışma masanızın karşısına asınız. Öyle ki ders çalışırken kafanızı her kaldırdığınızda amacınızla karşılaşın.

Çünkü amaçlar motivasyon için temel oluşturur ve davranışlarınızı yönlendirir.

Her çalışma bir amaca yönelik olmalıdır bu amaçlar, belli bir mesleği elde etmek gibi genel; bir problemin çözümünü öğrenmek, bir yazıda ana düşünceyi bulmak gibi de özel olabilir.

Bunları iyi belirleyerek çalışmaya başlayan kişiler, bu yakın amaçlara ulaşa ulaşa sınıfını geçmek, okulunu bitirmek ve sınavı kazanmak biçiminde özetlenen, uzaktaki amaçlara da ulaşmaktadırlar.

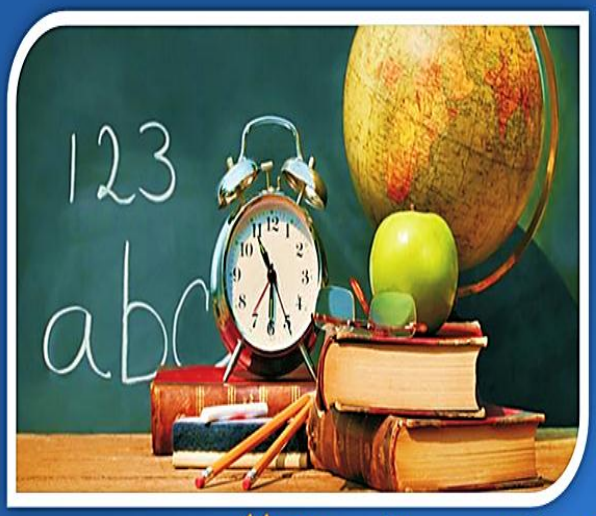
SERVET AKAYDIN İLKÖĞRETİM OKULU KOCASİNAN 1977

Başarmak İstiyorsan, Kendine güvenmelisin!

Kişinin yaptığı çalışmaya kendini vermesi her şeyden önce işin üstesinden geleceği konusunda " kendine güvenmesini" gerektirir.
Yetersizlik duyguları içindeki bir öğrencinin, başarıya ulaşmak için, dikkatli bir çalışma ortamı içinde bulunması güçtür.
Bu yönüyle, verimli çalışmada öğrencinin kendine güvenmesinin önemi hiçbir koşulda göz ardı edilemez.
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 bazı 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 v.b şeklinde kendine iç telkinler vermesi 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 üstesinden gelinerek verilmiş olan kararı gerçekleştirmektir.
Çalışmada kararlılık ile ilgili bir başka nokta da, 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 ertelemek demektir.
Bu gibi durumlarda dikkatinizi toplayabilmeniz de hep ertelenmiş olacaktır.

SERVET AKAYDIN İLKÖĞRETİM OKULU KOCASİNAN 1977



"İnanç ve ümit olmadıkça hiçbir şey yapılmaz."

"Neden Çalışmalıyım?" Sorusunu kendine Sık Sık sormalısın

Ders çalışmak sizlerin etki alanında, sorumluluğu size ait olan bir etkinliktir. Olumlu düşünmeli ve kendinize olan güveninizi üst düzeyde tutmalısınız.

Gerçekleri kabul etmeli, başarısız olunan konularda kötümserliğe kapılmamalısınız. Unutulmamalı ki, başarısız olunan konularda ileride başarılı olmak mümkündür.

Değişmenin, gelişmenin ve her çabanın karşılığını alabileceğinize inanmalısınız.

Kendinizi başkalarıyla değil, kendinizle kıyaslamalısınız.

Hedeflerinizi gözden geçirip uzun vadede kendinize olumlu katkı sağlayarak hedefleri ön plana almalısınız.

Bugün ders çalışarak sınavları kazanmayı, sınavları kazanarak da istenilen mesleğe ulaşmayı hedefliyorsanız, zaman zaman aşağıda yer alan soruları kendinize sormalısınız.

- Şu an ne yapıyorum?
- Yaptığım şeyi ne kadar süredir yapıyorum?
- Bu işi yapmak bana bir yıl, beş yıl, on yıl sonra ne kazandırır?
- Bu işi yapmak için şu an uygun zaman mı? Şu an uygun değilse ne zaman uygun olur?

SERVET AKAYDIN İLKÖĞRETİM OKULU KOCASİNAN 1977

Başarılı olmak için saatlerce ders çalışmak değil, etkili çalışmak önemlidir.

Etkili çalışmak; zamanı belirlenmiş, hedefleri saptanmış, öncelikler doğrultusunda programlı olarak çalışmaktır.

Bu programın içinde dinlenmek, eğlenmek ve hobiler de yer alır.

Verimli ders çalışabilmeniz için;

1. Kendinize ait bir sebebiniz,
2. Ders çalışmayı engelleyen faktörlerden uzaklaşmanız,
3. Amaçlarınız,
4. Düzenli ve disiplinli çalışmanız,
5. Çalışmayı istemeniz gerekmektedir.

Başarılı olabilmeniz için amaçlarınızı açık ve net olarak belirleyip tanımlayın.

Amaçlar motivasyon için temel oluşturur.

Çalışmak için Yeterince İstek duyuyor musun?

Amaçlarınızı belirlerken uzun vadeli, kısa vadeli ve orta vadeli amaçlar olarak sınıflandırın.

Amaçlarınızı sınıflandırdıktan sonra diğer önemli nokta ders çalışırken dikkatinizi toplayabilmektir.

Konsantrasyon olmadan öğrenme sağlanamaz.

Konsantrasyonu sağlayabilmek için zihinsel çaba gerekir.

Kendilerini motive etmekte güçlük çeken öğrenciler, genellikle ders dinlemeye, derse katılmaya ve ders çalışmaya konsantre olmakta güçlük çekerler.

Bu durumda motivasyon eksiklikleri araştırmalıdır.

Temel ve üst düzey ihtiyaçlar gözden geçirilmeli ve motivasyon eksikliğinin bunlarla ilgisi olup olmadığı araştırılmalıdır.

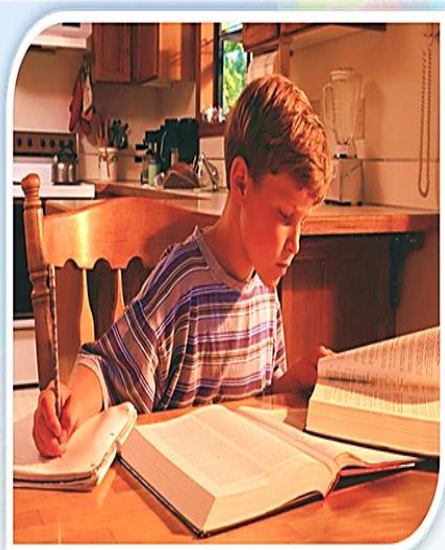
Eğer motivasyon eksikliğinin temel fiziksel ihtiyaçlarla ilgisi varsa bu ihtiyaçları yeterli düzeyde karşılama yoluna gidilmelidir.

Ders çalışırken konsantrasyonu arttırmak için öneriler:

- Ders çalışmaya başlamadan önce kısa bir süre dinlenin.
- Dikkat toplama egzersizleri yapın.
- İyi bir çalışma ortamı (yeterince ışık alan, havasız olmayan) oluşturun.
- Varsa derse karşı olumsuz tutumunuzu değiştirin.
- Ders çalışırken kısa süreli aralar verin.
- Dersleri önem sırasına göre çalışın.
- Önce kısa sürede bitireceğiniz ödevleri yapın.
- Çalışmanızda çeşitliliğe yer verin.

Çalışmada istek meydana getiren en önemli etken ulaşılmak istenen hedeftir.

Çalışmayı daha istenir hale getirmek ve motivasyonu arttırmak için gücün doğrultusunda anlamlı bir hedef belirlemeli, "NEDEN ÇALIŞMALIYIM?" sorusuna gerçekçi yanıtlar aramalısın.



"Başarı için plan yapmıyorsanız, o zaman hükmen başarısızlığı planlıyorsunuz demektir."

Planlı Çalışırsan, Verimli Öğrenirsin

Planlı çalışmayı önemli kılan nedir?
Düşünün; çok lüks bir gemidesiniz.
Her türlü imkana sahipsiniz ve okyanusun ortasındasınız.
Gitmek istediğiniz kıyıları biliyorsunuz ama oraya nasıl ulaşacağınızı bilmiyorsunuz.
Elinizde herhangi bir pusulanız yada radarınız yok.
Sizce istediğiniz kıyıya ulaşabilme şansınız ne kadardır? (Şans ihtimali dışında sıfırdır.)
Plansız bir şekilde çalışarak başarıya ulaşma şansınız kadar kıyıya ulaşabilme şansınız vardır.
İnsanlara eşit olarak verilen tek şey zamandır.
Eğer herkese eşit olarak veriliyorsa sizi diğer insanlardan ayıran özelliğiniz , başarıya götüren özelliğiniz, yollarınız nelerdir?
İşte bu da zamanı en verimli, en ekonomik olarak değerlendirmenize bağlıdır.
Artık herkes dershanelere gitmekte, özel ders almaktadır. Ancak başarılı olanlar bazı özellikleriyle ayırmaktadır.
Nedir bu özellikleri?
İşte bu zamanı en veri
mli şekilde değerlendirmeleridir.

İşte burada biz size nasıl bir plan gerektiğiniz konusunda yardımcı olacağız.
Yapmanız gereken ilk iş bir kağıda yaptığınız etkinlikleri ve harcadığınız zamanı belirtiniz.
Daha sonra hedeflerinizi bir kağıda yazarak karşılaştırınız ve daha sonra nelere ihtiyacınız olduğunu nelere fazla zaman harcadığınızı gözden geçirerek yeniden düzenleyiniz.
Bu doğrultuda yıllık, aylık, haftalık ve günlük planlarınızı hazırlamanız gerekecektir.
Unutmayınız ki! Her şeyden önce hiçbir insan bir başka insana benzemez.
Herkesin ilgi, ihtiyaç ve yeteneği farklıdır.
Bu yüzden hazırlayacağınız planda:
Öncelikle yapmakta zorunda olduğunuz etkinlikleri ve saatlerini yazınız. (okula geliş-gidiş saatleri, okul saati, yatış-kalkış, yemek, sportif-kültürel faaliyetler,...)
Sonra ilgi ve ihtiyaçlarınız doğrultusunda bir liste yapınız.
Neye ne kadar zaman ayırmanız gerektiğini belirleyiniz.
Yani hangi etkinliğe ne kadar zaman ayıracaksınız.
(Örneğin; Türkçe dersiniz iyi ise; ancak matematik dersiyle probleminiz varsa ve siz ders çalışma vaktinizi hep Türkçe dersine ayırıyorsanız matematik dersinden kaçıyorsanız, başarıya ulaşmanız zor olacaktır.
Çünkü başarıya ulaşabilmek için matematik dersine ihtiyacınız olacaktır.
Bu yüzden zamanınızı ihtiyaçlarınız doğrultusunda planlamalısınız.)
Daha sonra bunları önceden hazırladığınız ders çalışma planındaki uygun saatlere yerleştiriniz.

VERİMLİ DERS ÇALIŞMA YOLLARI

"Gençken bilgi ağacını dikmezsek, yaşlandığımız zaman gölgesine sığınacak bir yerimiz olmayacaktır."

Neyi? Nasıl? Ve Ne Zaman? Öğreneceğini İyi Bilmelisin

Çalışmalarını yeni ve eski konuları kapsayacak şekilde düzenlemelisin.

Yeni konularla ilgili öğrenmelerini geliştirmek, kazanılmış eski konularla ilgili bilgilerini koruma ve kullanma gücünü artırmak için konu tekrarı ve soru çözümü çalışmaları yapmalısın.

Neyi çalışacağın konusunda karar vermende, konuları hatırlayabilme ve bilgilerini soru çözmede kullanabilmendeki yeterliliğin sana yol gösterecektir.

Bilgiyi kullanmada yapılan hatalar, öğrenme aşamasındaki eksik uygulamaların bir sonucudur. Bu hataların analiz edilmesi ve düzeltilmesi gerekir.

Eğer temel sorunun yeterli bilgi birikimine sahip olmamak ise, çalışmaların her birine ayırdığın zamanı gözden geçirmelisin. Programlı bir çalışma ile eksiklerini giderebilirsin.

Bildiklerini anımsayamamak ise tekrar alışkanlığını gözden geçirmelisin. Düzenli tekrarlar yapmadığın için kazanmış olduğun bilgileri kaybediyor olabilirsin.

Eğer temel sorunun bilgileri hatırladığın halde, yorumlamakta güçlük çekmen ise, öğrenme tekniğini gözden geçirmelisin.

Bilgileri anlamadan ezberliyor olabilirsin. Eksiğini ancak bilgileri, kendin için anlamlı hale getirerek ve bol soru çözüp kullanma gücünü geliştirerek giderebilirsin.

Eğer temel sorunun konuları biliyor olman, ancak uygularken çok hata yapman ise, çalışmalarında soru çözümüne yeterli zaman ayırmıyor olabilirsin.

Doğru ve hızlı çözüm gücüne ancak bildiğin konularda yapacağın sürekli soru çözümü çalışmalarıyla ulaşabilirsin.

Gün içinde en verimli olunan saatler çalışmaya ayrılmalıdır. Bu saatler içinde planlanmış aralar verilerek yapılan çalışmalar, daha etkili öğrenmeyi sağlar.

Çalışmalarını, kısa çalışma (40-50 dk.), kısa dinlenme (10 dk.) ve yine çalışma (40-50 dk.) şeklinde planlamalısın.

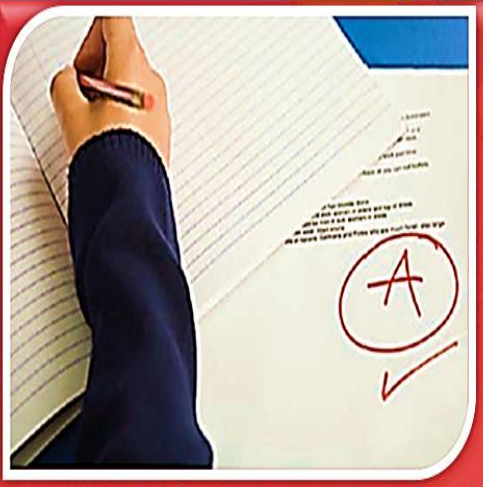
Böylece dikkatinin dağılmasını engelleyebilir, öğrenme ve anımsama gücünü arttırabilirsin.

SERVET AKAYDIN İLKÖĞRETİM OKULU KOCASİNAN 1977

"En silik yazı, en kıymetli hafızadan daha kalıcıdır."

Derslerde Not Tutma Alışkanlığını Geliştirmelisin!

Not tutmak duyduklarınızı mantıklı bir çerçeve sağlayarak, dersi etkin bir şekilde dinlemenize yardımcı olur.
Not tutmak öğrenme olayının ön şartlarını yerine getirmeye imkân verir.
Bunlar uyanıklık ve dikkat, aktif katılım, motivasyon ve sonuçların geri bildirimidir.
Not tuttuğunuz zaman notlarınızı bütünüyle düzenleyebilmeniz için fikirlerini ve önemli noktalarını araştırmak gereğini duyarsınız.
Not tutmak, öğrenilen malzemenin hatırda tutulmasını sağlar.
Not tutmadan dinlenen bir ders veya konuşma önemli ölçüde ziyan edilmiş bir zamandır.
Ders dinlerken tuttuğumuz notların kolay okunabilen, kolay anlaşılabilen notlar olabilmesi için şu önerilere özel önem verin ve uygulayın:
Öncelikle not tutulan kâğıt konusunda cömert olmamız gerekir.
İleride okuduğumuz zaman anlayabileceğimiz şekilde, boşluklar bırakarak not tutmamızda yarar vardır.
Hiçbir zaman küçük bir kâğıda sıkışık bir şekilde not tutulmamalıdır.
Hatta not tutmak için bir defter olursa daha düzenli not tutulur.
Sayfanın altında, üstünde, yan tarafında boşluk bırakılırsa burada eksik kalan bilgiler daha sonra yazılabilir.
Not tutmaya ilk günden başlanması gerekir ve düzenli olarak not tutulması çok önemlidir.
Dinleme ile not tutma arasında bir denge oluşturmak gerekir.
Tüm dikkati dinlemeye ayırırsak, verimli bir şekilde not tutamayız.
Aynı şekilde çok ayrıntılı not almaya kalkışırsak bu sefer de anlatılanları anlamamız güçleşir ve bu da dinlemeyi olumsuz etkiler.
Dolayısıyla dinleme ve not tutma arasındaki dengeyi çok iyi ayarlamamız gerekir.
Derste not tutarken ana fikirleri, önemli noktaları not etmek çok önemlidir.
Not alırken seçici olmakta yarar vardır.
Önemli noktaları belirlerken öğretmen bize çeşitli ipuçları verir. "Burası önemli", "Burası esas olan", "Dikkat ederseniz" vb... ipuçlarıyla bu bölümlerin önemini vurgular.
Bu bölümler mutlaka not alınmalı ve önemli olduğunu belirtmek için yanına "*" işareti konmalı ya da bölümlerin altı çizilmelidir.
Not tutarken kendi cümlelerinizle not almalısınız.
Bu şekilde hem öğretmeninizin anlattıklarını özetleme imkanı bulur, hem de anladığınız biçimde not alma imkanı bulursunuz.
Bazı durumlarda anlatılanların aynı şekilde not alınması gerekebilir ya da tahtada yazılanları aynı şekilde kaydetmek gerekebilir. Bu durumda anlatılanlar ya da yazılanları aynı şekilde not almalısınız.
Not tutarken aklınıza takılan yerleri ya da anlayamadığınız bölümleri öğretmene sormaktan çekinmemelisiniz.
Böylece not alırken eksik not alınmamış olunur hem de anlayarak not alınır.
Dikkat edilmesi gereken en önemli noktalardan biri de tutulan notların mutlaka temize geçirilmesidir.
Tuttuğunuz notları temize geçirirken bir kez daha tekrar etmiş olursunuz, bu da unutmanızı engeller. Eğer mümkünse tutulan notlar gece ya da bir sonraki dersten önce temize geçirilmelidir.

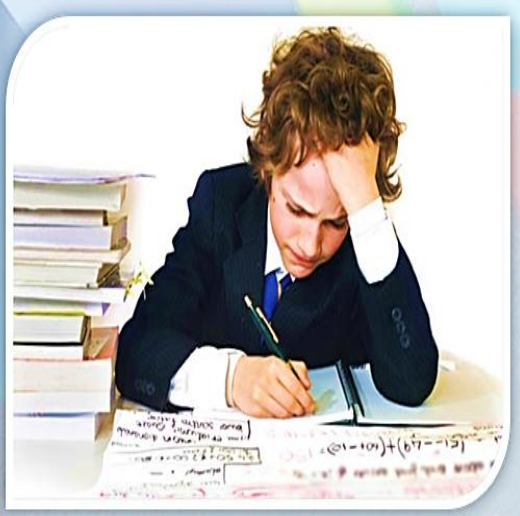


''Nereden başlayacağınızı bilmiyorsanız başlayamazsınız.''

DERSLERE ÖN HAZIRLIK YAPARAK GELMELİSİN!

Kararlılık doğrudan kendimizle ilgilidir.
Programınızın aksamaması için arkadaşlarınızdan gelen tekliflere nasıl 'hayır' diyebilme cesaretini göstermelisiniz.
'Biraz daha dinlensem ne olur canım?' derseniz iradenize çok büyük darbe indirmiş olursunuz bu durum kararlılık zincirinin işte bu noktada kırıldığını gösterir.
Yaptığınız programın başarıya ulaşmasına engel olmayın.
Siz başkalarının istediği gibi değil olmanız gerektiği gibi davranın ve öyle yaşayın.
Hayatın inanmak ve mücadele etmekten ibaret olduğunu unutmadan...
Derse ya da çalışmaya istekli olmak, motivasyonu beraberinde getirir.
Planlamanızın yeterli ve doğru, çalışma azminizin çok iyi olduğuna inandıktan sonra zaten sorulacak soru şudur. ''İyi de ben nasıl ders çalışacağım? ''Beni başarıya götürecek yöntem hangisi olabilir?''
İşte bir sonraki sayfamızda bu benzeri sorularınıza cevaplar bulabileceksiniz.
Bu ana başlık altında örneğin pazartesi günü kalkıp okuluna giden herhangi bir öğrenciyi ele alacağız.
Doğaldır ki bu arkadaşımız sabah belli saatte kalkacak, kahvaltı edecek, üstünü başını toplayacak, akşamdan hazırlamadıysa çantasını hazırlayacak ve belli saatte okulda olacaktır.

Her zaman aynı şekilde işleyen bu süreç ilk bakışta sanki olağanmış gibi değerlendirilebilir. Oysa yüzde yüz başarıyı hedefleyen bir öğrenci için yeni hafta pazartesi sabahı değil Pazar gününden başlar.
Okula, okul öncesi birkaç dakikada hazırlanmak stres ve yanlışları da beraberinde getirir.
Böylece o sabah rahat bir kahvaltı yapma ve hiç acele etmeden stressiz olarak okulun yolunu tutma fırsatını elde etmiş olacaksınız.
Ders girdiğinizde doğal olarak yapacağınız ilk iş dinlemek olacaktır.
Öyleyse öncelikle size faydalı olacak dinleme nasıl olmalıdır, onu inceleyelim.
Dinlerken duyarız, duyduklarımızı beynimizde şekillendirir ve hafızaya belli ölçülerde yerleştirir koruma altına alırız.
Başarılı olmanın yollarından biri de derslerin işlenmesine aktif olarak katılmaktır.
Derslerde sürekli pasif durumda kalan öğrencilerin işlenen konuları anlamaları zordur.
Öğrenciler okula gelmeden önce, o gün işleyecekleri konuları gözden geçirmelidirler. Bu sayede hem derslerin işlenişine katılmak için gerekli güveni kazanırlar, hem de öğretmenin anlattıklarını daha kolay anlarlar.
Gerek işlenecek konulara hazırlanırken, gerekse işlenen konular gözden geçirilirken, anlamakta zorluk çekilen yerler belirlenmeli, bu konularla ilgili sorular hazırlanıp, derste öğretmene sorulmalıdır.



"Hemen yapılan kısa bir tekrar, bir hafta sonra yapılacak beş saatlik çalışmayla eşdeğerdir."

Sık sık tekrar yaparak Unutmanın önüne Geçebilirsiniz!!

Aklınıza "unutkanlığın önüne nasıl geçebiliriz?" diye bir soru gelebilir, çok kısa bir ifadeyle verilebilecek cevap, düzenli tekrarlar olacaktır.
Belleğimize ulaşan herhangi bir bilgiyi kendimiz için anlamlı kılmaz ve düzenli tekrarlamazsak unuturuz.
Bir öğrenme olayından sonra, öğrenilenler ile ilgili hatırlanan bilgi önce biraz artar, sonra hızla azalır.
Tümüyle öğrenilmiş bilgiler bile, öğrenmeden sonraki 24 saat içinde tekrar edilmezse %80 oranında unutulur.
Düzenli tekrar yapmayan öğrenci, daha önce öğrendiği bilgileri çok az hatırlar ve bilgiler arasında bağlantı kurmakta güçlük çeker.
Çalışmalarında emek ve zaman kaybını engellemek için düzenli tekrar programı uygulamayı neden denemiyorsunuz?

UNUTMAYI ENGELLEMENİN YOLLARI

Tekrarlar : Tekrarlar sizler için sıkıcı gelebilir.
Yeni çalıştığınız ve iyi bildiğinize inandığınız bir konuyu tekrarlamayı zaman kaybı olarak görebilirsiniz.
Oysaki tekrarlar zaman kaybı değil zaman kazanımıdır.
Çünkü birçok öğrenci "iki hafta önce, bir ay önce çok iyi bildiğim konuyu şu anda hatırlamıyorum" yakınmasını da sık sık dile getirir.

Tekrar Türleri

1. **Anlık Tekrarlar:** bir yada iki saatlik konu çalışmasının ardından yapılması gereken beş on dakikalık bir süreyi kapsayan tekrarlardır.
Öğrenci "Ben şimdi neyi öğrendim" sorusuna cevap aramalıdır.
Anlık tekrar yapılmazsa ilk yirmi dakika sonunda yaklaşık olarak öğrenilenlerin %50'si unutulur.
2. **Günlük Tekrarlar:** Her gün sonunda o gün öğrenilenlerin 40-45 dakikalık bir süreyle tekrar edilmesidir.
Burada ise "Ben bugün ne öğrendim" sorusuna cevap aramalısınız.
Bu soruyu uyumadan önce kendinize sormalısınız. Günlük tekrar yapılmazsa ilk 24 saatte öğrenilenlerin yaklaşık %80 'i unutulur.
3. **Haftalık ve Aylık tekrarlar:** Haftalık tekraralar hafta sonu yapılması gereken tüm haftanın gözden geçirilmesi etkinliğidir.
Aylık tekrarlar ise eksik belirlemeye, unutulan bilgi varsa kontrolünü yapıp hatırlamanın sağlanması amacına yöneliktir.
Soru çözülerek de tekrar yapılabilir.
Haftalık ve aylık tekrarlar yapılmazsa bilgilerin birbirine karışması, yanlış hatırlanması gibi sorunlar yaşanır.
Kesin öğrenildiğine emin olunan konu bir süre sonra farkına varılmadan unutulabilir.

Soru Çözümünün Yararları: Bilgi transferi yaparak, bilgiyi doğru şekilde kullanarak bilginin kalıcı olması sağlanır. böylelikle bilgiler pekiştirilmiş olur.
Belirli bir süre tutularak yapılan soru çözümü, kolay soruları öncelikli alıp zor soruları daha sonra yapmak, belli bir soruya gereğinden fazla takılmamak,sabit zamanda hız kazanmak gibi teknikler deneme yanılmalarla kazanılan tutumlardır.
Düzenli soru çözümlerinde boş bırakılan sorular eksik bilgileri, yanlış yapılanlar ise yanlış bilgileri gösterir.
kendinizi sınadıktan sonra eksiklerinizi telafi edip yanlışlarınızı düzeltmelisiniz.
Yine düzeltilen hataların kolay kolay tekrarlamaması bir avantaj olarak kullanılabilir.
Her sınamanın sonunda "Ne kadar öğrendim?" sorusunun cevabını verip kendinize sayısal bir değer biçebilirsiniz.
Değerlendirme, motivasyonu da olumlu etkiler.

SERVET AKAYDIN İLKÖĞRETİM OKULU KOCASİNAN 1977

"Yapamayacağın şeylerin, yapabileceklerini engellemesine izin verme."

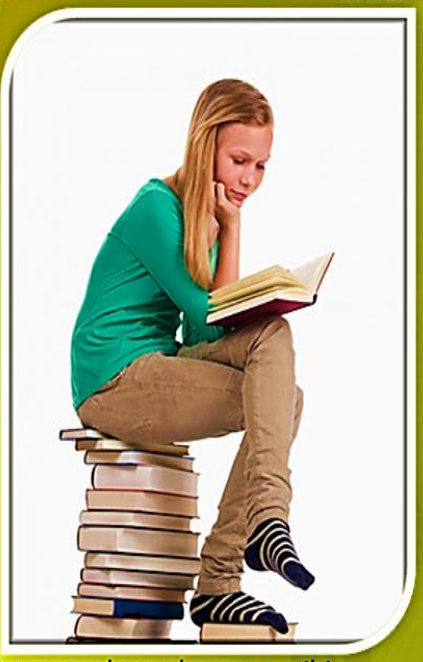
Zamanı Verimli Kullanmalısın!

Öğrenciler bedensel, zihinsel, duygusal yapıları, ilgileri ve yetenekleri bakımından birbirinden farklıdır.
Bir öğrencinin isteyerek çalıştığı ve hemen öğrendiği bir dersi bir başka öğrenci zor öğrenebilir.
Bir başka öğrenciyse çabuk yorulabilir ya da çalışmak istemeyebilir.
Bu nedenle bir ders ya da konu içindeki ayrılacak süre öğrenciden öğrenciye değişir.
Her öğrenci zamanı kendine göre ayarlamalıdır.
40-45 dakika çalıştıktan sonra araya 5-10 dakikalık dinlenme yararlı olabilir.
Böylelikle bir saatlik çalışma sonunda dağılan dikkat ve azalan verim tekrar kazanılır.
Ders çalışmak için gerekli gücün toplanabilmesi bakımından dinlenmeye ve spora da zaman ayrılmalıdır.
Ancak bu süre gereğinden fazla olmamalıdır.
Başarılı zaman denetimi için on dört basamak
1- Hedeflerinizi belirleyip, bunları yazıyla ifade edin. Sonra önceliklerine göre sıraya koyun. Sizin için yaşamınızda nelerin önemli olduğundan emin olun.
2- Hedefleriniz üzerinde odaklaşın. En önemli etkinlikleriniz size hedeflerinize ulaşmada en yararlı olanlardır.
3- Her gün için temel bir hedef belirleyin ve ona ulaşın.
4- Zamanınızı nasıl kullandığınızı analiz etmek için periyodik olarak zaman aralıklarını kaydedin,kötü alışkanlıklarınız varsa yaşamınızdan atın.
5- Hedeflerinize ulaşmak için, yaptığınız her şeyi analiz edin.
Ne yaptığınızı, ne zaman yaptığınızı, neden yaptığınızı tespit edin.
Kendinize şunu sorun: "Bunu yapmasaydım ne olurdu?" eğer cevabınız "Hiçbir şey olmazdı" olursa, yaptığınız şeyi durdurun.
6- Zamanınızı planlayın.
Her hafta için bir plan yapın.
Kendi kendinize şunu sorun: " Bu hafta sonuna kadar neyi- neleri tamamlamayı ümit ediyorsun ve bu sonuca ulaşmak için neler yapmaya ihtiyacın var?"
7- Her gün için yapılması gerekenlerin listesini yapın. Bu listenin günlük hedeflerinin, önceliklerinin, yaklaşık ne kadar zaman alacağını hesaba katın.
8- Genellikle çalışma gününün ilk saati daha verimlidir.
9- Yapacağınız her bir iş için zamanınızı planlayın.
10- Neden bazı şeylerin yanlış gittiğini belirleyin. Sorunun cevabını bulduğunuzda sorun kendiliğinden çözülecektir.
11- Başladığınızı bitirme alışkanlığını geliştirin. Bir şeyden başka şeye atlamayın, ardınızda birçok yarım kalmış iş bırakmayın.
12- Ertelemeyi, geciktirmeyi, ağırdan almayı bırakın.
13- Daha iyi zaman denetimini günlük alışkanlık haline getirin. Hedeflerinizi oluşturun, öncelikle yapmanız gerekenleri belirleyin, zamanınızı planlayın ve programlayın.
14- Yapacaklarınızı önem sırasına göre belirlediğinizde işe listenin en üst sırasındakinden başlayın.

SERVET AKAYDIN İLKÖĞRETİM OKULU KOCASİNAN 1977

"Okumaktan keyif alanlar mesut insanlardır."

Hızlı ve Etkin Öğrenme İçin Okuma Alışkanlığını Geliştirmelisin!



Okuma öğrenmenin en temel yoludur. Öğrenmede hızlı okuma gerekli ve önemlidir. Hızlı okumayla hem okunanlar daha iyi anlaşılır hem de zaman kazanılır. Okuma hızı ortaokul öğrencileri için yaklaşık 150-200 sözcüktür.

Bu hız okunulan yazının niteliğine ve okumanın amacına göre ayarlanmalıdır.

Vakit geçirmek amacıyla bir hikâye veya roman okurken okuma hızı oldukça yüksek olabilir. Ama okuma, yorum yapma, eleştirme veya özet çıkarmak için yapılıyorsa okuma hızı yavaş olmalıdır.

Hızlı okumanın en önemli yolu sessiz okumadır. Sessiz okuma hızı arttırdığı gibi anlamayı da kolaylaştırır.

Hızlı ve anlamlı okuma becerisi kazanabilmek için bol bol okuma çalışmaları yapılmalıdır.

Kitaptan okuyarak öğrenmeyi kolaylaştıran ve sınav başarısını yükselten bir yönteme göre okuma, beş basamaktan oluşmuştur.

İZLEME: Bölüm içinde anlatılmak istenenleri anlayabilmeniz ve genel bir fikir edinmeniz için, okunacak bölümü baştan sona 3-4 dakika süreyle göz gezdiriniz. İzleme işlemi sırasında, ana başlıklar, alt başlıklar, koyu renk veya italik harflerle basılmış yerler, şekil, grafik ve resimlerin alt yazıları, paragrafların ilk ve son cümleleri, varsa bölüm özeti okunmalıdır.

SORGULAMA: İzleme basamağındaki başlıklar, alt başlıklar vb... yerleri soruya dönüştürerek belli bir amaca yönelik okumayı gerçekleştirmeniz gerekir. Soruları çıkarırken şu öğelere dikkat edilmelidir.

a- Çıkarılan soruları cevaplayacakmışsınız gibi aralıklarla bir kâğıda yazınız.

b- Tanımlarla ilgili sorular sorunuz, çünkü klasik sınav soruları bu tarzdadır.

c- Benzerlik ve farklılıklarla ilgili sorular sorunuz.

d- Dersin konusuna göre " ne, nasıl, nerede, ne zaman" gibi soru kalıplarını kullanarak sorular sorunuz.

e- Örneklerle ilgili sorular sorunuz.

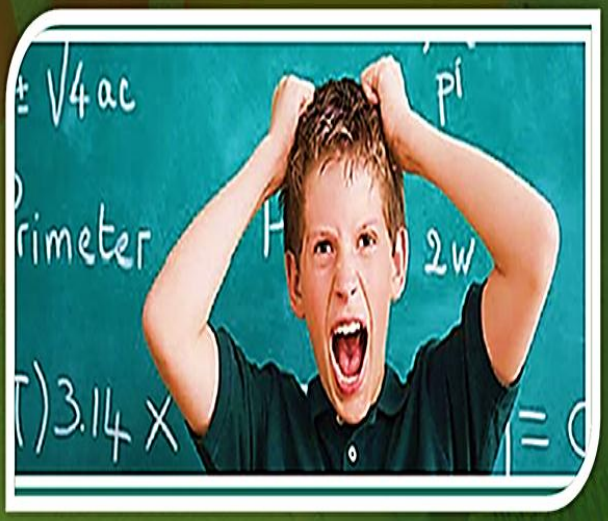
OKUMA: bu basamakta çıkarılan sorulara cevap bulmak amacıyla okumaya başlayınız. Okuma sırasında sorulara bulunan cevapların karşısına " 1. Sorunun yanıtı", " 2. Sorunun yanıtı" şeklinde yazabilir veya kendi belirleyeceğiniz işaretleri koyabilirsiniz. Ya da daha önce soruları yazdığınız kâğıda bu cevapları yazabilirsiniz.

ANLATMA: Bu basamakta kitap ve defteri kapatarak sadece not çıkarttığınız kâğıda göz atarak soruların cevaplarını kendi kendinize ve sesli olarak anlatınız. Anlatırken önce soruyu sorun, sonra sorunun cevabını vererek kendinizi bu şekilde şartlandırınız. Anlatım sırasında önemli noktaları ve anahtar kelimeleri (çoğunlukla, sonuç olarak, özet olarak, kısacası vb...) kullanınız. İhtiyaç duyarsanız notlarınıza bakınız.

TEKRAR: Öğrenmek için ders başında çok vakit geçirmek değil, çok sayıda tekrar yapmanız daha faydalıdır. Bu basamakta konuyla ilgili her şeyi ortadan kaldırarak baştan sona tekrar yapılmalıdır. Aralıklarla tekrar yapmanız (bir gün, bir hafta, bir ay...) konuyu çok daha iyi öğrenmenizi sağlar.

"Başarılı olanlar nereye gittiklerini bilenlerdir."

Başarısızlığını Mazeretlere Sığınarak Gizlememelisin!



Başarılı insan her türlü engele rağmen çalışmaya devam edendir. İlerlemenin durdurulduğu yer engellerin bahaneye dönüştüğü yerdir.

Bir insanın kendisine yapabileceği en büyük kötülük karşılaştığı zorluklara teslim olmasıdır.

Başarının gerektiği çabayı göstermekten korktuğumuzda çok güzel bahaneler buluruz.

" Ben yapamadım; çünkü çok haklı nedenlerim vardı.

Eğer bana fırsat verilseydi neler yapacaktım.

Ne büyük işler başaracaktım." Deriz.

Çevremizdeki insanların nasıl kendilerini engellediklerine bakın.

Kendilerine engel olmakla kalmıyorlar, başkalarına da engel oluyorlar.

Bir insana, hayırlı bir işe kalkıştığında "yapamazsın" demek, ona yapılabilecek en kötü telkindir.

Eğer başarılı olmak istiyorsanız tüm başarılı insanların ortak özelliklerini kazanmalısınız.

İşte en önemli özellik: Başarılı insanlar her zamanda, her ortamda, her şartta çalışabilmeyi başaran insanlardır.

Hayat yolu, dünya seyahatine benzer.

Çukuru, dağı, vadisi, denizi olmayan bir yolculuk yoktur.

Uzun yollara düştüğünüzde, güneş her zaman gökyüzünde bulunmaz.

Nice ıssız gecelerin altından geçmek zorunda kalırsınız.

Karla, tipiyle, yağmurla, çamurla, depremle, fırtınayla boğuşmaya mecbur olursunuz.

Yeryüzünde sıkıntı çekmeden yaşamış bir insan gösterilemez.

Ancak , başarılı insan yolundan dönmez.

SERVET AKAYDIN İLKOKULU-ORTAOKULU

OKUL KURALLARIMIZ

İYİ BİR ÖĞRENCİ

1. Okula zamanında gelir ve derslere zamanında girer.
2. Büyüklere saygı gösterir, küçükleri korur.
3. Okulunu, sınıfını ve çevresini temiz tutar.
4. Arkadaşları ile iyi geçinir.
5. Teneffüslerde koşmaz ve gürültü yapmaz.
6. Başkalarına zarar vermez.
7. Oyun oynarken, oyunun kurallarına uyar.
8. Kitaplarını araç gereç ve eşyalarını temiz tutar, iyi kullanır.
9. Elektrik ve suyu gereksiz yere harcamaz. (İsraf etmez)
10. Okulda çalışanlara yardımcı olur.
11. Tuvaletten çıkınca ellerini sabunla yıkar.
12. Eşya ve araç gereçlerini bir yerde unutmaz, düşürmez ve kaybetmez.
13. Giyim kuşam ve vücudunun temizliğine dikkat eder.
14. Açıkta satılan yiyecekleri satın almaz ve yemez.
15. Bulduğu eşyayı sahibine geri verir. Sahibini bulamazsa öğretmenine teslim eder.
16. Beslenme kurallarına uyar.
17. Sosyal kulüp çalışmalarına katılır.
18. Birlikte çalışmalarda arkadaşlarına yardımcı olur.
19. Ödev ve etkinliklerini zamanında yapar. Derslerine çok çalışır.
20. Kendisini, ailesini, çevresini, milletini ve yurdunu çok sever. İyi bir kişi olarak kendisini yetiştirir.
21. Yapabileceklerinin en iyisini yapabilmek için çok çalışır.

REHBERLİK SERVİSİ