

Verimli Ders Çalışma Teknikleri

Öğrenciyse veya okul çağındaki çocuğunun derslerindeki başarısını artırmasını istiyorsan doğru adrestesin.

Yaşam alanında ve ders çalışma düzeninde yapacağın ufak değişikliklerle dikkatini çok daha rahat toparlayabilir, aynı zamanda da ders çalışmayı senin veya çocuğun için çok daha rahat bir uğraşı haline getirebilirsin.



Mutlaka uykunu al!

Uykusuz ve yorgun bir halde ders çalışmaya başlamak kadar kötüsü yok! Kahve içmek ise yalnızca seni belirli bir süre boyunca dinç tutar, sonrasında ise çok daha büyük bir yorgunluk tabiri caizse üzerine çöker. Bu sebepten, kahveden medet ummak yerine uykunu iyi almalısın.



Düzen öncelikli!

Çalışma ortamının düzenli olması aynı zamanda kafadaki konuların da darmadağın değil, belirli bir düzen içinde olduğu anlamına geliyor. Çevrenin zihinsel faktörlere etkisi bu kadar açıkken sen de çalışma masandaki fazlalıkları uzaklaştır, hangi çekmecende neler var bil. Yararını mutlaka göreceksin!



Plan Yap!

Hangi dersi çalışacağını, bu çalışmanın aşağı-yukarı ne kadar süreceğini önceden planlarsan bir sonraki adımda ne yapacağını bilerek ders masasının başına oturmuş olur, böylece "Eyvah, ödevler yetişmeyecek!" şeklinde paniklemezsin hem .



Telefon yok!

İnternet günümüzde ders çalışmak için olmazsa olmaz. Ödev hazırlarken, aklımıza takılan en ufak soruda hemen internete başvuruyoruz. Bu sebepten ders çalışırken internetten tamamen kopmak olmaz. Onun yerine cep telefonunu kapatmak ve bilgisayar üzerinden yalnızca ihtiyacın olan sitelere girmek ve araştırmayı bitirdikten sonra bilgisayarı kapatmak konsantrasyonunu artırmanı sağlayacaktır.



Renkli Kalemler Kullan

Önemli konuların altını renkli kalemlerle çizmen, tekrar yaptığın zamanlarda çok işine yarayacak. Ayrıca çok da eğlenceli!



Ders çalışırken m¼zik dinlemeyi bırak!

Birçok kişide ders çalışırken m¼zik dinleme alışkanlığı mevcut. Ancak verimli bir şekilde ders çalışmak istiyorsan zor da olsa bu alışkanlığından vazgeçmelisin. Tabii yarım saatte bitirebileceğin bir ödevin süresini iki katına çıkartmak istemiyorsan! En iyisi, yarım saat boyunca sessiz bir şekilde ders çalışman. Aralarda ise dilediğin müziğı dinleyebilirsin.



Tekrar çok önemli!

Öğrendiğin ilk bilgiler beyninde yalnızca birkaç günlüğüne kalıyor. Bu sebepten derslerin için en önemli konuları tekrar etmen, hafızanda konuları uzunca bir süre saklamana yardım edecek.

