

# DERS ÇALIŞMA TEKNİĞİ İLE İLGİLİ DENENMİŞ, PRATİK STRATEJİLER NELERDİR

Ne yapacağına karar ver ve yap;  
ne yapmayacağına karar ver ve yapma.  
John Maxwell

Bu kısımda ders çalışmaya başlamak, sürdürmek ve dersi başarıyla sonuçlandırmak için denenmiş, sonuç aldırın ipuçları bulacaksınız.

Bu kuralları öğrenmekle kalmayıp uygulamanız, öğrenme performansınızın artmasını sağlayacaktır.

.Okulda ders dinlerken kimin söylediğiyle değil, ne söylendiğiyle ilgilenin.

.Dinlerken gözünüzü konuşanın gözlerinden ayırmayın. Gözünüz dikkatinizin yönünü, dikkatiniz ile göz hareketlerinizi etkiler.

.Bir derste iki defa (tekrar) söylenen her bilgi önemlidir.

.Önemli kavram ve anahtar kelimeleri unutmamanın yolu, bunları en az 3 defa büyük harflerle yazmaktır.

.Sınavlarda çıkabilecek soruları tahmin etmenin en iyi yolu, derste öğretmenin vurgulamalarına dikkat etmektir. Öğretmenler önem verdikleri konuları el, yüz, göz, beden hareketleri ve ses tonu ile vurgularlar.

.Okuduğumuz kitap sayfalarının 1/5'i kadar sayfa not yazmışsanız, o konuyu tam olarak sindirememişsiniz demektir. Yazarak öğrenmeyi alışkanlık haline getirin.

.Dersin akışını "kesintisiz" bir şekilde takip etmenin en iyi yollarından birisi de, ön sıralarda oturmaktır.

.Bir kitabı okurken "hangi bilginin nerede olduğunu" bilecek şekilde öğrenmek gerekir.

."Dersi derste öğrenmek," başarılı öğrenmenin en kolay yoludur. Tekrarı olmadığı için ders önemlidir.Dersi derste öğrenmenin yolu, derste dersi düşündürmektir.

. Konu özetlerini "soru-cevaplı" olarak çıkarın. Beyin önce sorusu sorulup,sonra cevabı verilen bilgiyi daha uzun süre hatırlar.

.Ana fikri yakalamak için,ilk ve son paragraflara hemen bir göz gezdirin.

.0 gün işlenecek konuya dersten önce bir göz atmak, beyni o konuya hazırlar ve dolayısıyla öğrenme verimini artırır.

.Öğrenmenin monotonluğunu yenmek ve beyninizin sıkılmasını engellemek için, 3-4 farklı renkte kalem ile; konuların altını çiziniz veya üzerini işaretleyin.Ayrıca not aldığınız kağıt rengini de değiştirebilirsiniz.

.En verimli çalıştığınız zamanları bulun ve o saatlerde çalışın.

.Gece ders çalışmayı alışkanlık haline getiren bir kişinin hiç uyumaksızın sınava girmesi, "çok şey bilmesini" sağlasa da "bildiğini hatırlayabilme" yeteneğini zayıflatır. Bu durumdaki bir kişi, en az 4-5 saat uyuduktan sonra sınavlara girmelidir.

.Zihninizin çalıştığınız konudan uzaklaşmamasını engelleyemiyorsanız, onun uzaklaştığını anladığınız anda hemen konuyla ilgilenin. Hayal kurmaya başladığınız hayalinizi;iç konuşmaya başlamışsanız konuşmanızı kesin ve hemen konuya dönün.

.Beynimizin ve bedenimizin ihtiyaç duyduğu enerjinin portakal suyu, E vitaminin pozitif kaynaklardan sağlanması idealdir. "uyku sersemliği", "gevşeklik" gibi durumlarda ise çay, kahve gibi "uyarıcı" içecekler kullanılabilir. Ancak bunların bedenimize pozitif değil de, negatif enerji yaydığını bilmek önemlidir.

.Klasik tipte soruların geldiği sınavlarda, bütüne önem vererek çalışınız. Test tipi soruların sorulduğu sınavlarda ise, kritik parçalara dikkat ederek çalışmalısınız.

.Sınavlardan önceki son tekrarları notlardan yapmanız gerekir. Bu aşamada yeni bir konunun öğrenilmeye çalışılması, kafa karışıklığına sebep olacağı için yararsız bir davranıştır.

.Bir kişi ne kadar çok soru çözerse, test yapısından yararlanma ve "tesadüfe isabet" yeteneği o kadar fazla olur.

.Öğretici kişinin bize verdiği bilginin içeriğini, onunla olan ilişkimize bağlı olarak algılarız. Böyle olmaması gerekse de, bir çok kişinin öğrenme anlayışında ilişki içerikten daha etkilidir. Öğretici kişi ile kurulacak iyi ve yakın ilişkiler, onun söylediklerine daha çok ilgi ve dikkat gösterilmesine sebep olur. Buna "nezaketen öğrenme" de diyebiliriz.

.Anlamını bilmediğiniz kelimelerin karşılığını sözlükten bulmamız gerekir. Birkaç defa büyük harflerle o kelimeleri yazarsanız, aklınızda kalacaktır. Daha sonra konuşmalarınızda ve aldığınız notlarda, o kelimeleri kullanırsanız, artık o kelimeler sizin dünyanızın bir parçası olurlar.

.Öğrenmede rol oynama unsurları bir birinden bağımsız değildir. Okuma hızı,anlama düzeyi,not tutma alışkanlığı,hafıza gücü, konsantrasyon derecesi, öğrenme isteği gibi unsurlar karşılıklı etkileşim halindedir.Yapılması gereken,tek bir yönde değil, her açıdan kendinizi geliştirmektir.

.Yığılmış dersleri bitirebileceğinize yönelik inancınız kaybolursa, moral gücünüzü toplamak için,o süre içerisinde, o dersleri bitirebileceğinizi gösteren bir zaman planlaması yapın.

.Ders çalışma ile ilgili yanlış alışkanlıkları bir liste halinde yazın. Sonra da onlardan kurtulmak için,her birine en az bir hafta süre ayırarak, onlarla bilinçli bir dikkatle ilgilenin.

.Sınavlarda test tipi soru sorulmuşsa, önce yanlış seçenekleri "ayıklamak" gerekir. Geriye kalan seçeneklerden ise, genellikle ilk akla gelen cevabın doğru çıktığı iddia edilmektedir.

.Cevabı tam bilinmeyen sorularda genellikle ilk akla gelen cevabın doğru olduğu iddia edilmektedir.

.Sınav anında, karşılaşılan zor soruları işaretleyerek geçmek gerekir. Kalan zaman içerisinde bu sorulara tekrar dönebilir.

.Yoğun duygusal olaylardan hemen sonra ders çalışmaya kalkışmak yararsızdır. Yaşanan olay ayrılık, tartışma, kavga gibi olumsuz olabileceği gibi aşk, düğün, şampiyonluk gibi olumluda olabilir. Yaşanan yoğun duyguların etkisinden kurtulmak için, 24 saat ideal bir süredir!

.Eğer bazen ders çalışmak için zaman yetmiyorsa, bunun nedeni, daha önceleri zamanınızın amaçlara uygun kullanılmamasıdır.

.Sınav anında ne kadar zamanınızın geçtiğine değil ne kadar zamanınız kaldığına odaklanın.

.Öğrenci verimli ve motivasyonunu artıran yaklaşımlardan birisi de, öğrencinin yaşadığı ilerlemeyi hemen görmesidir. Bunu yapabilmeyen en iyi yolu,konu sonundaki soruları cevaplamaktır.

Zararlı bir alışkanlıklardan kurtulmanın yolu,o alışkanlığı kullanmamaktır .Kullanılmayan, alışkanlık körelir. Öğrenme başarınızı en çok etkileyen, 3 kötü alışkanlığınızı tespit edin ve onları kurutun.

.Kullandığınız doğru ve etkin bir stratejiden daha çok faydalanmanın yolu, onu daha çok kullanmaktır. Ne kadar çok tekrarlarsanız, olumlu alışkanlık o kadar güçlenir ve dolayısıyla faydası da o oranda artar.

.Kendi doğal öğrenme hızınızı belirleyin. Bir günde kaç sayfa öğrenebiliyorsunuz? Yani; bir saate plan ve programlarınızı bu gerçekler üzerine kurmanız iyi olabilir.

.Anlamını bilmediğiniz soyut veya yabancı kelimeleri beyninize "kazımak" istiyorsanız, onları ritmik bir tarzda içinizden söyleyin. Bunu bir pop müzik parçasının ara vokallerini yapar gibi tekrarlayın.

.Okurken daha iyi anlamayı sağlamanın bir yolu da yazıyı değil yazarın üslubunu okumaktır. Bunu yapabilmek birikim gerektirir. Yazarın öne sürdüğü ana düşünce ne? Bunu nasıl kanıtlıyor? Örnekleri ne? Başka hangi örnekler olabilirdi? Ana düşünceler ile yan düşüncelerin örgüsü nasıl? Okurken neler hissediyorsunuz? O yazarken neler hissetmiş olabilir?

.Eğer bir bölümü okurken kafanızda ana fikir yoksa gereksiz bir çaba içerisindeyiz demektir. Bir metni okurken, herhangi bir yerinde, aniden durun ve "bu yazının ana fikri ne?" diye kendinize sorun. Eğer bir ana fikir yoksa, hemen göz gezdirmeli okuma ile ana fikri bulun. Sonra da, ana fikir, ile yazının akışında karşınıza çıkan diğer fikirleri ilişkilendirerek okuyun.

.Öğrenmenin temelinde aktif okuyucu olmak vardır. Yeni bir bilgi öğrendiğinizde, onun geçmişte öğrendiğiniz hangi bilgilerle ilişkili (benzer veya ters) olduğunu, bilinçli olarak keşfetmeye çalışmalısınız...

.Uzun süre okumak verimi düşerse de okuma kondisyonunu geliştirebilir. Ne kadar çok okursanız okuma performansınız o kadar gelişir.

.Okurken gözleriniz çok yoruluyor olabilir. Bu durumda yapılması gereken ilk şey bir doktora görünmektir. Ayrıca "havuç" tavsiyesi ve gözü avuç içiyle kapatarak dinlendirme de kullanılmalıdır. Kağıdı 1. hamur olan kitapları daha az ışıktaki, 2.hamur olanları ise, daha fazla ışıktaki okumak gerekir.

.Düzenli bir uyku verimli öğrenmenin temelidir. Uykunuza düzen kazandırmanın ve kaliteli bir uyku gerçekleştirmenin yolu, her gün aynı saatlerde uyumaktır. Beyin uykunun standartlaşmasını ister. İdeal olan gece uykusudur, ancak gece çalışmayı sevenler için sınav dönemleri ile sınırlı olarak, gündüz uykusu da ihtiyacı giderebilir. Uykudan az önce içildiğinde gerginlik yaratan kahve, neskafe, çay gibi uyarıcılardan uzak durmak gerekir.