

OKUL BAŞARISINI ARTTIRMA ÖĞRENCİ BROŞÜRÜ

Öğrencilik yaşamının önemli bir parçası dersler ve ders çalışma gerekliliğidir. Bu da ancak düzenli bir çalışma alışkanlığıyla olur.

Öğrencinin ders çalışma yöntemlerinin temel prensipleri aynı olmakla birlikte her öğrencinin kendi öğrenme ve yaşam tarzına göre bir takım farklılıklar olabilir. Bu konuda öğrencinin kendini tanıması önem kazanır. Kimimiz için görsel, kimimiz için işitsel uyaranlar daha etkilidir. Bunun doğal sonucu, herkesin en verimli çalışma şeklinin kendisine özgü olmasıdır. Önemli olan; kişinin, kendisi için işe yarar yöntemlere yönelmesi ve zamanı, belirlenmiş öncelikler doğrultusunda kullanabilmesidir.

Ders en iyi derste öğrenilir.

Sadece sevdiğin derslere değil tüm derslere çalışmalısın.

**BAŞARININ YOLU ÖNCE
KİŞİNİN BAŞARIYA
KENDİSİNİ
İNANDIRMASIYLA
MÜMKÜN OLUR. BAŞARI
HER GÜN TEKRARLANAN
KÜÇÜK ÇABALARIN
TOPLAMIDIR.**



Okul başarını artırmak için Okul PDR Servisini ziyaret edebilirsin.



**OKUL BAŞARISINI
ARTTIRMAK İÇİN**

1.Kendini Tanı



Sadece okul başarısı için değil, sosyal-duygusal ve kariyer gelişimi içinde gerekli olan farkındalık kavramı, kendini tanıma ile başlayan bir

süreçtir. Birey kendisini sorgulamalı, ben kimim, ne istiyorum, neler yapabilirim şeklinde öz değerlendirme yapmalıdır. Yol haritası ve gerçekçi amaçlar belirlenmesi için gerekli bir adımdır.

2. Hedef Belirle

Hedefinizin olması ve hedeflerinizi gerçekleştirmek için plan yapmak, sizi istediğiniz başarıya götürecektir. Rastgele çalışmak yerine bu çalışmanın bir şey için gerekli ve değerli olduğunu bilerek çalışmak insanı daha fazla motive eder. Hedef koyarken ulaşılabilir ve motive edici olmasına dikkat etmelisiniz. Hedefler kesin ve net olmalıdır.

3. Planlı Çalış

Her öğrencinin kendine uygun bir çalışma programı yapması gerekir. Planlı çalışma zamanı verimli kullanmayı sağlar. Belirsizliği ortadan kaldırır. Çalışmayı erteleme sorununa da en iyi çözümdür.

4. Tekrar Yap

Yeni öğrendiğimiz bilgiler kısa süreli hafızamıza kaydedilir. Tekrar ettiğimiz, bizim için duygusal olarak anlamlı olanlar ve zihnimizdeki diğer bilgilerle bağ kurabildiklerimiz uzun süreli hafızaya aktarılır. Tekrar etmediğimiz bilgiler kısa sürede unutulur. Bu nedenle ders

sonlarında günlük, haftalık ve aylık periyotlarla tekrar yapmalısınız.

5. Çalışma Ortamını Düzenle

Beynimiz birçok konuda mükemmel olmasına rağmen aynı anda iki şeye odaklanamaz. Bu nedenle ders çalışırken dikkatimizi dağıtacak koşullardan kaçınmalıyız. Ders çalışırken TV izlemek, müzik dinlemek ve telefonla oynamak dikkatimizi dağıtacak ve öğrenmeyi olumsuz etkileyecektir.

6. Çalışma Süresini Belirle

Çalışma süreniz ne çok kısa ne de çok uzun olmalıdır. Çalışırken 40-45 dakikada bir 15 dakika ara verilmelidir. Dinlenmeden çok uzun süre çalışmanız verimli olmayacaktır. Çünkü ara vermek hem odaklanma gücünü artırır hem de öğrenilen bilgileri sindirmenizi sağlar.

7. Düzenli Uyu

Sosyal medya, bilgisayar oyunu ve teknolojik aletler uyku kalitesini özellikle okul çağı öğrencilerinde düşürüyor. Unutmayın beyninizin uykuya ihtiyacı var.

Az uyuyan bireyler ile düzenli 8 saat uyuyan bireyleri kıyaslayan araştırmalarda, az uyuyanların daha endişeli, kararsız ve sinirli olduğu görülmüştür.

8. Öğrenmeyi Öğren

Çalışırken ne kadar fazla duyunuzu kullanırsanız unutmama o kadar az olur. Sadece okuyarak ya da test çözerek çalışmak öğrenmenizi zorlaştıracaktır. Farklı çalışma yöntemleri kullanmalısınız. Örneğin;

- ◆ Konuyu kendinize anlatın,
- ◆ Yazarak çalışın, özet çıkarın.

**ŞEHİT ŞİRİN DİRİL ÇOK PROGRAMLI
ANADOLU LİSESİ REHBERLİK
SERVİSİ
Tuğçe TEMİZ ÇALIK**