

## Öğrendiğiniz her konuda usta olabilmek için:

- 1 Öğrenilen konunun bütününi kitap sayfalarını çevirerek görmüş olarak dersi dinlemeye başla
  - 2 Anlatılan konuyu dikkatli dinle, gerekli notları al, örnek soru çözümlerini mutlaka yaz.
  - 3 Evde önce öğrendiklerini gözden geçir, sonra örnek sorular çözerek bilgini kalıcı hale getir. Hataları bul, düzelt.
  - 4 Çeşitli kaynakları tanıyarak bilgini genişlet.
  - 5 Öğrendiğin konuyu başkalarına da öğretecek kadar usta ol.  
..... öğrenmişim,  
..... öğreniyorum,  
..... öğrendim sürecini tamamla.
- X Öğrenmeye başlamadan önce konu ile ilgili bildiklerinizi gözden geçiriniz.
  - X Yeni konuyu öğrenmeye çalışınız.
  - X Yeni öğrendiklerinizle eski bilgilerinizi birleştirmek için tüm yaptıklarınızı kısaca tekrarlayınız.

### **DİKKAT !**

**Öğrencilerimizde gördüğüm en büyük çalışma yanlışlarından biri de onlara okuldan ya da dersaneden verilen ödevleri kendileri çözmeye uğraşmadan bir başka öğretmene çözdürmeye çalışmalarıdır. Öğretmenin çözmesi öğrenciye bir şey kazandırmaz.**

# Öğrenci Olmanın ve Sınav Kazanmanın En Kolay Yolu

**Öğrencilerin istedikleri başarıya ulaşamamalarının nedenlerinden biri de uygulanması gereken çalışma yöntemini bilmemelerinden kaynaklanmaktadır. Çalışmalarını aşağıda verdiğimiz sıra ile yapan öğrenciler başarılarının belirgin bir şekilde yükseldiğini görecektir.**

## **1. Günün Tekrarı:**

Okuldan ya da dersaneden döndüğünüzde ilk yapmanız gereken çalışmadır. Biz insanlar yeni öğrendiğimiz bilgileri ilk 24 saat içinde tekrar etmediğimizde öğrendiklerimizin %80'ini unuturuz. Ancak eve döndüğünüzde gün içinde işlenen konulara sadece göz gezdirmek bile öğrendiklerimizin %60'nın kalmasını sağlar.

**Günün tekrarı için ayırmanız gereken süre; 15-20 dakikadır.**

**Konu tekrarı yaparken anlamadığınız bölümü e-öğretim programımızdan tekrar dinleyiniz.**

## **2.Ödevler:**

Ödevin verildiği gün yapılması yeni öğrenilen bilgilerin kullanılmasını sağlayacağından öğrenmede kalıcılığı %80'lere taşıyacaktır. Günü gününe yapılan ödevler yeni öğrenilmiş ve unutulmamış bilgi ile yapılacağından kısa sürede yapılabilecektir. Bu nedenle ödev verildiği gün yapılırsa amacına ulaşır. **Ödevlerin yapılması için ayırmanız gereken süre; en çok 1 saattir.**

**Verilen ödevlerde çözemediğiniz sorularla ilgili örnek soru çözümlerini e-öğretim programımızdan izleyerek çözüm yollarını öğreniniz.**



### 3. Ertesi Günün Hazırlığı:

Okula ya da dersaneye gitmeden önce o gün işlenecek ünitelerle ilgili daha önceden yaptığınız ödevleri gözden geçirmeniz ve işlenecek ünitelerle ilgili okumanız gerekenleri iki defa okumanız, öğrenmenizi kolaylaştıracaktır. Özellikle Fen Bilgisi, Sosyal Bilgiler gibi işlemden çok okuma anlamaya dayalı dersleri en az iki defa okumadan okula gitmeyiniz. 1. okumayı verilmeye çalışılanı tanımak için, 2. okumayı anlamak ve soru sorabilmek için okuyunuz. Bu işlem için ayırmanız gereken süre; **30-45 dakikadır.**

### 4. Sınav Hazırlığı:

Bu çalışma sınavla hazırlanmakta olan her öğrencinin yapması gereken bir çalışmadır. Bu bölüme kadar yapılan çalışmaların amacı öğrenmektir. Bu nedenle de bilgiye dayalıdır.

Bu bölümde yapılabilecek çalışmanın amacı ise sınav mantığına uygun, öğrenilen bilgilerle ilgili yorum gücünüzü geliştirmeye yönelik mümkün olduğunca çok soru çözerek sınavlarda başarılı olabilmektir.

Sınavla hazırlanmak için ayırmanız gereken süre; **1,5-2 saattir.**

Sınavla hazırlık çalışması yaparken anlamadığınız veya unuttuğunuz konu ve soru çözümleri için e-öğretim programımızdan faydalanınız.

### 5. Genel Tekrarlar:

Günlük tekrarların dışında yapacağınız haftalık ve aylık tekrarlar unutmanızı engelleyip hatırlamanızı kolaylaştıracaktır.

Haftalık çalışma programınızın yoğunluğunun en az olduğu günü genel tekrara ayırınız. Bu çalışma için ayırmanız gereken süre; **haftada 1 gün 2 saattir.**

Genel tekrar yaparken e-öğretim programımız en büyük yardımcınız olacaktır.

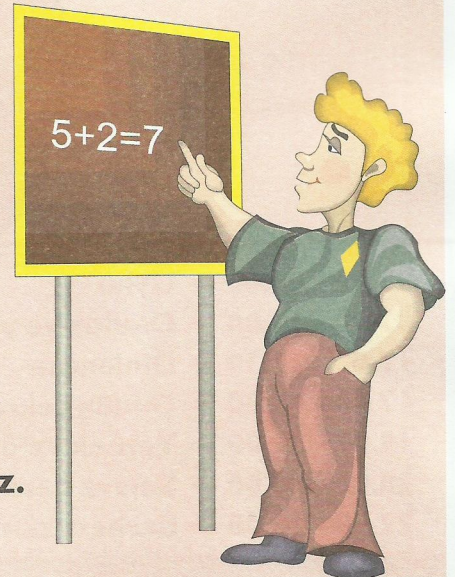
**Sonuç olarak günlük programınızda;**

**Günün tekrarı için; 15-20 dakika**

**Ödevlerin yapılması için; en çok 1 saat**

**Ertesi günün hazırlığı için; 30-45 dakika**

**Sınavla hazırlanmak için; 1,5-2 saat ayırınız.**





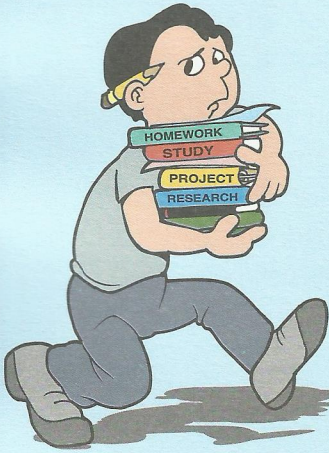
# Çalışmanın ve Başarılı Olmanın Kuralları

Dünyada iş-sanat-spor-öğrencilik hayatlarında başarılı olmuş insanların yaşamları incelendiğinde bu insanların bir yaşam ve çalışma disiplini geliştirmiş olduklarını ve bir hedef peşinde koştuklarını görürüz. Hedefinize ulaşmak, ancak hayatınızı belli bir disiplinle yönetmenizle mümkündür.



## Olumlu sonuçlar üretmek istiyorsanız;

- Çalışmak için uygun gün, saat beklemeyiniz. Biliniz ki her gün ve saat çalışmak için uygundur.
  - Çalışma isteğinin gelmesini beklemeyiniz. İstek çalışmaya başladıktan sonra gelir.
  - Günlük çalışma programınızı uygulamaya özen gösteriniz. Zorunlu kalmadıkça günlük çalışmanızı ertelemeyiniz.
  - Ders çalışırken çalıştığınız bölümü tamamlamadan başka bir dersle ilgilenmeyiniz.
- Herhangi bir dersi çalışmaya başlarken derslerle ilgili bütün dokümanları blok olarak alıp çalışmaya başlayın. Ders çalışırken doküman aramak için masadan kalmayınız.



## Acı ve Zevk

İnsanlar yaptıkları her şeyi, ya acıdan kurtulma ihtiyacından ötürü, ya da zevke kavuşma arzusundan ötürü yapar.

Öğrenciler, günlerini ve çalışmalarını programlamaları gerektiğini, öğrenmek, soru çözmek ve sınava hazırlanmak gerektiğini bilirler ancak eyleme geçmezler. Eyleme geçmeleri gerektiğini bildikleri için de içten içe kendilerine kızarlar. Bunun bir tek nedeni vardır. Onlar hep davranışlarını değiştirmeye çalışmaktadırlar.

Öğrencilerin çalışmanın onlara başarı getireceğini bildikleri halde çalışmayı ertelemelerinin nedeni; o an için ertelemenin çalışmaktan daha az acı verici olmasından kaynaklanmaktadır. Sınavlar yaklaştıkça birden bire odaya kapanıp çalışmaya başlamalarının nedeni ise ertelemenin çalışmaktan daha çok acı vermeye başlamasından kaynaklanmaktadır.

Hayatta öğreneceğiniz en önemli ders size neyin acı, neyin zevk getireceğini öğrenmek olacaktır.

Herhangi bir davranışı ya da duygusal oluşumu büyük acılara bağdaştırırsak, ne pahasına olursa olsun o davranıştan kaçınıyoruz. Bunu kullanarak acı ve zevk gücünü istediğimiz gibi kullanabilir, hayatımızda neyi değiştirmek istiyorsak değiştirebiliriz.



● Devamlı ve planlı çalışınız. Ders çalışmaya her gün aynı saatte oturunuz. Her gün aynı saatte acıkıp aynı saatte uyduğumuz gibi çalışmak da edinilmiş bir alışkanlıktır.

● İstedığınız başarıya ulaşmak için her gün devamlı ve düzenli çalışmanız yeterlidir.

● Düzenli ve programlı çalışmadığınızda yeni işlenen ünitelerle birlikte çalışılması gerekenler çoğalacak ve yapılması gereken işin çokluğu gözünüzde büyüyecek, bu da sizi yılgınlığa götürecektir. Düzenli çalışma konusunda irade geliştiriniz.

● Başlamak bitirmenin yarısıdır. Ancak yarım bırakılan iş de yapılmamış sayılır. Çalıştığınız konuyu bitirme konusunda sabırlı olunuz.

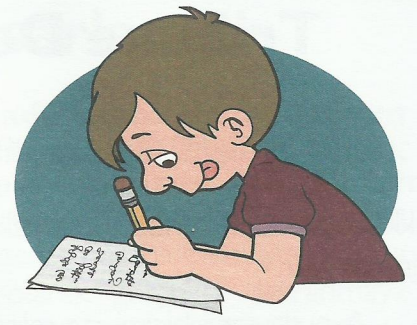
● Çözmeden bıraktığınız her sorunun karşısına sınav sorusu olarak çıkabileceğini unutmayınız.

● Sinirli, üzgün ve yorgunken ders çalışmak güçleşir. Bu durumda duş alıp dinlendikten sonra, sıkıntınızı birisiyle paylaşıp rahat duruma geldikten sonra çalışmaya başlayınız.

● Çalışmaya karar verdiğiniz toplam süre içinde odanızdan çıkmamaya özen gösteriniz. Çıktığınızda konsantrasyonunuz bozulur, çalışma süreniz uzar.

● Kendiniz ve çalışmalarınız hakkında daima olumlu düşününüz. Korkuya, karamsarlığa ve umutsuzluğa kapılmayınız. Kazanmak zor değildir.

Bize göre her öğrenci başarılı olmaya adaydır. Yeter ki neyi, ne zaman ve nasıl yapacağını bilsin.



## Kararın Gücü

“Efendiler, bu vaziyet karşısında bir tek karar vardır. O da milli hakimiyete dayanan kayıtsız şartsız bağımsız yeni bir Türk devleti kurmak ! ... Temel ilke, Türk milletinin haysiyetli ve şerefli bir millet olarak yaşamasıdır. Bu ilke, ancak tam bağımsızlığa sahip olmakla gerçekleştirilebilir...

Türk'ün haysiyeti, gururu ve kabiliyeti çok yüksek ve büyüktür. Böyle bir millet esir yaşamaktansa yok olsun daha iyidir.

O halde, ya istiklal, ya ölüm!”

Kemal Atatürk



**Sonunda acı getirecek zevklerden kaçınabileceğini, sonunda zevk getirecek acılara dayanılabileceğini düşünüyorum.**

*Michel de Montaigne*





# Tribüne Değil, Skora Oynayınız

Tribüne oynamak, bir futbol terimidir ve gol atmak için değil, artistik hareketlerle seyircinin dikkatini kendi üstünde toplamak isteyen futbolcu için söylenir.

Aynı davranış biçimi işte çalışanlar ve öğrenciler için de geçerlidir. İşte çalışanlar için müdür yada patron geçerken çalışıyormuş gibi görünmekle, öğrencilerin odaya kapanıp gerekli çalışmayı yapmadan oturmaları aynı şeydir. Çalışanları bilmem ama çok sık sınava girdiklerinden öğrencilerin foyası çabuk ortaya çıkıyor.



Normal zekada ve doğru çalışan her öğrenci 100 sorunun 80'ine cevap verebilir.

Sınavda daha çok soru çözebilmek için çalışırken;

- Öğrenmenin aşamalarını tamamlayınız.

(Gözlem ve algılama, anlama ve yorumlama, uygulama ve hataları bulma, değişik örneklerle bilgi genişletme ve yansıtırma.)

- Kolaydan zora doğru bir sırayla öğrenmeye çalışınız.
- Bütünü görmeden parçaları göremez veya en azından bu bilgilerden yararlanamazsınız.
- Öğrenme bireyseldir. Öğrenmek için sürecin her aşamasına aktif olarak katılmanız zorunludur.
- Her konu aynı hızla öğrenilmez, herkes aynı hızla öğrenemez. Kendinize uygun öğrenme biçimini belirleyiniz.



- Ne kadar öğrendiğinizi anlamanın yolu kendinize uygulayacağınız sınavlardır. Sınavın amacı ne kadar bildiğimizi değil, neyi bilmediğimizi bulup düzeltmektir.

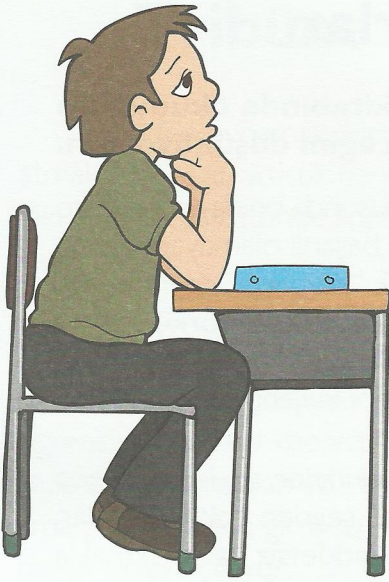
Maçın sonunda takımın ne kadar iyi oynadığı önemli değil, skor üstünlüğü önemlidir. Az çok herkes topa vurmasını bilir ama skor üretmek sporcunun işidir. Tıpkı iyi puanlar almak doğru ve etkin çalışan öğrencinin işi olduğu gibi. Bilmekle yapabilmek arasındaki fark da budur.



**Kazananlar eninde sonunda kazanacaklarını düşünenlerdir.**



# Çalışmanın Ruh Hali



Öğrencilerimizin çalışma hızını ve kalitesini artırabilmek için onların çalışma psikolojilerini de dikkate almamız gerekir. Eğitim uzmanları ve daha önce başarılı olmuş öğrencilerimizle yaptığımız görüşmelerde şu sonuçlara ulaştık:

## Huzurlu ve rahat çalışabilmek için;

1. Yapmanız gereken günlük çalışmanın programını oluşturunuz.
2. Çalışmaya basit konulardan başlayınız. Kolaydan başlayıp hemen sonuçlara ulaşırsınız, kendinizi iyi hisseder, çalışmayı bırakmaz, zor kısımlarda rahat çalışırsınız.
3. Sevmediğiniz dersi çalışıyorsanız, önceden kendinize bir ödül vaat edin.
4. Önce sevmediğiniz dersi bitiriniz, daha sonra sevdiğiniz dersi çalışınız. Böylece uykunuz gelmeyecek, ders çalışmaya isteksizliğiniz olmayacaktır.
5. Rahat, havalandırılmış ve aradığınızı kolayca bulabileceğiniz ortamlarda çalışınız.
6. Çalışmayı bitirdiğinizde yaptığınız işi gözden geçirip eksiklerinizi bulun ve çözemediğiniz soruları dersane öğretmenlerinize sormak üzere işaretleyiniz.
7. Yemek, uyku ve çalışma saatlerinizin her gün aynı saatte olmasına özen gösteriniz.
8. Çalışmak alışkanlıktır. Alışkanlık öğrenilenin bilinçaltına kayması demektir ki uygulamada zorlanmayı, bıkmayı, yorgunluk hissetmeyi ortadan kaldırır. Böylece daha zevkli çalışırsınız.

Daha fazlasını kaldırabilmek için kol kaslarını güçlendirmek istersen onları çalıştırmalısın. Bacak kaslarını güçlendirmek istersen onları kullanmalısın. Benzer biçimde zihin ancak onu kullanırsan harika şeyler yapabilir.

## Karar vermenin gücü

Gerçek bir karar vermek bir sonuç elde etmeye adanmak, kendinizi diğer tüm ihtimallerden koparmaktır.

Çalışmak istiyorum, başarılı olmak istiyorum deyip bir dilek listesi oluşturmak yerine, bu konularda gerçek karar vermek diğer tüm ihtimalleri kesen bir şeydir.

Bir konuda gerçekten ne yapmamız ve nasıl yapmamız gerektiğine karar verdiğinizde ; uygulamanın güçlüklerini bilseniz de içinde bir rahatlama, uygulamalarınızı aksattığınızda da bir huzursuzluk hissedersiniz.

Açık seçik kararlar size güç verir. Vermiş olduğunuz kararları sık sık gözden geçirmeniz ve kararlarınıza yeni kararlar eklemeniz sizi giderek daha da güçlendirecektir.



# Kendinize Güvenin



## Siz kendinize inanırsanız, başkaları da size inanır.

Öğrencilerin sınav başarısızlıklarının temel nedeni başarabileceklerine inanmamaları, kendilerine güvenmemeleridir. İçsel olarak başarabileceklerine inanmadıkları için de yeterli çalışmayı ve performansı gösteremezler. Kendilerini ve çevrelerini kandırmak için 'çalışıyormuş' gibi görünürler.

Yıllardır OKS sonrası öğrencilerle yapmış olduğumuz görüşmelerde en çok duyduğumuz söz; "Bu kadar kolay olduğunu bilseydim daha düzenli çalışırdım." sözleridir. Siz de çevrenizde sınav kazanamayan öğrencilerle görüştüğünüzde bu yanıtların doğru olduğunu göreceksiniz.

Sınav hazırlığına başlarkenki düzeyiniz ne olursa olsun yapabileceğinize inandığınızda ve kararlılıkla çalışmaya başladığınızda önce siz kendinize güvenmeye başlarsınız, sonra da çevreniz. Öğrencilerin kendine güven duygusu programlı ve düzenli çalışma yaptıkça gelişen bir duygudur. Burada önemli olan gerçekten öğrenmeyi istemektir, kendinizi kandırmak değildir.

Kendinize güven duygunuzu geliştirmek için aynada kendi gözlerinizin içine bakarak şu sözleri tekrarlayınız.

- Öğrenmek ve başarılı olmak için hiçbir eksikim yok.
- Bugünden tezi yok her gün programımı tam olarak uygulayacağım.
- Çalışmamı kimsenin engellemesine izin vermeyeceğim.
- Yapamadığım soruların pes etmeme, başarısızlığıma neden olmasına izin vermeyeceğim.
- Başarımla herkesi şaşırtacağım... vb.

Bu sözleri haftada bir iki defa ayna karşısında tekrarladığınızda kendinize güven duygunuz gelişmeye başlayacaktır.

Kendinize güven başarıyı hak etmekle doğrudan ilişkilidir. Eğer doğru bir çalışma planı yapıp ve bundan dolayı bir disiplin başlattıysanız kendinizi daha iyi hissedeceksiniz. Bunlar birbirine bağlıdır. Kendinizi daha iyi hissetmek için başarıyı hak etmelisiniz. Kendinize siz inanırsanız, başkaları da size inanır.

Söylediklerize dikkat edin  
Düşüncelere dönüşür  
Düşüncelerinize dikkat edin  
Duygulara dönüşür  
Duygularınıza dikkat edin  
Davranışlarınıza dönüşür  
Davranışlarınıza dikkat edin  
Alışkanlıklara dönüşür  
Alışkanlıklarınıza dikkat edin  
Değerlerinize dönüşür  
Değerlerinize dikkat edin  
Karakterinize dönüşür  
Karakterinize dikkat edin  
Kaderinize dönüşür

*Mahatma Gandhi*