



VERİMLİ DERS ÇALIŞMA ÖĞRENCİ BROŞÜRÜ

İkinci dönem konu sayılarının artmaya başladığı ve konu eksiklerinin daha fazla gözle görülür hale geldiği bir aydır. Çalışma sistemini oturtan bir öğrenci dahi bu aylarda planını sürdürme konusunda bocalayabilir. Unutmayın sınav süreci aynı zamanda psikolojik tutarlılığı sürdürme sürecidir.

KONULARIN KAZANIM EKSİKLERİNİ TAMAMLAMA



Belli bir ünite ya da konu hakkında soru çözerken bazen doğru bazen yanlış yaptığımızı görüyorsak ünite veya konu içi kazanım eksiklerimiz oluşmuş olabilir. Konunun etkin bir zemine oturması için branşlarda eksik olduğunuz konuları mutlaka haftalık planınıza ekleyin.

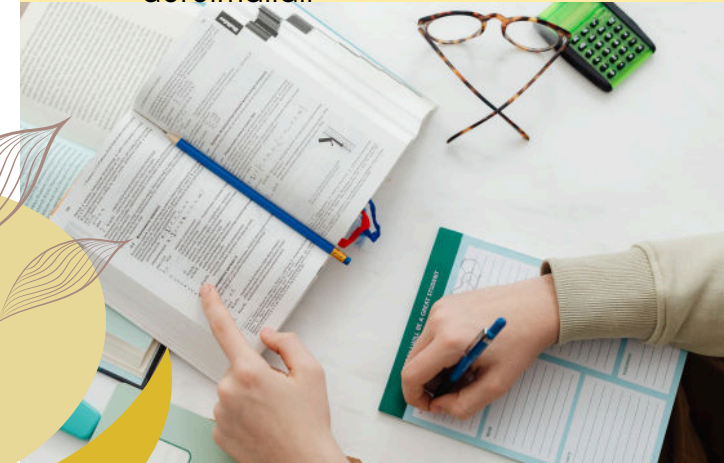
Kazanım eksiği analizi için rehberlik servisine başvurabilirsiniz.

YANLIŞ SORUYU PAS GEÇME

Yanlış yapılan soruları görmezden gelmeyin tekrarlayan hatalarınıza önem gösterin ve doğru çözümü öğrenin.

BİYOLOJİK SAATİNİZİ BOZMAYIN

- Beslenme, uyku ve hareket düzeniniz sizin en önemli kaynağınız
- Unutmanın en temel faktörlerinden biri vücut kimyasının bozulmasıdır
- Beslenme aksatılmamalı
- Uykudan önce ekrandan en az 1 saat uzak durulmalıdır





EKSİK HER ZAMAN OLUR PES ETME

Sınav konuları bitmez, konuların bitiminden sonra turlama yapılır. Yeni bir konuyu öğrenirken direnç göstermek konuyu anlamayı engeller. Konu anlatılıp üzerinden tekrarlar yapılana kadar hata yapılması normaldir.

Konuyu dinleme, tekrar etme, test çözme, eksik yerleri tespit etme, eksikleri tamamlama ve pratik yapmaya turlama denir.

Konunun zamanla unutulmaması için ara ara konu tekrardan pekiştirilmelidir.

SİSTEMİ DEVAM ETTİRMEK

Süreç sizin için her gün ders çalışamayacak kadar bunaltıcı geliyor ve bir türlü plan oturtamıyorsanız öncelikli olarak en temel şekilde başarabileceğiniz hedefi kendinize belirleyin.

Günlük rutininizi her gün tekrarlayabilecek düzeyde oluşturun.

ÖNERİ

Her gün aynı şeyi yapmak sıkışmışlık hissi yaratabilir. Bu süreç akran desteğiyle, aile ilişkileri ve hobilerle çok daha etkili geçer.

Kendinizi ifade edebildiğiniz ortamların farkına varın.

Dersler konusunda aşırı rekabetçi ortamlar yerine destekleyici ve takdir edici olmak insanı motive eder, gerçekçiliği artırır ve hataları daha rahat çözümlenmeyi sağlar.

Akhisar Rehberlik ve Araştırma
Merkezi

İÇSEL HEDEF
KOYMAK
MOTİVASYONU
ARTTIRIR