



ŞEHİT NADİR İPEK ORTAOKULU REHBERLİK SERVİSİ



Canım ders çalışmak istemiyor, ne yapmalıyım? sorusu ile baş başa kaldıysanız size rehber olabilecek bir yazı ile karşınızdayız. Bu yazımızda neden ders çalışmalıyız, **ders çalışma isteği nasıl gelir** ve ders çalışma teknikleri hakkında bilgilere yer vereceğiz.

Neden Ders Çalışmalıyız?

Öğrenciler derslerinde başarılı olmak ve okulunu iyi bir derecede bitirmek için küçük yaşlardan itibaren okula gitmeye başlamışlardır. Zamanla derslerinde başarılı olmak kavramı daha iyi bir gelecek için çalışmaya dönmüştür. Bunun için günün belli saatlerini ders çalışmaya ayırmaktadırlar.

Hayallerindeki mesleğe ve hayata kavuşmak için gecesini gündüzüne katan öğrencilerin yanı sıra hiç ders çalışmayanlar veya çalışmak isteyip de bir türlü çalışmayanlar da vardır. Günümüzde ailesinin ittirmesiyle ders çalışanları da unutmamak lazım tabii. Peki, **ders çalışma isteği nasıl gelir**? Bunun için neler yapılmalıdır? Nasıl ders çalışılır? Teknikler nelerdir?

Ders Çalışma İsteği Nasıl Gelir?

Ders çalışmak için masaya oturmadan önce kendimize şunu sormalıyız? Bir hayalim ve hedefim var mı? Gelecekte beklediğim var mı? Bunların cevabı evetse ilk aşamayı geçtiniz demektir. Çünkü hayallerimiz bizi zafere götüren yolda azimle çalışmamızı sağlayan en büyük motive kaynağımızdır.

İkincisi ise kendimize ve başaracağımıza inanmaktır. Çıktığımız bu azametli yolu inancımız olmadan yarım bir şekilde sürdürürsek ilk engelde tökezleriz. Bunun için kendimize inanmak hayallerimizi gerçekleştirmek için çıktığımız yolda büyük bir adımdır.

İnsanlar zaman zaman bir şeyi başaramayacağına inandıklarında ya da başlayamadıklarında motivasyon videoları izlerler. Bu yöntem öğrenciler için de etkili bir yöntemdir. Çünkü motivasyon videoları, zihne güzel enerji verir ve insana özgüven aşılar. O yüzden ders çalışmaya başlamadan önce bir motivasyon videosu izlemekte yarar var.

Arkadaş çevresi genç nesil için önemli bir etkidir. Arkadaşlarınızla yaptığınız grupça etkinlikler daha çok akılda kalır. Bir arkadaşınızla kütüphaneye gitmeniz ve beraber ders çalışmanız hiç canınız istemese bile arkadaşınızın çalıştığını gördükçe sizin de çalışma isteğinizi getirir. Hatta onunla yapacağınız kaliteli bir moral konuşması sizi ders çalışmaya artık tam anlamıyla başlamak için önemli derecede etkiler.

Bunun yanı sıra birçok insanın motivasyonu yerinde olmasına rağmen nasıl ders çalışması gerektiğini bilmediği için halen daha ders çalışmaya başlayamamaktadır. Peki, nasıl ders çalışılmalıdır? Ders çalışma teknikleri nelerdir?

Nasıl Ders Çalışılır?



Ders çalışma isteği nasıl gelir sorusunun yanıtında en önemli unsurun motivasyon ve planlama olduğunu söylemek mümkün. İnsanlarda çalışma isteği motivasyonu ders çalıştıkça gelir ve artar. Hiç ders çalışmadan, soru çözmeden, çaba göstermeden motivasyon gücünün gelip bizi bulacağını düşünmek yanıltıcı olur. Ders çalışma yönünde gerekli motivasyona sahip olsanız bile doğru ders çalışma programı uygulamıyorsanız başarısız olmanız halinde motivasyonunuzu kısa sürede kaybedersiniz. **Ders çalışma teknikleri** nelerdir hemen kısaca inceleyelim.

Ders Çalışılan Alanın Temiz Olması

Ders çalışmaya başlamadan önce çalışacağımız alanın ve masanın temizliğine, düzenine önem verilmelidir. Çünkü dağınık ve kirli bir ortam dikkat dağıttığı gibi odaklanmayı da engeller. Eğer evde bize ait bir oda ve ders çalışma alanımız yoksa kendimize elimizdeki imkanlarla bir ders çalışma köşesi oluşturmalıyız. Onun haricinde çalışacağımız ortamın havalanmasına ve ışığına dikkat edilmesi gerekir. Işık ne bizi rahatsız edecek ölçüde parlak olmalı ne de uykumuzu getirecek ölçüde sönük olmalıdır.

Ders Sırasında Lazım Olacak Materyallerin Elimizin Altında Olması

Ders çalışırken kullanacağımız materyallerin ders öncesi hazır edilmesi dikkatin dağılmaması açısından önemlidir. Sürekli masanın başından kalkıp oturmak gereksiz zaman harcamaya ve dikkatimizi verememeye sebep olur.

Ders Sırasında Yemek Yenilmemelidir

Ders sırasında yemek yemek dikkatimizi dağıtan bir diğer önemli unsurdur. Abur cubur gibi yiyeceklerin ders esnasında yenmesi gibi durumlarda mideyi rahatsız edebilir ya da midemizdeki doluluk hissiyle çalışmaya engel olabilir. Şu unutulmamalıdır ki ne çok tokken ne de çok açken ders çalışılmaz çünkü odaklanmayı engeller. Yemekten 1 saat sonra masa başına oturarak ders çalışma programı uygulamak faydalı olacaktır.

Ders Çalışma Programı İçerisinde Konular Teker Teker Yazılmalıdır

Ders çalışma programı uygularken çalışılacak her bir dersin konularını sırasıyla yazmak pek çok açıdan fayda sağlar. Bu yöntemle hem ne kadar konu olduğunu görmemiz, hem de ders çalışmak için masaya oturduğunda hangi konudan başlasam diye kararsız olmayı engelleyen önemli bir unsurdur.

Etkili Ve Uygulanabilir Bir Ders Çalışma Programı Yapmalıyız!

Neyi ne zaman çalışmak konusunda kararsız kalıp vakit harcamamak adına ders çalışma programı hazırlamak etkili ders çalışma teknikleri açısından önemlidir. Çünkü ders çalışmak kadar zor olan bir şey varsa o da neyi ne zaman çalışacağını bilmemektir.

Eğer kendiniz bir ders programı hazırlayamıyorsanız okulunuzdaki rehber öğretmeninizden bize uygun bir ders programı hazırlaması konusunda yardım isteyebilirsiniz.

Ders Çalışmayı Engelleyen Faktörleri Ortadan Kaldırmak



Hızla gelişen ve değişen teknoloji çağında olmak hayatımızı kolaylaştırdığı kadar zorlaştırabiliyordur. Öğrencilerin ders çalışmalarının önündeki en büyük engellerden biri de teknoloji bağımlılığıdır. Tablet ve telefonlara indirilen uygulama ve oyunlar, sosyal medyada gezme, komik videolar, oyun vlogları vs. gençleri daha çok cezbedebiliyor.

Uzmanlar günlük bir saati geçmeyecek sürede teknolojiyi kullanmakta sorun görmediklerini belirtiyorlar. Oyunda, tablet başında geçirilen sürenin ders çalışma süresinden daha az olması lazım ki derslerde başarılı olunabilsin.

Pomodoro Ders Çalışma Tekniği İle Çalışmak



Pomodoro tekniği, **Ders çalışma isteği nasıl gelir** sorunsalında size çok büyük katkı sağlayacaktır. Pomodoro tekniği mola vererek çalışmak demektir. 40 dakikayı aşkın bir sürede çalışmak hem insanı yoracak hem de ders çalışmak sıkıcı bir hale dönüşecektir.

Pomodoro tekniği sayesinde zamanı doğru kullanarak yorulmadan çalışma alışkanlığına hızlıca kavuşabilirsiniz. 30 dakika çalışıp ardından 10 dakika mola vermek sizler için yeterli olacaktır. Eğer bu süre sizin için az geliyorsa 40 dakika çalışıp 10 dakika mola verebilirsiniz.

Kendimize Uygun Ders Çalışma Tekniği Bulmak

Her insanın anlama kabiliyeti farklıdır. Bazıları işitsel, bazıları görsel, bazıları da yazarak öğrenmeye daha yatkındır. Bunun için ders çalışmaya başlamadan önce kendimize uygun olan tekniği bulup ona göre çalışmalıyız. Peki, bunu nasıl bulacağız?

1-Duyarak (işitsel) çalışmak:

Bazı insanlar duydukları bir şeyi uzun süre unutamazlar. En basitinden birkaç kere dinlediğiniz şarkı aklınızda kalıyorsa siz duyarak öğrenmeye daha yatkınsınız demektir.

2-Görerek (görsel) çalışmak:

Daha önceden gördüğünüz bir şey sınav esnasında gözünüzün önüne geliyorsa sizin görsel hafızanız daha ağır basıyor demektir. Bunun için resimlerle çalışmalı ve aklınızda kalması adına onları göreceğiniz her yere asmalısınız.

3-Yazarak çalışmak:

Bu teknik öğrencilerin en sık kullandığı tekniktir. Hatta en çok işe yarayan tekniktir de diyebiliriz. Birçok öğrenci yazmanın zaman aldığını düşünüp bu tekniği uygulamasa da insan yazdığı şeyi kolay kolay unutmadığından ders çalışma tekniğini uygulamakta fayda vardır.

Nasıl Ders Çalışmalıyız?

- 1- Bir dersi bir konuyu anlamanın ilk adımı sınıfta dersi iyi dinlemekle başlar.
- 2- Öğrenilen bilginin aynı gün içerisinde tekrar edilmemesi durumunda %50 sini unutturuz. Bir hafta içerisinde tekrar edilmezse % 70'ini unutturuz. Günlük, haftalık, aylık ve dönem sonu tekrarı bilginin uzun süre hafızamızda kalmasına katkı sağlar.
- 3- Öğrendiğimiz konular ile ilgili sorular çözmek öğrendiğimiz bilgileri pekiştirir. Konuyu ne kadar iyi anlayıp anlamadığımızı kontrol etmemize yardımcı olur. Her gün düzenli olarak soru çözüp doğru yanıışımıza bakmalıyız. Yanlış sayımız fazla ise konuyu yeniden çalışmalıyız.
- 4- Hergün düzenli bir şekilde kitap okumalıyız. Kitap okumak okuma hızımızı artırır, okuduğumuzu anlamamızı, yeni bakış açısı geliştirmemizi, sözcük dağarcığımızı genişletmemizi, kendimizi ifade etme becerimizi geliştirmemizi sağlar.
- 5- Merak edilen bilgi daha çabuk öğrenilir. İşlenecek konuya önceden göz atıp gelmek merak duygumuzu başlatabilir. Derse hazırlıklı gelmek dersi daha dikkatli dinlememize, derse aktif olarak katılmamıza ve konuyu daha iyi kavramamıza yardımcı olur.