

# HAFTALIK DERS ÇALIŞMA ZAMAN ÇİZELGESİ

ÇALIŞMA SAATLERİ	HAFTANIN GÜNLERİ							
	HAFTA İÇİ					HAFTA SONU		ÇALIŞMA SAATLERİ
	PAZARTESİ	SALI	ÇARŞAMBA	PERŞEMBE	CUMA	CUMARTESİ	PAZAR	
16.00- 17.00								08.00-09.00 09.00-10.00
17.00- 18.00								10.00- 11.00 11.00-12.00
18.00- 19.00								12.00- 13.00 13.00-14.00
19.00-20.00								14.00-15.00 15.00-16.00
20.00-21.00								16.00-17.00 17.00-18.00
21.00-22.00								18.00-19.00 19.00-20.00
22.00-23.00								20.00-21.00 21.00-22.00
23.00-								22.00-23.00 23.00-

## İNSAN HANGİ LİMANA GİDECEĞİNİ BİLEMEZSE HİÇBİR RÜZGÂR ONUN İÇİN YARARLI OLMUZ

Bir ders çalışma programı hazırlarken şunlara dikkat etmelisiniz:

- 1.Aşama: Her dersten çalışmanız gereken konuları saptayınız (Ana başlıklar ve ara başlıklar halinde)
- 2.Aşama: Çalışmanız gereken dersleri ve konuları haftanın günlerine bölerek yerleştiriniz.
- 3.Aşama: Okuldan geliş zamanı ile uykuya yatış saati arasında kalan çalışma sürenizi hesaplayınız.

\* Aynı türden dersleri peşpeşe çalışmayınız.

\* Günlük çalışma sürenizi 4-5 saat olarak belirleyip, bunu ihtiyaca göre azaltıp arttırın.

\* Derslere vereceğiniz çalışma sürenizi dersin özelliğine ve dersteki başarıya göre ayarlayın.

\* Tekrar için ayarladığınız saatleri, ilgili dersin sınıfta öğrenildiği zamana yakın olarak düzenleyin.

\* Çalışma planınızdaki derslerinizi mümkün olduğunca günün aynı saatlerine yerleştiriniz.

\* Planınızdaki Tv, müzik, kitap okuma gibi etkinliklerle ders çalışma saatlerinizi birbirinden ayırın.



## TEKRAR, ÖĞRENME SONRASI OLUŞAN UNUTMANIN ÖNÜNDEKİ EN BÜYÜK ENGELDİR.

Öğrenme ve unutmaya arasındaki ilişkiyle ilgili insanların genel kanaati, zaman geçtikçe öğrenilen bilgilerin daha hızlı unutulduğu yönündedir. Oysa psikolojide öğrenme üzerine yapılan çalışmalardan elde edilen bulgulara göre, **en fazla unutmaya ilk gün sonunda** gerçekleşmektedir (%60-80 Aralığında). Kısaca, öğrenilen bilginin yarısından fazlası ertesi güne kadar öğrenen kişinin hafızasından çıkmaktadır. **Öğrenmenin yapıldığı günün içinde yapılan tekrarlar, bu öğrenme kaybını azaltan en güçlü çalışmadır.**



### HAFTALIK VEYA AYLIK DEĞİL, GÜNLÜK TEKRAR!

Birçok öğrenci, tekrarı maalesef bir zaman kaybı olarak görür. Tekrar etmek yerine soru çözmeyi tercih eder; ya da "nasılsa hafta sonu tekrar ederim" mantığıyla günlük tekrarı ileri tarihlere atarlar. Hâlbuki hafta sonuna veya ay sonlarına taşınan tekrarlar, elden çıkmış olan bilgilerin tekrar elde edilmesi için yapılan verimsiz çabalardır; öğrenene ciddi fayda sağlamayacaktır.

Günlük yapılan tekrarlar ise, o günkü çalışmaların zihinde yeniden yaşatılmasıdır; öğretmenin verdiği bilgiler, yaptığı vurgular, önem verilen noktalar bu tekrarda yeniden yaşanır. Böylece kalıcı bir öğrenmenin en önemli adımları atılmış olur.

## TEKRAR İÇİN NE KADAR SÜRE GEREKLİ?

40 - 50 dakika aralığında işlenmiş bir dersin tekrarı, dersin yapısına göre, yaklaşık beş ile on dakika civarında olmalıdır. Tabii ki bu süre, dersin niteliğine, öğrencinin o dersi anlama düzeyine ve konunun içeriğine göre doğal olarak değişir. Örneğin, 50 dakika anlatılmış bir tarih dersinin tekrarı beş dakika alıyorsa, aynı sürede işlenmiş bir matematik dersi 10 dakika alabilir. İşlem içeren dersler, doğal olarak sözel derslerden daha fazla süre alacaktır ama tekrar süresi dersin süresinin yarısını ve daha fazlasını alıyorsa, o konuyla ilgili ders öğrenilmemiş anlamına gelir.

## TEKRAR EDERKEN NASIL BİR YÖNTEM KULLANMALI?

Sözel derslerin tekrarında, edebi bir metni okur gibi tekrar etmek yeterlidir. Özellikle, öğretmenin vurguladığı noktalar üzerinde düşünülmelidir. Sayısal derslerin tekrarında ise, dersin anlatıldığı atmosfer zihnen canlandırılmalı, vurgu yapılan noktalar hatırlanmalı, sebep-sonuç ilişkisinde öğretmenin anlattıkları hatırlanmaya çalışılmalı ve son olarak da sınıfta çözülen bazı soruların çözüm kısmı kapatılarak tekrar çözüm yapılmalıdır. Çözümde yapılan hatalar kontrol edilerek unutma düzeyi ölçülmelidir. Sağlıklı bir uyku düzeni, günü olumlu kılmada oldukça etkilidir; bu etkiyi artırmak için de gıdaya dikkat etmek gerekir. Nasıl ki en pahalı ve güçlü araba bile yakıtı olmadan hareket edemez işte kahvaltısız güne başlayan bir öğrenci de benzer bir durumdadır.

