

DERS ÇALIŞMA PROGRAMI HAZIRLAMA

GAZİOSMANPAŞA MESLEKİ VE TEKNİK ANADOLU LİSESİ



SEVGİLİ ÖĞRENCİLER

Ülkemizi ve tüm dünyayı tehdit eden bir salgın ile mücadele ediyoruz. Bu süreç içinde evde kalarak mücadelemizi sürdürüyoruz. Bu hepimiz için farklı alışılmadık bir durum. Hergününüz evde ve hep aynı kişilerle ile geçtiği için zaman algınız, zaman yönetiminiz zayıflamış olabilir. Şöyle bir son 20 gününüze baktığınızda hepsini birbirinden farksız olarak görebilirsiniz. Gerçek şu ki zorlu bir süreçten geçiyoruz ve durumu sadece biz değil tüm dünya yaşıyor. Eğitim öğretim hayatımıza evlerimizde kalarak devam ediyoruz. Hepimiz için yeni olan bu duruma adapte olmakta zorlanabilir, süreci nasıl yöneteceğimiz hakkında kafanız karışmış olabilir. Zaman yönetimini sağlamada sizlere en büyük tavsiyem planlı ve programlı hareket etmek. Aşağıda bahsettiğim tavsiyeler ile kendinize haftalık çalışma programları hazırlayın Öğretmenleriniz ve arkadaşlarınızla irtibat halinde kalmaya çalışın. EBA'yı ve EBA TV'yi takip edin. Böylece derslerinizden ve arkadaşlarınızdan uzaklaşmamış olup rutini yakalamış olursunuz. Hepinize sağlıklı ve mutlu günler diliyorum.



PLAN HAZIRLARKEN NELERE DİKKAT EDİLMELİ?

Genellikle en zor dersleri, en iyi anladığınız saatlerde çalışmak gerekir. En verimli saatler sabah saatleri ve yatmadan hemen önceki saatlerdir. Yemekten sonra yarım saat ara vermek iyi olur.

Çalışmak için belirlediğiniz saatler, yorgun olmayacağınız ve çalışma dışında her şeye "hayır" diyebileceğiniz saatler olsun.

Programı tamamladığınızda, programda değişiklik yapma ihtiyacı duyup duymadığınızı kontrol edin,

Çalışmak için belirlediğiniz saatte çalışma odanızda ve masanızda olun. Çalışma isteğiniz yoksa bile masadan kalkmayın ve başka bir şeyle ilgilenmeyin.

Çalışma planında sosyal etkinliğe de çalışma planınızda yer verin. Bu ders dışı faaliyetleri plana yazın.

Nasıl bir zamanlama, ders çalışırken en yüksek verimi sağlar?

$45'+5'+10'=60'$

45 dakika ders çalıştıktan sonra 5 dakika çalıştığınız konuları gözden geçirmelisiniz.

Her çalışma süresinden sonra da 10 dakikalık bir dinlenme arası vermelidir.

Ders çalışma planı neyi içermelidir

1. O gün öğrenilen konuların tekrarını ve test çözümünü,
2. Ödevlerin tamamlanmasını,
3. Bir gün sonra işlenecek konuların ön hazırlığını

" İlk önce kendine ne olacağına sor, sonra da yapman gereken ne ise onu yap."
Epiktetos



PLAN HAZIRLARKEN NELERE DİKKAT EDİLMELİ?

Çalışma planını hazırlarken hangi adımlar izlenmelidir?

1. Aşama

- Eksiklerinizi tespit etmeli,
- Her ders ile ilgili hangi konuları öğreneceğinizi belirlemeli,
- Bunları sıralamalısınız.

2. Aşama

- Belirlediğiniz konuları haftanın günlerine bölmeli ve her günü bir veya birkaç konu çalışacak şekilde ayarlamalısınız.

3. Aşama

- Günlük ders çalışma zamanınızı,
- Okuldaki sürenizi,
- Sosyal aktivitelerinizi,
- Fizyolojik ihtiyaçlarınızı gidereceğiniz süreleri dikkate almalısınız.

Mantık içerikli dersler, sabah saatlerine, yorum içerikli dersler ise akşam saatlerine denk getirilmelidir.

İdeal program, uygulanabilen programdır.

Ağır değil, esnek bir yapıda olmalıdır. Aynı güne ait dersler içeriği birbirine benzemeyenlerden oluşmalıdır. Bir derse ait süre 4-5 saat gibi uzun bir zaman dilimine sarkmamalıdır.

Hafta içi günlerde en fazla iki farklı derse çalışılmalı.

Zorlanılan derslere özellikle hafta sonu çalışılmalı.

Bildiğiniz ve kolay derslere çok zaman ayırmayın. Her derse eşit zaman ayırmak gerçekçi değildir.

Zorlanılan ve eksik olunan derse daha çok, bilinen ve basit olan derse daha az zaman ayrılmalı.

Hazırlanan programa zorunluluktan değil sorumluluk taşıyarak uymalısınız.

Programın içeriği öncelikle konu tekrarına çoğunlukla ise ders çalışmaya ayrılmalıdır.

"Planlama iyi ise karmaşa yoktur, sadelik vardır; böylece kişi gerilim ve stresten uzakta bulunur."

Lao Tzu



PLANLI ÇALIŞMA BİR ÖĞRENCİYE NELER KAZANDIRIR?

Amacımıza ulaşmak için hangi dersi ne kadar çalışacağınızı, ne zaman çalışabileceğinizi, ne kadar gayret göstermeniz gerektiğini bilmek önemlidir.

Zamanı israf etmemek ve en sağlıklı şekilde değerlendirmek için her etkinliği planlayarak yapmak gerekir. En kullanışlı çalışma planı haftalık olanıdır.

Planlı çalışma baştan sona amaçlı bir iştir.

- Daha az fakat daha etkili çalışmayı sağlar
- Çalışma isteği kaybolmaz.
- Sınava az kaldı yetismeyecek korkusunu yok eder.
- Diğer işlere de vakit kalır.
- Hangi konunun ne kadar sürede bitirebileceği konusunda yol gösterir.

- Bilgilerinizi ne kadar özümlediğinizi görmenize yardımcı olur
- Ne zaman dinlenip, ne zaman çalışacağınıza karar vermenizi sağlar
- Geleceğinize bir adım daha yaklaşmanızı kolaylaştırır.
- Güven ve motivasyon artırır. Bir işin hazırlanmasında kendisine yeterli zamanı ayarlamasını sağlar.
- Daha etkin olmasına yardımcı olur.
- Kendisine güvenini artırır.
- Sorunlarını çözmesini kolaylaştırır.
- Doğru karar vermesini sağlar ve kararsızlıktan kurtarır. Zamanı etkin bir şekilde kullanmanızı sağlar
- Neye nereden başlayacağınıza karar vermenize yardım eder.

"Hiç kimse başarı merdivenine elleri cebinde çıkmamıştır."

Ebru GENÇ
Rehber Öğretmen