

## Birkaç Ufak Uyarı

Eğer ciddi anlamda uymak istediğiniz bir ders programı yapmak istiyorsanız bunun için biraz düşünmeniz fayda var yoksa birkaç gün içerisinde programa uymayı bırakıp bir kenara atabilirsiniz. Ayrıca program yaparken sizi sizden daha iyi tanıdığını düşündüğünüz hocalarınız varsa onlardan yardım almanız ve kontrol etmesi içinde yine birilerine göstermeniz faydası olacaktır.

Birçok öğrenciye göre ders çalışma programı aslında sadece vakit kaybı. Sonuçta ders çalışmak isteyen her durumda ders çalışır gibi düşünceler ile ders çalışma programı fikrine karşı çıkabilirsiniz. Fakat ders çalışma programı zaten tembel bir öğrenciyi ders çalıştırmaz ya da düşük notlarınızı düzeltmez.

Her şeyden önce ders programı hazırlayan bir öğrencinin gerçekten ders çalışmayı istemesi gerekiyor.

Ders programının amacı hedefinize ulaşmak için hayatınızı planlayıp, kendinize vakit ayırarak hedefinize ulaşmanızı sağlamaktır. Sürekli fakat yorucu olmayan bir günlük tempoyu alışkanlık haline getirebilmenizdir.



Etkin bir ders çalışma programı öğrenci olarak sizleri belli bir yaşam düzenine sokacağı için hem kişisel olarak çalıştığınızı hissettirecek hem de bilinçaltınızın sürekli programa uygun olarak ders çalışması gerektiğini hatırlatacaktır.

İşte bu duruma gelebilmeniz ve bu durumu devam ettirebilmeniz için "Ders Çalışma Programı Nasıl Hazırlanır" sorusuna cevap vermemiz gerekiyor.

## PDR SERVİSİ



"TAM ÖNCÜ" BİR OKUL



İSTİKBALE ATILAN EN ÖNEMLİ ADIM...

**DERS ÇALIŞMA  
PROGRAMINA  
NEDEN İHTİYAÇ  
DUYARIZ?**



## Kendinize Vakit Ayırın

Hiçbir şey sizden daha önemli değil bu yüzden günlük ve haftalık kendinize vakit ayırmayı unutmayın.

Sınav dönemleri dışında haftada bir- iki veya iki yarım gün kendinize tatil verip istediğiniz aktiviteyi de yapmanız size çok iyi gelecektir. Hafta içi de sosyal aktiviteler için zaman aralıkları belirlemelisiniz.

Kendinize ödüllere verebilirsiniz. Mesela " Bugün bu konuyu bitirip X kadar soru çözersem bir saat film izleyebilirim" gibi ara sıra kendinizi derse motive edecek küçük ödüller koymanız sizi dinlendirecek ve motivasyonunuzu artıracaktır.

## Kesin Zamanlar Belirlemeyin

Ders çalışma programları aslında ciddi olarak üzerine düşünülerek hazırlanması gerekiyor. Programınız gerçekçi, hayatınızın rutinine uygun olmalı. Keskin farklılıklar alışkanlarınızı değiştirmek çok zor olacağı için programınızı işlevsiz kılabilir. Rutin hayatınıza uygun planlama yapmanız uygulanabilirliği artıracaktır. Program hazırlarken saat bazlı program yapmaktan kaçınmak gerekiyor, çünkü bu durumda küçük aksiliklerden olumsuz etkilenebilirsiniz. Mesela Ayşe saat 16:00' da okuldan çıkıyor ve eve 16:30' da eve geliyor. Programı hazırlarken de saat olarak her şeyi dakikası dakikasına yazdı ve eve geldikten sonra yemek yedikten sonra saat 17:00' da ders çalışmaya başlaması gerektiğini program da belirtti. Fakat o gün Ayşe otobüsünü kaçırdı ve eve geç geldi. Programa uyamadı. Bu durumda genellikle ister istemez planladığı şeyi yapamadığınız için moraliniz bozulur ve zaten 17:00' da derse oturamadım bari bugün kendime tatil yapayım gibi düşüncelerle programa uymayı bırakabilirsiniz.



Ders vakitlerinizi zaman aralığı olarak belirleyin. Örneğin; her gün saat 17.00'den sonra değil, akşam yemekten sonra- sabah kahvaltıdan sonra gibi zaman dilimleri belirlemeniz sizin programınız daha gerçekçi ve uygulanabilir olmasını sağlayacaktır.

Ayrıca sizin için günün en verimli vakitlerinizde(Kahvaltıdan sonra-etütten sonra...) çalışmayı alışkanlık haline getirmeniz veriminizi çok artıracaktır.

## Günlük Hedefleriniz Net Olsun

Günlük olarak ne zaman ve ne çalışacağınızı değil de gün içinde hangi dersten hangi konuyu çalışacağınıza karar vermeniz çok etkili bir tekniktir. Mesela "Pazartesi Matematikten temel kavramlar, Türkçe' den Ses Olayları Biyolojiden de Hücre konusuna çalışıp en az 50 soru test çözeceğim" gibi her gün için net ve detay hedefler belirlemelisiniz. Bu durum da yaşadığınız ufak tefek aksilikler programınıza uymanıza engel olmayacak gün içinde hedef konularınız ve test sayınıza ulaşmak hedefiniz olacaktır.

