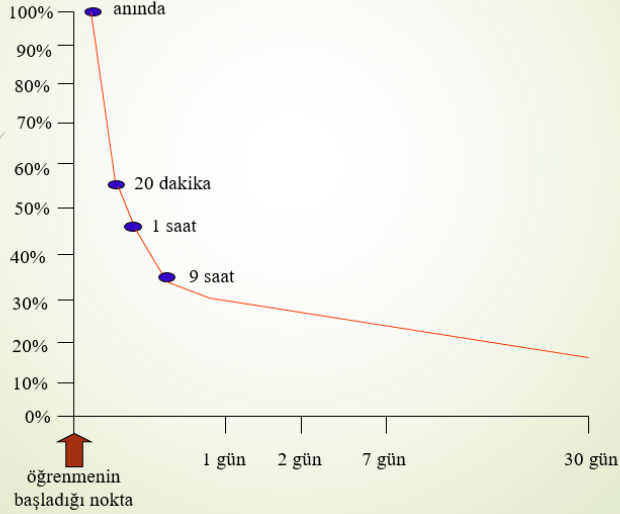


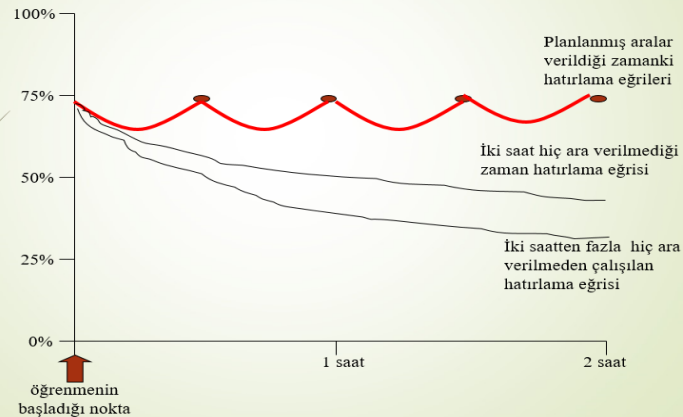
HAFIZA VE UNUTMA

Hafızanın işleyişi ve unutma



ANLAMA VE HATIRLAMA

Dinlenme araları önemlidir

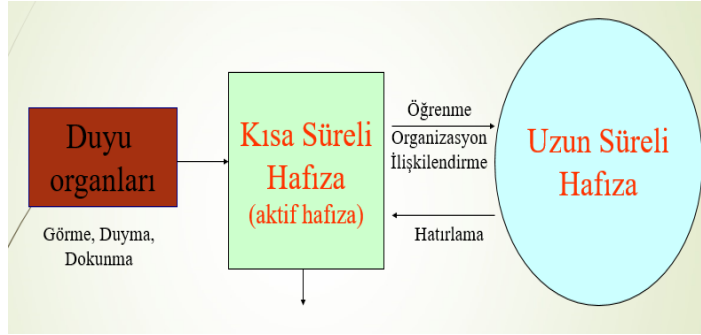


Öğrenme Nasıl Gerçekleşir?

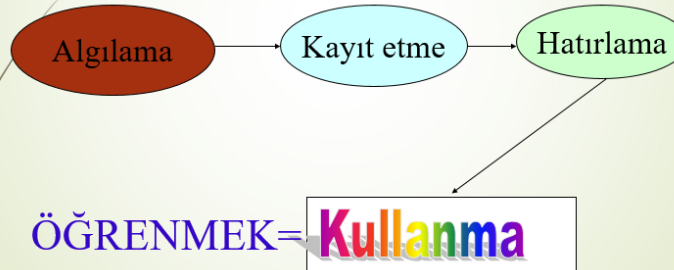
Anlamlı ve kalıcı öğrenme ancak bireyin kendi isteği, çabası ve bilinçli bir şekilde bilgileri işlemesi ile mümkündür.

Öğrenme üç aşamada gerçekleşir:

1. Duyu Organları
2. Kısa Süreli Hafıza
3. Uzun Süreli Hafıza



ANLAMAK ÖĞRENMEK DEMEK DEĞİLDİR.



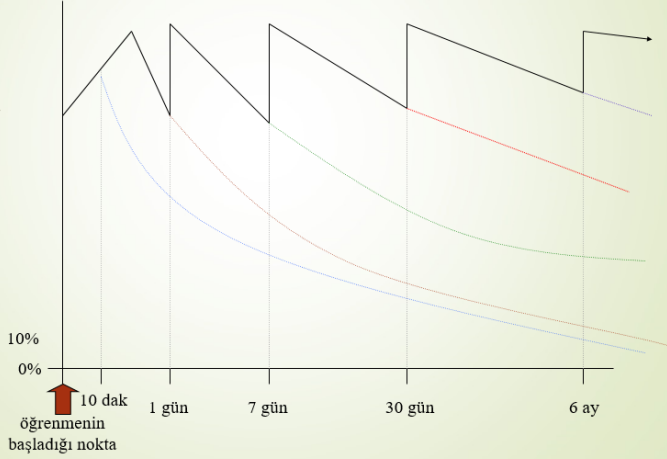
NEDİM URHAN ANADOLU
İMAM HATİP LİSESİ

VERİMLİ DERS ÇALIŞMA BROŞÜRÜ

Devler gibi eserler bırakmak için,
karıncalar gibi çalışmak gerekir.
Necip Fazıl Kısakürek



Düzenli tekrarlarla hatırlanan miktarın sürekli üst düzeyde tutulması



SİSTEMLİ TEKRARIN FAYDALARI

Böyle düzenli tekrarlar pekiştirilmiş bilgi kişisel telefon numarası kadar sağlamdır

Sistemli tekrarın en önemli özelliği öğrenme, düşünme ve hatırlama konusundaki birikim sağlayıcı etkisidir.

Sistemli tekrarlar kazanılan bilgilerin çoğalmasında yeni bilgilerin öğrenilmesini kolaylaştırır. (Karlı dağdan yuvarlanan karto-punun büyümesi gibi)

Sistemli tekrarda dikkat edilmesi gereken noktalar

Matematik ve fen derslerinde problem çözerken, çözüme ulaşmaya kadar ara vermeden devam etmek gerekir.

Tekrarlı bir ders programı yaparken arka arkaya gelecek derslerin mümkün olduğu ölçüde birbirlerinden farklı olmasında yarar vardır.

Öğrenme üzerinde en az bozucu etki uyku-dur. Uyku öncesi yapılan 10 dakikalık tekrar çalıştıklarını "korumak" açısından önemli avantajdır.

Hatırlama konusunda üç altın kural

Çalışma süreleri 20-40 dakikadır ve bu süre sonunda ne kadar hatırladığının sınanması gerekir

Çalışma sonunda dinlenin

Dinlenme esnasında kendinize ödül verin



Tekrar nasıl yapılmalıdır?

Aralıklı yapılmalıdır
Günde 5 tekrar yapmak yerine 5 günde 1 tekrar daha faydalı ve kalıcıdır.
Anlayarak ve ana fikirler yakalanarak tekrar yapılmalıdır.
İkinci üçüncü tekrarlar yapılırken mümkün olduğu kadar deftere yada kitaba bakılmadan yapılmaya çalışılmalı, takıldığınız yerde bakılmalıdır.
Tektardaki amaç ezber değil, anlayarak öğrenme olmasıdır

Öğrenme için pratik öneriler

Beynin en önemli özelliği siz hiçbir şey yapmasanız da kendi kendine öğrenir. Ancak tam ve başarılı öğrenme için beynin bilinçli kullanımı amaçlanmalıdır.
İnsan beynin %78 sudur. Su tüketimine dikkat edin.
Beynin öğreniminde kan dolaşımı etkilidir. Hafif düzeyde spor etkinliği öğrenmeyi olumlu etkiler.
Öğrenmeye karşı olumsuz tutum öğrenmeyi zorlaştırır.
Günümüzün en büyük öğrenme hastalığı hafıza tembelliğidir.

Haftalık ders programı yapmalısınız.

Öğrendiklerimizi Özetlersek;

- 1.Öğrendiğimiz bilgileri kullanmalıyız.
- 2.Kısa süreli hafızadan uzun süreli hafızaya geçirmek için kendimize uygun tekrar stratejileri kullanmalıyız.
3. Başarı için çalışmalarımızı planlamalıyız.
- 4.Öğrenme ve hatırlama için aralıklı tekrar yapmalıyız.

Unutmayın!

Öğrenciler,

- Okuduklarının % 10'unu
- Duyduklarının % 20'sini
- Gördüklerinin % 30'unu
- Gördüklerinin ve duyduklarının % 50'sini
- Söylediklerinin % 70'ini
- Söylediklerinin ve yaptıklarının % 90'ını hatırlamaktadırlar.