|  |  |
| --- | --- |
| |  | | --- | | **ZAMAN YÖNETİMİ** Verimli ders çalışma tekniklerinin çok önemli bir parçası da zaman yönetimi adını verdiğimiz, zamanı verimli kullanma becerisidir. Zaman yönetimi, yaşam boyu karşı karşıya kalacağınız ve eğer bir beceri olarak edinmişseniz, hem ders çalışırken hem de daha sonraki hayatınızda size büyük avantajlar getirecek bir beceridir. Tanım olarak zaman yönetimi, tamamlamak, başarmak istediğiniz bir iş için bir plan yapıp bunu uygulamaya verilen isimdir. Zaman yönetimine başlamak için öncelikle,   * Zamanı denetleyin * Zamanınızın nasıl geçtiğini, zamanı nasıl değerlendirdiğinizi anlamaya çalışın * Zaman kaybettiğiniz durumların farkında olun * Ne zamanlarda verimli çalıştığınızı bilin  Yapılacaklar listesi hazırlayın ve buraya yapmanız gereken her şeyi yazın (hemen ve daha sonra yapacaklarınız) * Günlük ve haftalık program kullanmayı mutlaka alışkanlık haline getirin.  Bu programlara ders saatlerinizi, randevularınızı, göreceğiniz kişileri ve diğer yapacaklarınızın tümünü not edin. Kısacası her sabah kalktığınızda o gün ne yapacağınızı biliyor olun. Her ne kadar programlarınızı aklınızda tutuyorsanız da, zaman yönetimi için bunları mutlaka yazın. * Aylık plan kullanın.  Bu plana da neler yapacağınızı not edin. Aylık plan sayesinde, programınızı tümden görebileceğiniz için, uzun vadeli planlar yapma imkanınız artar.   Şimdiye kadar belirtilen maddeler, sizi, zaman yönetimine hazırlayacak olan temel alışkanlıklardı. Şimdi verimli ders çalışma planı yapmak için uygulamanızı gerek bazı öneriler bulacaksınız.  Verimli ders çalışma planı yapmak için:   * Yeterli bir uyku, düzenli beslenme ve eğlenmek için kendinize yeterince zaman ayırın. * Ödevlerinizi ve yapmanız gerekenleri önem sırasına göre sıralayın.  Derslerde yapılacak olan, konuşma, yazma ya da tartışma gibi aktivitelere önceden hazırlanın. * Dersten hemen sonra, derste öğrendiklerinizi hemen tekrar etmek için zaman ayırın.  Unutmayın en çok unutma, 24 saat içinde gerçekleşir. Öğrenmeyi pekiştirmek için tekrar edeceklerinizi mutlaka 24 saat içinde yapın. * Ders çalışırken, kendinize 40 dakikada bir mola verin. Diğer bir değişle bloklar halinde çalışın. * Çalışmak için, dikkatinizi dağıtmayacak, rahat edebileceğiniz ve sevdiğiniz bir ortam seçin. | |