

DERİS ÇALIŞMA TEKNİKLERİ

Not Almak

Ders dinlerken not almak, belirli yerleri yazmak, konu başlıklarını not almak bile sadece dinlemekten daha çok bilgiyi hafızanızda tutmaya yardımcı olur. Not alırken tahtada, slaytta yazan tüm konuyu değil anlayış şeklinizi kendi tarzınızda not almanız o konuyu hafızanızda daha uzun süre yer ettirecektir. Not tutarken laptop, tablet vs. kullanmak daha kolay olsa bile deftere yazmak hafızada tutma açısından daha iyi bir seçenektir.



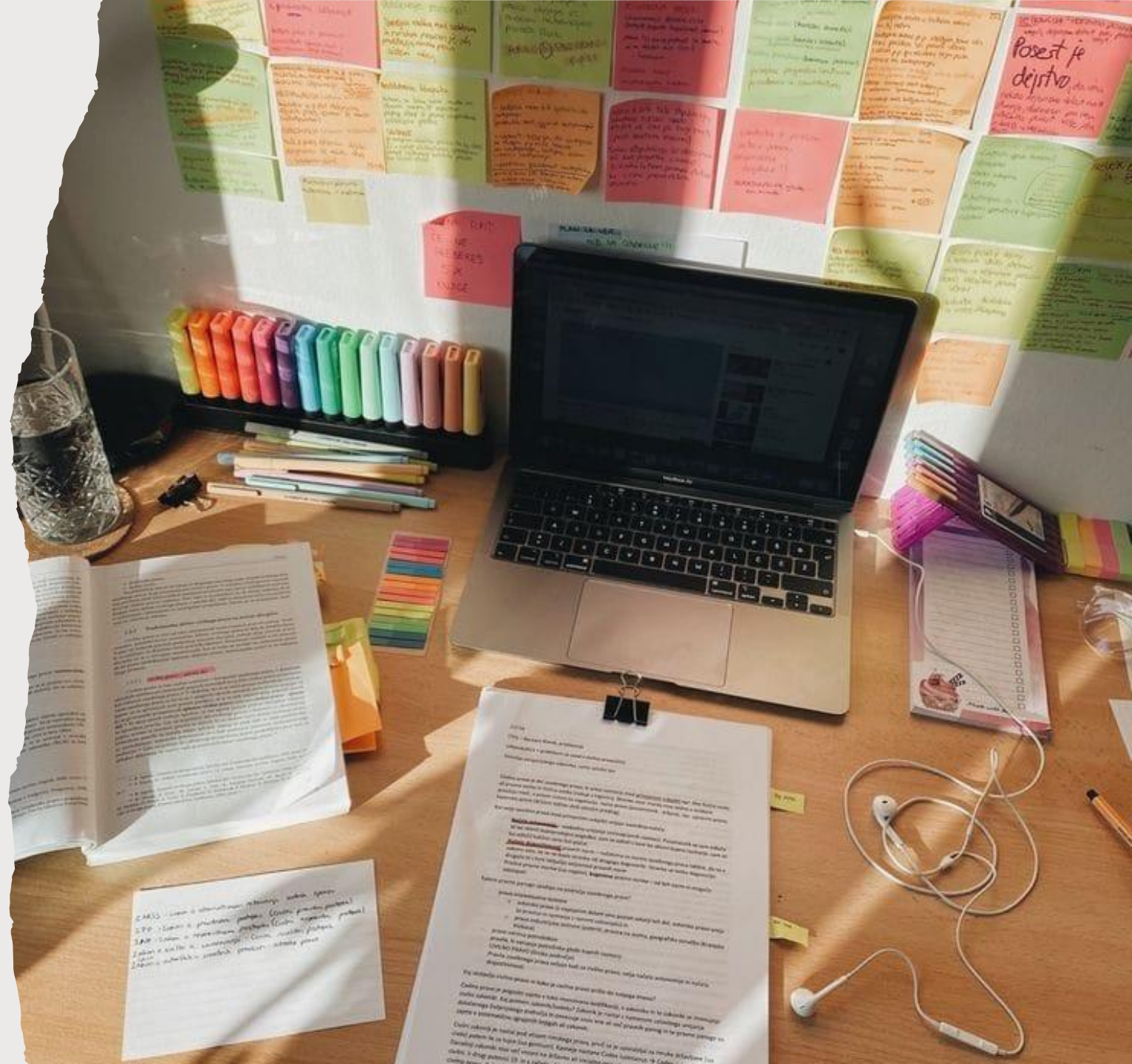
Nasıl not almalıyız?

Herkesin kendi has not tutma özelliği olsa da bazı küçük ayrıntılar geriye dönüp çalıştığınızda size kolaylık sağlayabilir. Bunlardan biri not tuttuğunuz günün tarihini sayfanın üst köşelerinden birine yazmaktır. Bunu yapmak tekrar yapmak için geriye döndüğünüzde tuttuğunuz notu hatırlatmakla birlikte dersi de hatırlamanızı sağlayacaktır. Diğer seçenekler ise yine isteğe bağlı olmakla birlikte renkli kalemle kullanmak (özellikle başlıklar ve önemli cümleler için), notların önemli yerlerinin altını çizmek, cümlede önemli yerleri büyük harflerle yazmak vb. olabilir.



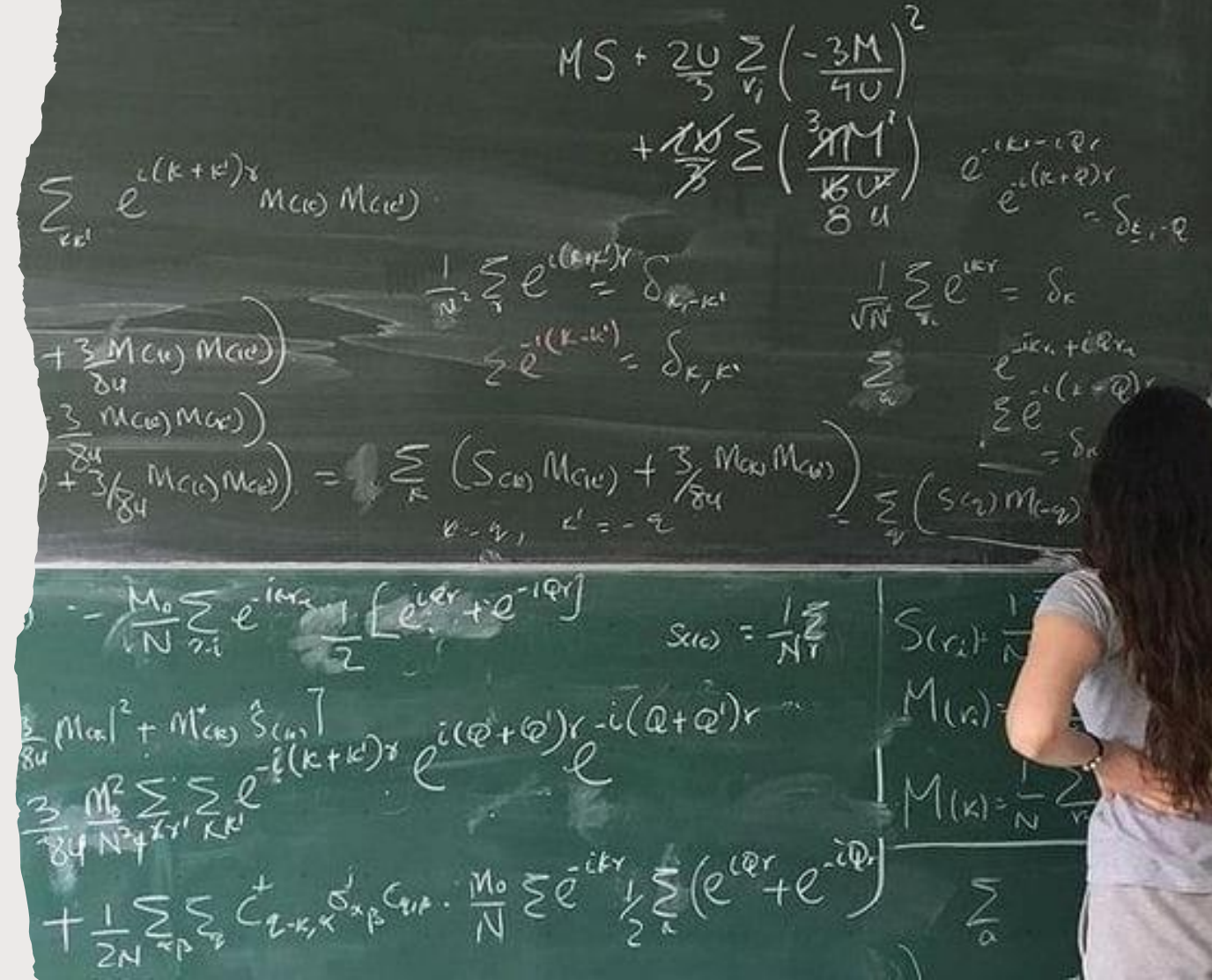
Odanın belirli yerlerine not kağıtları yapıştırmak

Özellikle çalışma masanıza oturduğunuzda görüş açınızın olduğu alanlar, odanızın kapısının yanı, üzeri vs. olan yerlere küçük ve önemli notları almak daha unutmamanıza yardımcı olacaktır.



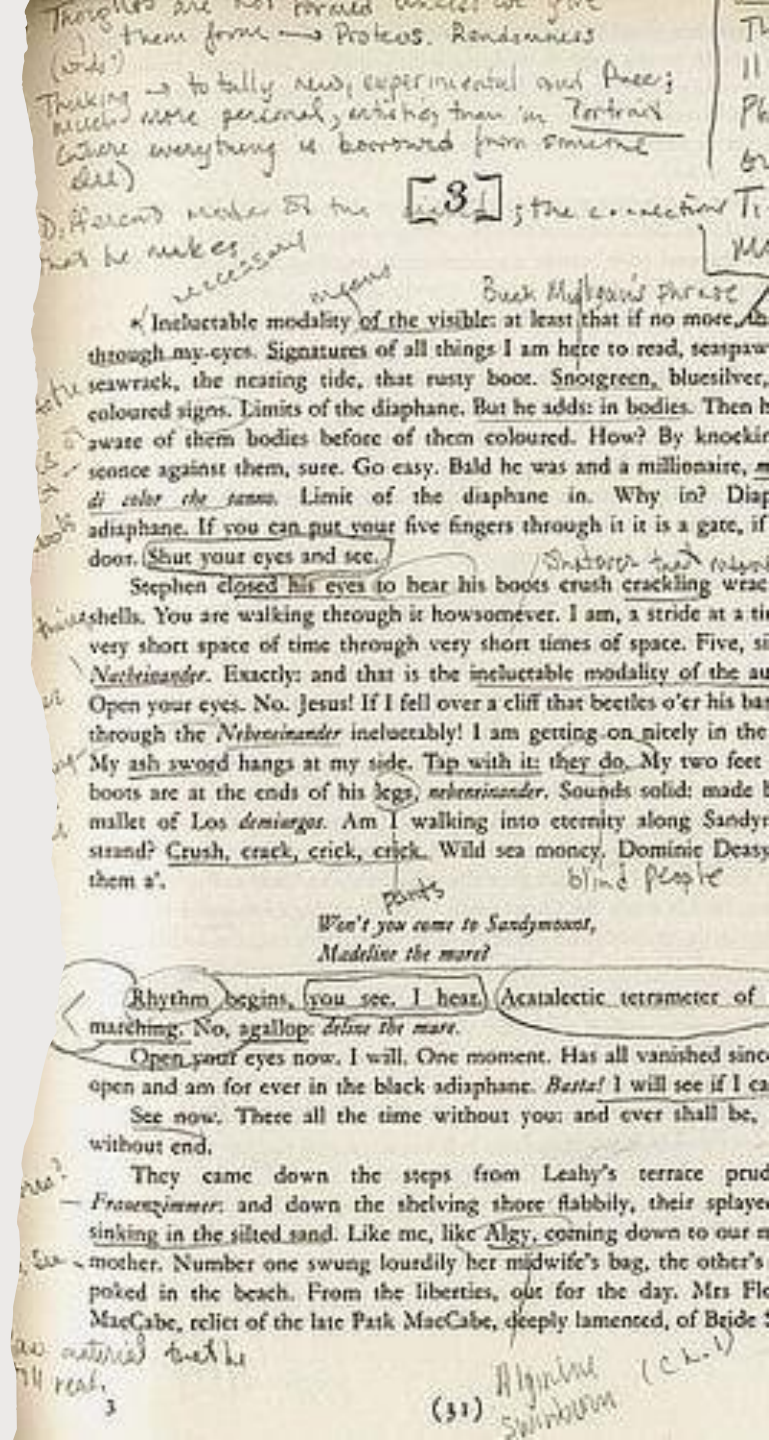
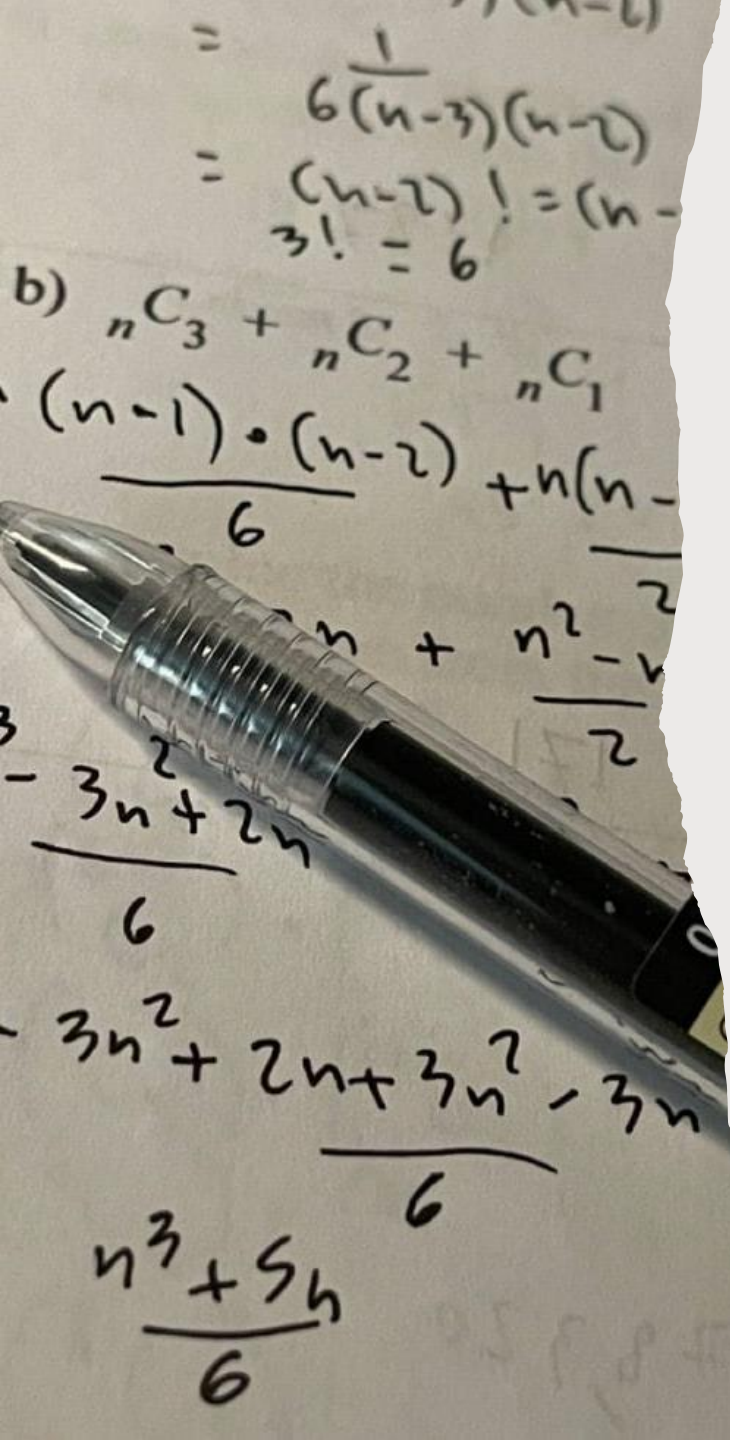
Konuyu tam olarak kavrama

Bunun için öncelikle birinci adımımız olan not alma aşamasını yapmamız gerekir. Bu aşamadan sonra konuyu kavramanın bilimsel ve en basit yolu birine anlatırmış gibi yapmak ve sorular sormaktır. Bu sorulara cevap vermek ve bunları yapıyorken ses kaydı almak işinizi daha çok kolaylaştıracaktır. Çünkü ilk gün konuyu tam olarak anlamaya çalışırken alacağınız ses kaydını diğer günler daha az efor sarfederek dinleyecek, zamandan kazanacak ve bilginizin istemsizce oturduğunu fark edeceksiniz.


$$\begin{aligned} & MS + \frac{2U}{3} \sum_i \left(\frac{-3M}{4U} \right)^2 \\ & + \frac{1}{3} \sum_i \left(\frac{3M}{8U} \right)^2 e^{i(k-k')r} e^{-i(k+q)r} = \delta_{k-k'} \\ & \sum_{k'} e^{i(k+k')r} M(k) M(k') \\ & + \frac{3}{84} M(k) M(k') \\ & + \frac{3}{84} M(k) M(k') \\ & + \frac{3}{84} M(k) M(k') = \sum_k \left(S(k) M(k) + \frac{3}{84} M(k) M(k) \right) \\ & = \sum_k \left(S(k) M(k) \right) \\ & - \frac{M_0}{N} \sum_{i,j} e^{i(k-k')r} \frac{1}{2} [e^{i(k-k')r} + e^{-i(k-k')r}] \\ & S(k) = \frac{1}{N} \sum_i \\ & S(k) = \frac{1}{N} \sum_i \\ & M(k) = \frac{1}{N} \sum_i \\ & + \frac{1}{2N} \sum_{k,k'} C_{k-k'}^+ C_{k+k'}^- \cdot \frac{M_0}{N} \sum_i e^{i(k-k')r} \frac{1}{2} \sum_k (e^{i(k-k')r} + e^{-i(k-k')r}) \\ & \sum_a \end{aligned}$$

Sürekli aynı şeyi çalışmak yerine çaprazlama öğrenmeyi öğrenmek

Bir konu üzerinde günlerce çalışmak yerine çalışmamız gereken konuları ilk önce ayırmalı daha sonra günlere bölmeliyiz. İlk gün bir derse saatlerce çalışıp ertesi gün tekrar çalışmanın tam olarak bir verimi yoktur. Bundan daha ziyade ilk gün farklı, ikinci gün farklı derse çalışmak verimi daha çok arttırıp motivasyonun düşmemesi için olumlu etkenlerden biridir.



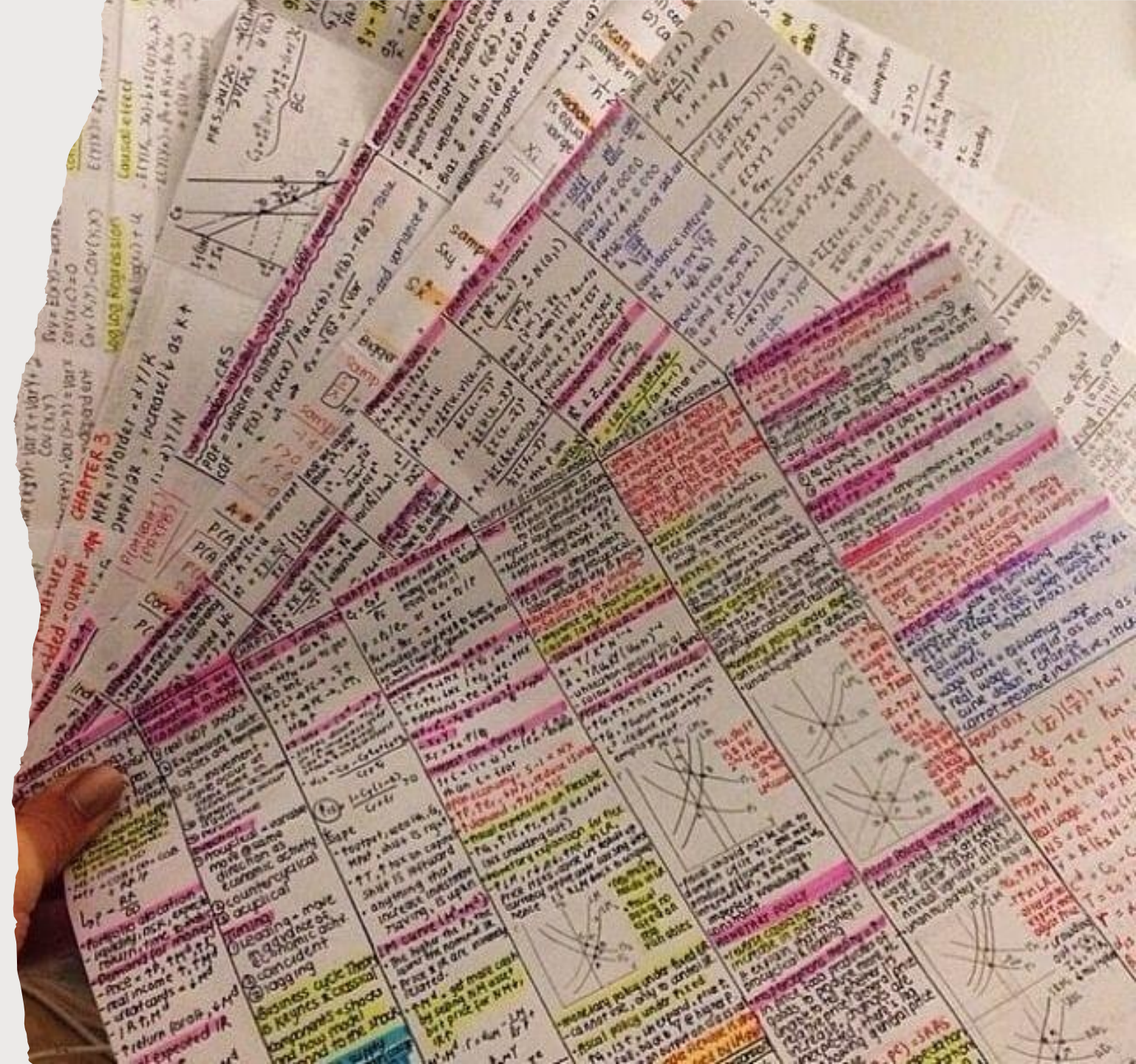
Pomodoro Tekniđi

- 1) Bir yapılacaklar listesi yapmak ve bir alarm saatine sahip olmak
- 2) Saati 25 dakikaya ayarlamak ve alarm alana kadar tek bir göreve odaklanmak
- 3) Seans bittiđinde, bir pomodoro'yu iřaretlemek ve tamamlanan görevi kaydetmek
- 4) 5 dakikalık bir ara vermek
- 5) Dört pomodoro'dan sonra 15-30 dakikalık uzun bir ara vermek.



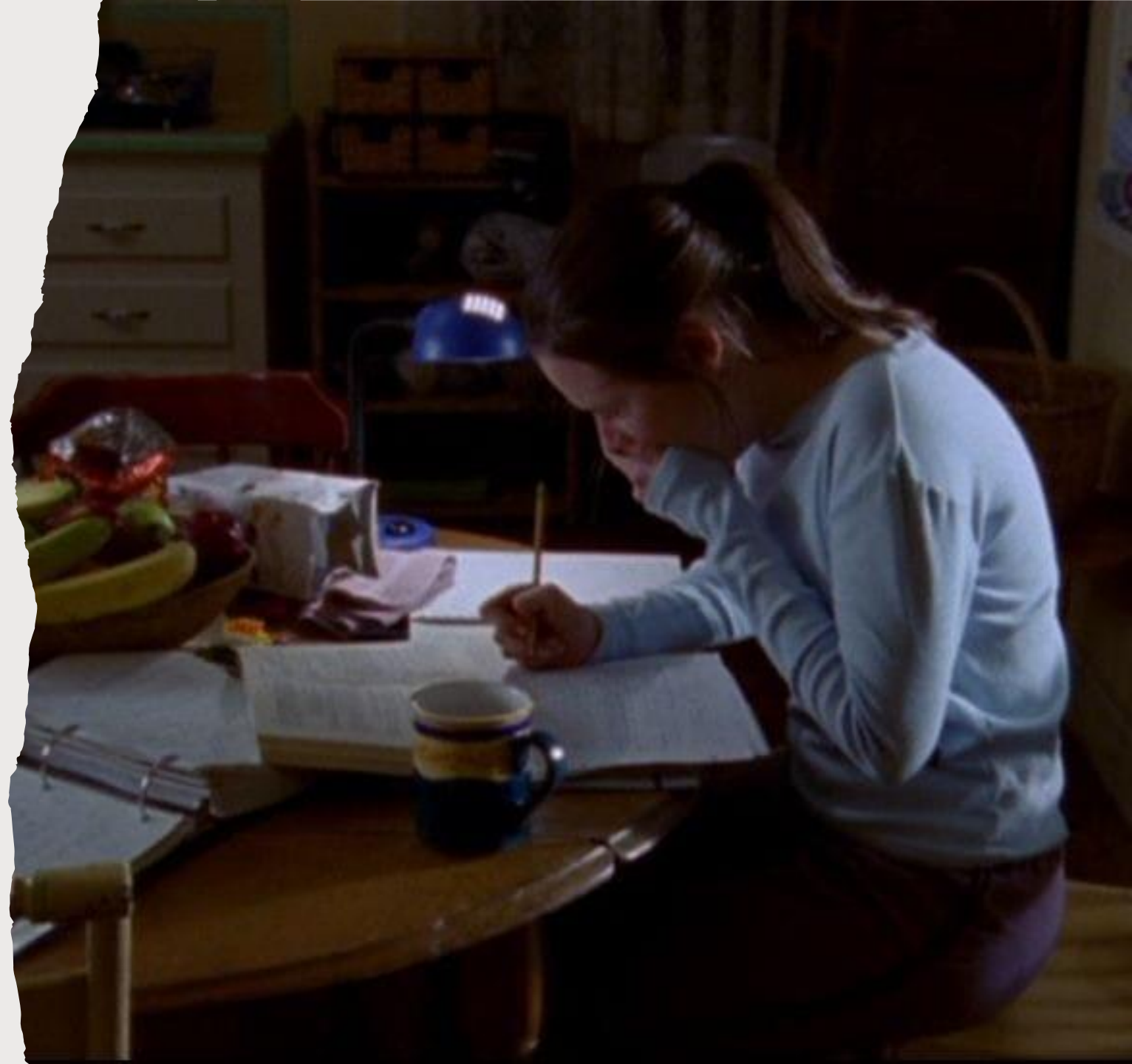
Uyumadan Önce Notları Okumak

Bilimsel olarak açıklananlara göre
tuttuğumuz notları gece uyumadan
önce okumak onların hafızamızda
daha çok yer edinmesine yardımcı
olur. Her gece yatmadan önce
notları okumak daha yararlı
olacaktır.



Uykunun Önemi

Çoğu zaman konu yetiştirmek veya ertesi gün kendimize zaman ayırmak için yaptığımız gece yarısı çalışmaları uykunun belirli bir saatinden çalışırsa çalışmamızın bir mantığı kalmaz. Bunun yerine belirli bir süre uyumak ve uyandıktan sonra çalışmak daha önemlidir.



Molalarda telefona bakmamak

Molalarda telefona bakmak yerine kendinize içecek bir Őeyler hazırlamak, evredekilerle sohbet etmek, dışarı çıkıp biraz hava almak dikkatinizin dağılmamasını sağlayacaktır. Molalarda sürekli telefona bakmak hem ders çalıştığınız zamanın kalitesini dşerecek hem de beyninizin daha fazla yorulmasını sağlayacaktır.



Toplu Çalışan Yerlerde Çalışmak

Tek başına ders çalışmak yerine kütüphane, ders çalışma sınıfları, etüt odaları gibi yerlerde diğer insanlarla birlikte çalışmak daha motive edici olacaktır. Ayrıca, sese daha az duyarlı olup daha iyi dikkat verebileceksiniz.





ANKARA YILDIRIM BEYAZIT ÜNİVERSİTESİ KÜTÜPHANE VE ÇALIŞMA ALANLARI

Milli İrade Yerleşkesi (Doğu) A Blok 5. Kat ÖĞMER ÇALIŞMA MERKEZİ

15 Temmuz Şehitleri (Batı) Yerleşkesi

Esenboğa Külliyesi

Bilkent Yerleşkesi

İlahiyat Fakültesi Kütüphanesi (Esenboğa)