

5. Adım: Sabit Çalışma Saatleri

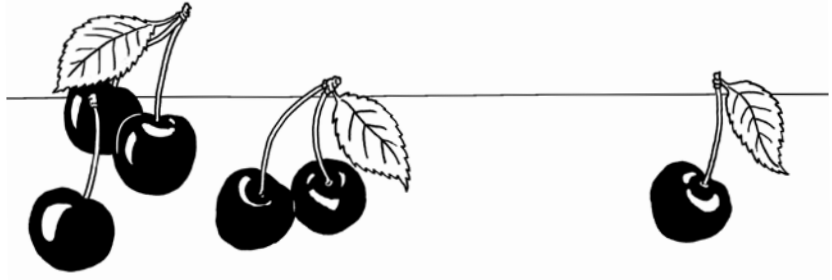
İlk önce dersini çalış, sonra eğlenebilirsin

Alışkanlıklar hayatımızı kolaylaştırır. Bu, çalışma saatleri için de geçerli.

- Ev ödevlerini ve sınav hazırlıklarını her gün mümkün olduğunca aynı saatlerde yap. Bunu alışkanlık haline getirdiğinde her gün, ne zaman ödevimi yapayım, diye düşünmezsin. Bu alışkanlık işini kolaylaştırır ve seni rahatlatır.

ÖNERİ

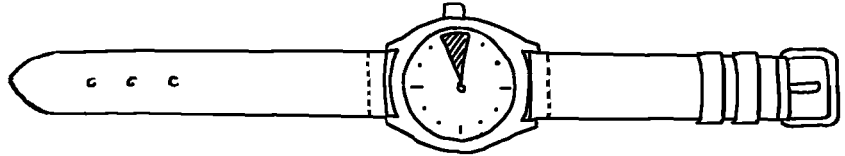
Eğer öğleden sonra dersin yoksa öğlen yemeğinden bir saat sonra çalışmaya başla. Böylece öğle yemeğinden sonra dinlenmiş olursun. Eğer öğleden sonra da okula gidiyorsan okuldan geldikten yarım saat sonra çalışmaya başla. Böylece hem biraz dinlenmiş olur hem de yarıda bırakmak istemeyeceğin bir aktiviteye başlamamış olursun.



- Okuldan gelince hemen ödev yapmaya başlama. Önce kısa bir ara ver. Örneğin yarım saat boyunca bir şeyler yiyip içebilir, biraz oyun oynayabilir ya da müzik dinleyebilirsin. Ancak uzun sürecek büyük bir işe ya da oyuna başlama.
- Dikkat: Ödevlerini yemekten hemen sonra yapma. Yemekten sonra vücudumuzun yediklerini sindirmek için zamana ihtiyacı vardır. Bir saat kadar bekle.

ÖNERİ

Okuldan verilen ders programına evdeki günlük çalışma saatini de yaz.



ÖNERİ

Ödevlerini diğer etkinliklerden (spor, müzik, vb.) önce yapmaya özen göster. Almanca'daki "Önce iş, sonra eğlence" deyimini aklında tut.

- Ödevlerini yapmak için günde bir saat zaman ayır. Daha çabuk bitiriyorsan zaten sorun yoktur. Düzenli olarak bir saatten fazla zamana ihtiyacın oluyorsa, ödevler için ayırdığın zamanı arttırmam gerekir.
- Öğleden sonra veya akşam kursa, spor yapmaya gidiyorsan ya da başka bir etkinliğe katılıyorsan, ödev yapmak için yeterince zamanının kaldığına emin ol (en iyisi ödevleri önce yapmaktır). Unutma ki gelecekteki hayatında ve meslek seçiminde öncelikle notların değerlendirilir.
- Okulla ilgili işlerini akşam yemeğinden önce bitirmeye çalış. Mümkünse yemekten sonra yapılacak bir şey kalmaması, geç olmadan yatılması gerekir.

Alıştırma 5

Evdeki çalışma saatini yukarıda anlatıldığı gibi planla. Saati ders planına (Stundenplan) da yaz.

Önümüzdeki beş gün boyunca çalışmaya ayırdığın saatin senin için uygun bir saat olup olmadığını, günün başka bir saatinde daha verimli çalışıp çalışmadığını gözlemler. Bu gözlemlerini her gün kısaca not al ve örneğin, rahatsız edilme çizelgesinin arkasına yaz.