|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **A. AMAÇLARIN VE ÖNCELİKLERİN BELİRLENMESİ** | **EVET** | **KISMEN** | **HAYIR** |
| 1. Zamanı verimli kullanmak için kısa, orta ve uzun dönemli hedefler belirlerim. | ( ) | ( ) | ( ) |
| 2. Belirlediğim hedeflerimi her zaman göreceğim bir yere koyarım. | ( ) | ( ) | ( ) |
| 3. Hedeflerim arasında öncelik sırası belirlerim. | ( ) | ( ) | ( ) |
| 4. Hedeflerimi gerçekleştirmek üzere her gün belirli bir zaman ayırır ve ayırdığım bu zamana uyarım. | ( ) | ( ) | ( ) |
| **B. ZAMANI DÜZENLEMEK VE PROGRAM YAPMAK** |
| 5. Başarılı olmak için enerjimi okul ile ilgili hedeflerim doğrultusunda kullanırım. | ( ) | ( ) | ( ) |
| 6. Çalışma planı yaparken nasıl, ne zaman ve nerede çalışacağıma karar veririm. | ( ) | ( ) | ( ) |
| 7. Çalışma planımda her ders ya da konuya ayrılacak süreyi kendi öğrenme hızıma göre planlarım. | ( ) | ( ) | ( ) |
| 8. Aynı anda birden fazla iş yapmak yerine bunlardan birini seçer ve ona odaklanırım. | ( ) | ( ) | ( ) |
| 9. Ders çalışırken belirli aralıklarla mola veririm. | ( ) | ( ) | ( ) |
| 10. Çalışma planımda derslerimi aksatmayacak şekilde sosyal ve kültürel faaliyetlere yer veririm. | ( ) | ( ) | ( ) |
| 11. Çalışma planımda okula, dinlenmeye, ev ile ilgili sorumluluklarıma ve uykuya ayırdığım süreyi belirtirim. | ( ) | ( ) | ( ) |
| 12. Çalışma saatlerimi kendimi dinlenmiş hissettiğim zamanlara göre planlarım. | ( ) | ( ) | ( ) |
| 13. Verimsiz geçirdiğim zamanların farkına varırım ve gerekli önlemleri alırım. | ( ) | ( ) | ( ) |
| 14. Teknolojik aletlere (TV, bilgisayar, telefon vb.) ayırdığım zamanı kısıtlarım. | ( ) | ( ) | ( ) |
| 15. Uzun konuları küçük parçalara bölerek çalışırım. | ( ) | ( ) | ( ) |
| 16. Hatırlamayı kolaylaştırmak için şekil (şema, grafik, tablo) çizerek çalışırım. | ( ) | ( ) | ( ) |
| 17. Çalışmayı bitirmeden önce notlarımı hızlıca gözden geçiririm. | ( ) | ( ) | ( ) |
| 18. Öğrendiklerimi, uyumadan önce ve sabah kalkınca hızlı bir şekilde gözden geçiririm. | ( ) | ( ) | ( ) |
| 19. Öğrendiklerimi ihtiyaç duyduğumda günlük hayatta kullanırım. | ( ) | ( ) | ( ) |
| **C. ÇALIŞMA ORTAMINA İLİŞKİN DÜZENLEMELER** | **EVET** | **KISMEN** | **HAYIR** |
| 20. Çalışma masamın yüksekliği boyuma uygundur. | ( ) | ( ) | ( ) |
| 21. Çalışma masamı yalnızca ders çalışmak için kullanırım. | ( ) | ( ) | ( ) |
| 22. Çalışmaya başlamadan önce gerekli araç gereçleri hazır bulundururum. | ( ) | ( ) | ( ) |
| 23. Sürekli aynı yerde ders çalışırım. | ( ) | ( ) | ( ) |
| 24. Her zaman masa veya sehpada ve oturarak çalışırım. | ( ) | ( ) | ( ) |
| 25. Çalışma ortamımın sessiz sakin olmasına dikkat ederim. | ( ) | ( ) | ( ) |
| 26. Çalışma ortamımın düzenli ve sade olmasına dikkat ederim. | ( ) | ( ) | ( ) |
| 27. Çalışma masamda, öğreneceğim konu dışındaki materyalleri kaldırırım. | ( ) | ( ) | ( ) |
| 28. Ders çalışırken aynı zamanda başka bir işle (TV izlemek, müzik dinlemek, telefonla konuşmak vb.) uğraşmamaya dikkat ederim. | ( ) | ( ) | ( ) |
| 29. Çalışma ortamıma dersle ilgili hatırlatıcı notlar asarım. | ( ) | ( ) | ( ) |
| 30. Çalışma ortamımda dikkatimi dağıtan afiş, poster vb. bulundurmam. | ( ) | ( ) | ( ) |
| 31. Çalışma ortamım ne çok sıcak ne çok soğuktur. | ( ) | ( ) | ( ) |
| 32. Çalışma ortamımı düzenli olarak havalandırırım. | ( ) | ( ) | ( ) |
| 33. Hayal kurduğumu fark ettiğimde ders çalışmaya ara veririm. | ( ) | ( ) | ( ) |
| 34. Hayal kurmayı dinlenme aralarında kendime ödül olarak veririm. | ( ) | ( ) | ( ) |
| 35. Ders çalışmaya başlamadan önce çalışacağım konunun ana ve alt başlıklarını, ilk ve son paragraflarını gözden geçiririm. | ( ) | ( ) | ( ) |
| **D. ETKİN OKUMA** | **EVET** | **KISMEN** | **HAYIR** |
| 36. Çalışacağım konu ile ilgili olarak ayrıntılı sorular hazırlarım. | ( ) | ( ) | ( ) |
| 37. Hazırladığım soruların cevabını bulmak için tekrar tekrar okurum. | ( ) | ( ) | ( ) |
| 38. Hazırladığım soruları kendi kendime anlatarak cevaplarım. | ( ) | ( ) | ( ) |
| 39. Öğrendiklerimi unutmamak için günlük, haftalık, aylık tekrar yaparım. | ( ) | ( ) | ( ) |
| **E. ETKİN DİNLEME** |   |   |   |
| 40. Dinlerken hangi konunun önemli olduğunu ayırt ederim. | ( ) | ( ) | ( ) |
| 41. Her konuya ait ana fikirleri anlamaya çalışırım. | ( ) | ( ) | ( ) |
| 42. Öğretmenin özellikle üzerinde durduğu noktalara dikkat ederim. | ( ) | ( ) | ( ) |
| 43. Anlamadığım konularda soru sorarak, eksik bulduğum yerleri tamamlayarak derse katılırım. | ( ) | ( ) | ( ) |
| 44. Dinlediğim konuyu ayrıntılı öğrenmek için başka kaynaklardan (kitap, internet vb.) yararlanırım. | ( ) | ( ) | ( ) |
| 45. Derste not tutarım. | ( ) | ( ) | ( ) |
| 46. O gün işlenecek konuları okuyarak derse gelirim. | ( ) | ( ) | ( ) |
| 47. İşlenecek konular ile ilgili anlamadığım noktaları derste öğretmene sorarım. | ( ) | ( ) | ( ) |

VERİMLİ DERS ÇALIŞMA KONTROL LİSTESİ

ADI SOYADI : SINIFI: TARİH: