



TORBALI
ŞEHİT ÖNDER
TURĞAY
ANADOLU
LİSESİ

ÖĞRETMEN BROŞÜRÜ

ZAMAN NEDİR ?

Yerine konması, geri döndürülmesi, yenilenmesi, depolanması, satın alınması mümkün olmayan bir kaynaktır.

ZAMAN YÖNETİMİ

Amaçlara ulaşmada önemli bir kaynak olan zamanı kaliteli kullanma çabası olup nelerin yapılabileceğinin planlanmasıdır.

- Öğrencilerimize bir
- takvim edinmelerini,
- Önemli her şeyi not etmelerini ,
- Dinlenmeye zaman ayırmalarını ,
- Zamanı esnek planlamalarını,
- Günün hangi saatinde zinde olduklarını bilerek planlama yapmalarını,
- Etkinliklerini uygun zamana yayarak yapmalarını,
- Odaklanmanın gerekliliğini,
- Ödevleri günü gününe yapmak gerektiğini
- Dengeli ve sağlıklı Beslenmeyi
- Düzenli uykuyu tavsiye edebilirsiniz..

Zaman, insanın sahip olduğu yegane sermayedir ve başarının ilk şartı da bu sermayeyi akıllıca kullanmayı bilmektir.

EDİSON



Öğretmen; zamanı kaliteli ve verimli biçimde yönetmek interaktif öğrenme ortamında olumlu bir iklim yaratmakla eşanlamlıdır...

ZAMANI ETKİN KULLANMAYI ENGELLEYEN BAZI FAKTÖRLER

Mükemmel bir zaman
planı yapmayı
hedeflemek bunun
mümkün olmayacağını
görüp tamamen
vazgeçmek,
“Hayır Diyememek”
Kaygı gibi olumsuz
duyguları yoğun
yaşamak,
Erteleme alışkanlığı,
Teknolojik araçlara
gereğinden fazla zaman
ayırmak,
Yanlış uyku alışkanlığı



ZAMANDAN TASARRUF EDEBİLECEĞİNİZ BAZI YÖNTEMLER

Erken kalkın.
Her gün kendinize keyif
verecek bir düşünce geliştirin.
Günlük giyeceklerinizi ve
çantanızı aksamdan hazırlayın.
Kararlı olun
Hedefleriniz için alternatif
yolları bulun
Çalışma esnasında dikkatinizi
dağıtacak olanları kaldırın.
Zihinsel planlama yapın.
Hızlı ve etkili okumayı öğrenin.
Planlamalarınızı mümkün
olduğunca uyun

ÖĞRENCİLERİMİZE DERS ÇALIŞMA VE ZAMAN YÖNETİMİ KONUSUNDA;

Ders çalışmaya
ayıracakları süreyi ve
zaman dilimini
belirlemeleri,
Ders çalışmak için
oluşturacakları zaman
dilimini planlamaları,
Zaman planına dersleri
yerleştirmeleri,
Ders çalışma programına
sadık kalmaları ve olası
değişiklikler konusunda
esnek olmaları,
Rehberlik ve Psikolojik
Danışma Servisinden
destek almaları
önerilerde
bulunabilirsiniz