



Nazmi Arıkan

**FEN BİLİMLERİ**

Eğitim Kurumları

**ÜNİVERSİTE HAZIRLIK / REHBERLİK BİRİMİ ÖĞRENCİ BÜLTENİ**



**DİKKAT  
GELİŞTİRME EGZERSİZLERİ**

## DİKKAT NEDİR?

Dikkat, ihtiyaç duyulan hedefe yönelik belli bir süre zarfında ilgiyi yoğunlaştırabilme gücüdür. Öncelikleri belirleyerek, planlama yaparak, zamanı kontrol ederek işi devam ettirebilme konusunda kendi kontrolünü sağlamaktır.

## DİKKATE NEDEN İHTİYACIMIZ VARDIR?

- Zamanı daha iyi yönetebilmek için,
- İsteddiğimiz alana daha iyi hakim olabilmek için,
- Esnek düşünebilme becerisi kazanabilmek için,
- Başarıya ulaşabilmek için.

## DİKKATİN HAYATIMIZDAKİ ÖNEMİ

Hedeflediğimiz isteklere ulaşabilmek, öğrenme ve başarıda gelişimi sağlayabilmek için dikkatin önemi yüksektir. Dikkat bir çeşit farkındalıktır aslında. Bu farkındalık, etrafta olup biteni, yararlıyı ve zararlıyı algılamayı sağlar. Dikkatin etkin olduğu süreçler, maximum düzeyde alınan faydayı, ulaşabilme imkanı olan fırsatları değerlendirme şansı sunar. Dikkat yaşamın her alanında olduğuna göre, akademik hayatın içinde ihtiyaç duyduğumuz başarı, dikkat sayesinde çok daha etkin olacaktır. Belirli bir alanda dikkatini toparlayıp başarılı olan bir birey, yaşamının diğer alanlarında da bu başarıyı devam ettirebilir.

## DİKKAT ARTTIRMA YÖNTEMLERİ

Dikkat dağıtıcı unsurları çevremizden uzaklaştırmak, mesela sürekli gözümüze ilişen resimler, kart postallar...

Bilgilerimizin yeterince toparlanmamış oluşu dikkatimizi dağıtır. Bu nedenle bilgilerimizi derleyeceğimiz kaynaklar kullanmak,

O gün içinde çalışılacak tüm materyalin elimizin altında olması,

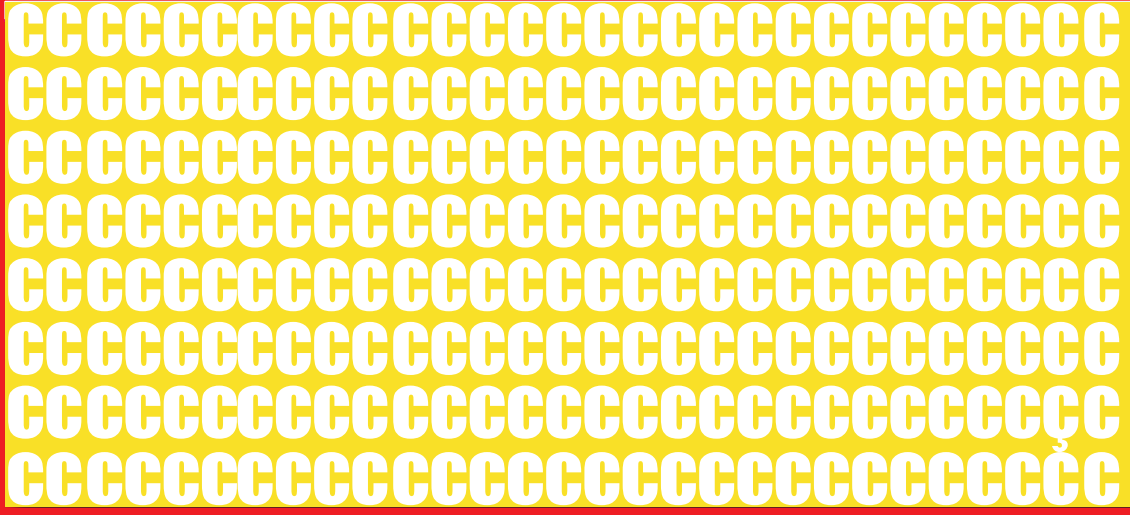
Boş zamanlarda sudoku, bulmaca gibi faaliyetlere yer vermek,

Plan ve program yaparak eksik kalan bilgilerin fark edilmesine imkan tanımak,

- Dikkatin geliştirebilir bir zihinsel beceri olduğunu göz önüne alırsak belirli zamanlarda yapacağımız dikkat arttırıcı faaliyetlerin faydasını ilerleyen süreçlerde görebiliriz

## DİKKAT ARTTIRMA EGZERSİZLERİ

1.

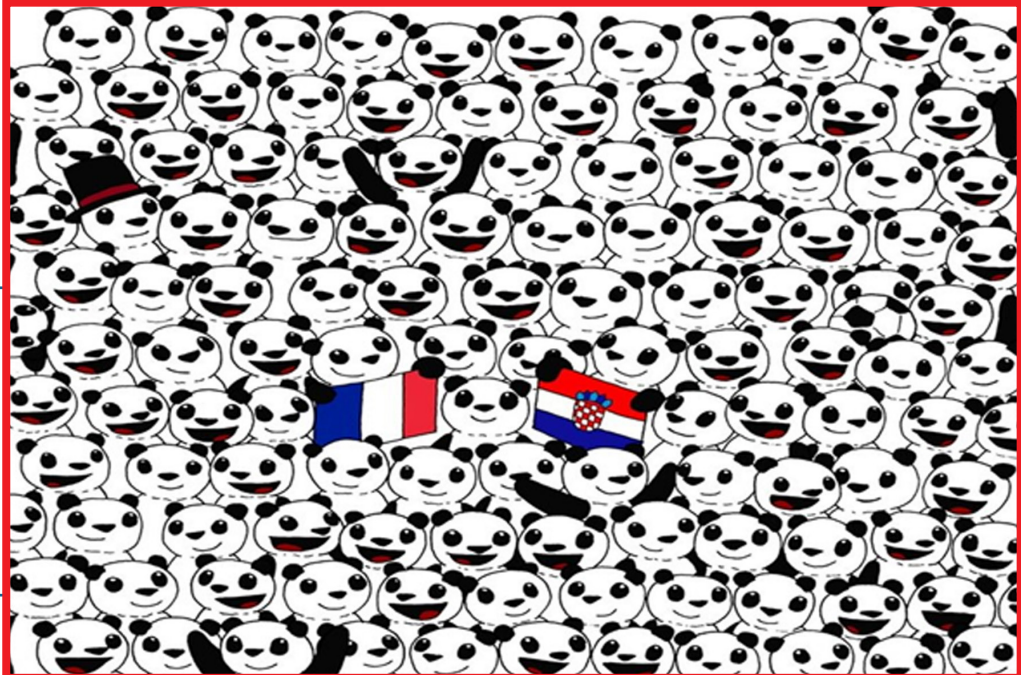


**10 SANİYEDE FARKLI OLANI BULABİLİR MİSİN?**

2. Bir çoban teknesiyle karşıya geçmek istiyor. Yanında bir kurt, bir koyun ve bir kova ot var. Çoban yanına yalnız bir şeyi ya da hayvanı alabiliyor. (örneğin sadece çobanla yalnız kurt teknede gidebiliyor. Karşı tarafta ise ot ile koyun kalabiliyor ancak koyun otu yiyebilir.)

Çoban otu koyuna yedirmeden, koyunu da kurda yedirmeden karşıya nasıl geçirebilir?

3.



**BU KAREDEKİ FUTBOL TOPU NEREDE?**



4.



**BU FOTOĞRAFTA KAÇ TANE HAYVAN VAR?**

5. Mezarın başında bir kız ağlıyor.

**Mezarda yatanın annesi, ağlayan kızın annesinin kayınvalidesi; mezarda yatan, ağlayan kızın nesi olur?**

A) Teyzesi

B) Anneannesi

C) Yengesi

D) Halası

6. Akvaryumda 10 balık var!

-2'si boğuldu.

-4 tanesi yüzüyor.

-3'ü ise öldü.

**Kaç tane balık kalmıştır?**



7. Babası, çocuğunun her doğum gününde evdeki kumbaraya 1 TL atar. Çocuk 12 yaşına geldiğinde kumbarayı açarlar. Kumbaradan 3 tl çıkar. Üstelik kumbara daha önce hiç açılmamıştır.

**Peki, bu nasıl olmuştur?**

**Açıklayabilir misiniz?**

8.

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 12 13 14 15  
16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26  
27 28 29 30 31 33 34 35 36 37 38  
39 40 41 42 43 44 45 46 47  
48 49 50 51 52 53

EKSİK SAYI HANGİSİ?

9.



1



2



3



4



5

EKSİK PARÇA HANGİSİ?

10.



### FARKLI KEDİYİ BULUN

11.



Garson ve müşteri arasında tartışma yaşanırken dedektif restorana geldi. Garson müşterinin yemek parasını ödemediğini söylerken müşteri bunu reddetti. "Sadece içecek aldım." dedi. Bunun üzerine garson, müşterinin 2 saat önce yemek yediğini ve bunu hatırlamadığını söyledi. Dedektifin dikkati, garsonun yalanını yakaladı.

Sizce dedektif bunu nasıl anladı?

# CEVAPLAR

1.  harfi
2. oban yanına koyunu alır, karşı kıyıya bırakır geri gelir. Sonra kurdu alır, karşı kıyıya geçer, koyunu tekrar alır geriye götürür. Sonra otu alır, karşı kıyıya bırakır, geri dönüp koyunu alır. Böylece yoluna devam eder.
3. Futbol topu sağ orta tarafta
4. Tavuk, timsah, yunus, kuş, balık, kunduz, kaplumbağa, fil, karides, sivrisinek, eşek, köpek, yılan, kılıç balığı, kedi, fare.
5. Halasıdır.
6. 10 balık. Balıklar suda yaşar. Bu nedenle suda boğulamazlar.
7. Çocuk, 29 Şubat doğumludur
8. 11 ve 32 sayısı eksiktir.
9. 2 numaralı parça eksiktir.
10. Sağ ikinci sütundaki kedi farklıdır.
11. Duvardaki saat 18.15'i gösteriyor. Tabelada ise ana yemeklerin sadece 15.00'e kadar servis edileceği yazıyor. Buna rağmen garson, müşterinin 2 saat önce yemek istediğini söylüyor. Garson müşteriye dolandırmaya çalışıyor.