

SAYE



ARALIK 2024

BORSA İSTANBUL ORTAOKULU

İÇİNDEKİLER

Üretkenlik nedir

Zaman yönetimi :Etkili teknikler

Dijital Araçlar

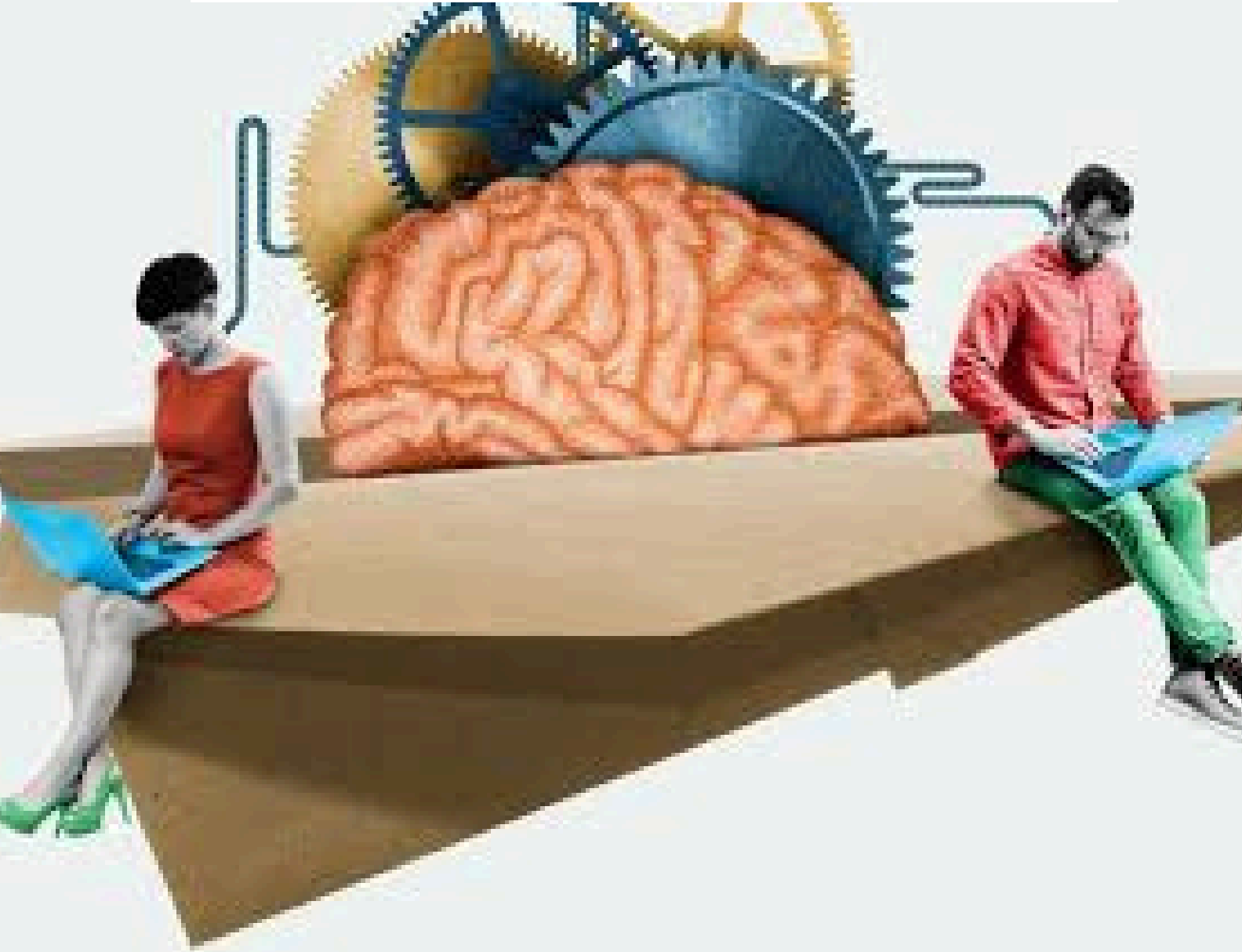
Fiziksel ve zihinsel enerji

yönetimi

İlham veren insanlar

Üretkenlik Nedir?

Üretkenlik, sözlük anlamıyla **üretken olma durumu**. Bir sistemde **girdi ve çıktılarının arasındaki ilişkiyi** göstermek için üretkenlik ifadesini kullanırız. Amaç, genel itibariyle, minimum girdiyle maksimum çıktıyı almaktır.



Üretkenlik, zaman ve kaynakların en verimli şekilde kullanılarak hedeflere ulaşma becerisidir. Gerek bireysel gerekse kurumsal düzeyde, üretkenlik hayati bir öneme sahiptir.



Üretken bireyler, önceliklerini net bir şekilde belirler ve zamanlarını etkin bir şekilde yönetir. Bu, hedeflerine daha kısa sürede ve daha az stresle ulaşmalarını sağlar.

ZAMAN YÖNETİMİ NEDİR VE NEDEN ÖNEMLİDİR?

Çünkü Zaman;

"Asla tasarruf edilemeyen, biriktirilmesi mümkün olmayan, kimseden ödünç alınamayan, hiçbir şekilde çoğaltılamayan, sadece kullanılan ya da kaybedilen varlığımızdır.



v vakaden

Zaman alınıp satılan bir meta değildir

- Zaman kıt mal olmasına karşın diğer kıt mallar gibi 'ticari' özellik göstermez
- İstenildiğinde alınan, satılan, ödünç verilen bir 'mal' ya da 'nesne' değildir.
- Zamani akılcı kullanmak, iş bölümüne ve işbirliğine dayalı çalışmak önerilebilir...

ZAMAN TUZAKLARI

ERTELEME

PLANSIZLIK

KARARSIZLIK

DAĞINIK ODA

ACELECİLİK



VAKTİNİZİ BOŞA HARCAMANIZA NEDEN OLAN 9 ŞEY!



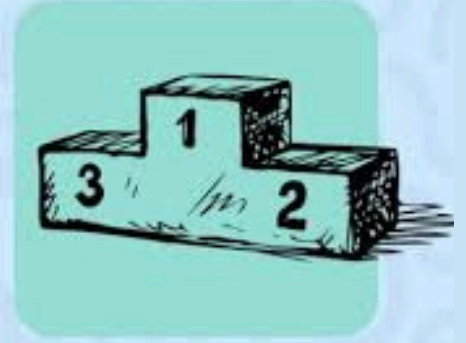
DOĞRU ZAMAN YÖNETİMİ YAPMANIN 6 YOLU



Hedeflerini
belirle



Çalışma planı
hazırla



Önceliđini
seç



Seni oyalayacak
şeylerden uzaklaş



Odaklan



Verimli olduđun
vakti kullan
(gece veya gündüz)

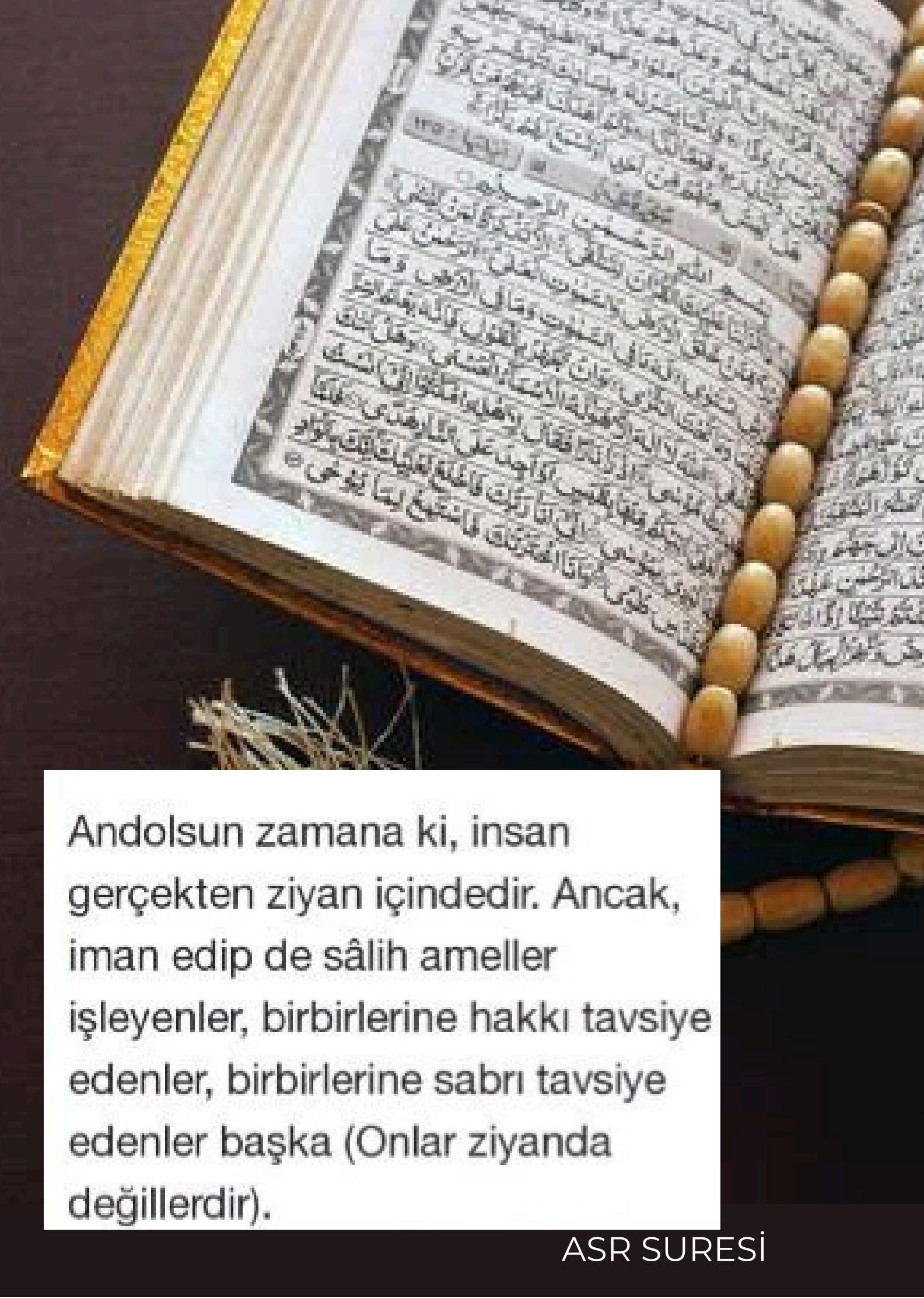
Kıssadan Hisse

Adamın biri ormanda dolaşırken bir ormancıya rastlar. Ormancı bütün gücüyle henüz yeni kesilmiş olan bir ağaç kütüğünü parçalarına ayırmakla meşguldür. Adam ormancıya yaklaşır ve ormancının kan ter içinde, kör bir testere ile işini yapmaya çalıştığını görür ve dayanamaz:

"Affedersiniz, testereniz kör ve siz hala kütüğü kesmeye, parçalamaya çalışıyorsunuz. HİÇ TESTERENİZİ BİLEMEYİ DÜŞÜNDÜNÜZ MÜ?"

Bunun üzerine ormancı sinirlenerek adama döner ve "Bunun için hiç zamanım yok, bir an önce işimi bitirmek zorundayım, lütfen bana engel olmayın" diye söylenir.



An open book with Arabic text is shown, with a string of light-colored prayer beads (tasbeeh) resting on the right page. The book is open to a page with dense Arabic script. The background is dark, and the book's pages are light-colored with gold-colored edges. The prayer beads are arranged in a single row, extending from the right edge of the book towards the center.

Andolsun zamana ki, insan gerçekten ziyan içindedir. Ancak, iman edip de sâlih ameller işleyenler, birbirlerine hakkı tavsiye edenler, birbirlerine sabrı tavsiye edenler başka (Onlar ziyanda değildir).

ASR SURESİ

İLETİŞİM ARAÇLARI

AMAÇ: MESAJLAŞMA, VIDEO KONFERANS, EKİP İÇİ İLETİŞİM.

ÖRNEKLER:

ZOOM MICROSOFT TEAMS SLACK WHATSAPP

VERİ ANALIZI VE GÖRSELLEŞTİRME

AMAÇ: VERİYİ ANALİZ ETMEK, RAPOR OLUŞTURMAK, GÖRSELLEŞTİRME.

ÖRNEKLER:

MICROSOFT EXCEL

TABLEAU

GOOGLE DATA STUDIO

POWER BI

TASARIM VE YARATICILIK ARAÇLARI

AMAÇ: GRAFİK TASARIM, VIDEO DÜZENLEME, PROTOTİP OLUŞTURMA.

ÖRNEKLER:

ADOBE PHOTOSHOP, ILLUSTRATOR

CANVA FIGMA FINAL CUT PRO

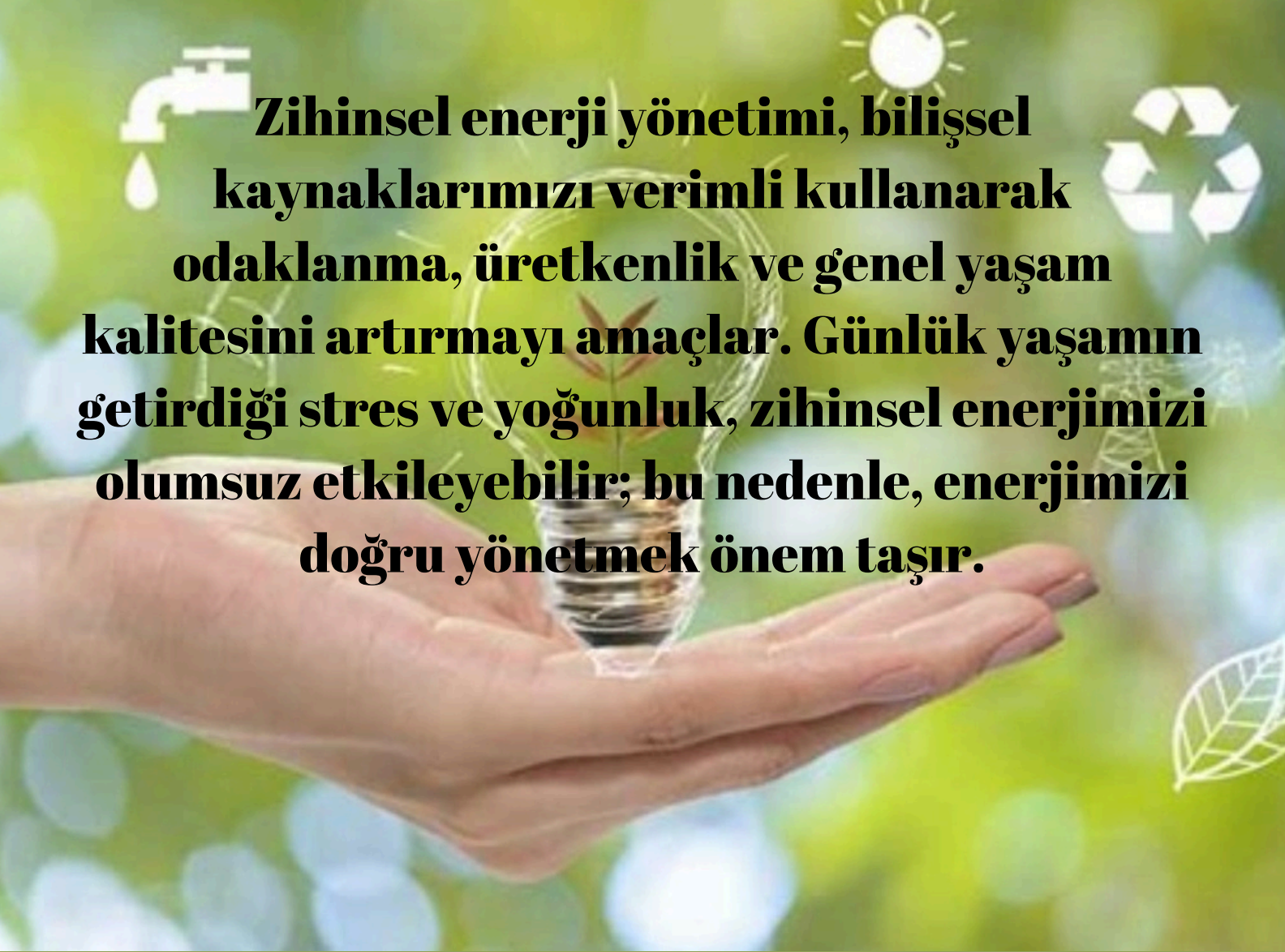


Fiziksel üretim, fiziksel ürünlerin yaratılması ve çoğaltılması sürecini ifade eder. Bu süreç genellikle hammaddelerin işlenmesi, montaj, kalite kontrol ve nihai ürünlerin ambalajlanmasını içerir.



Zihinsel üretim, bireylerin düşüncelerini, bilgilerini ve yaratıcılıklarını kullanarak yeni fikirler, çözümler, ürünler veya sanat eserleri ortaya koyma sürecidir. Bu süreç, problem çözme, yenilik geliştirme, eleştirel düşünme ve hayal gücü gibi bilişsel becerileri içerir. Zihinsel üretim, hem bireysel hem de toplumsal gelişim için hayati bir öneme sahiptir.





Zihinsel enerji yönetimi, bilişsel kaynaklarımızı verimli kullanarak odaklanma, üretkenlik ve genel yaşam kalitesini artırmayı amaçlar. Günlük yaşamın getirdiği stres ve yoğunluk, zihinsel enerjimizi olumsuz etkileyebilir; bu nedenle, enerjimizi doğru yönetmek önem taşır.

Zihinsel Enerji Yönetimi İçin Öneriler:

Düzenli ve Kaliteli Uyku

Sağlıklı ve Dengeli beslenme

Düzenli Egzersiz

Görevleri Önceliklendirme ve Planlama

Olumlu Sosyal İlişkiler

Yeni Beceriler Öğrenme

Teknoloji Kullanımını Sınırlama

BİLGİNLER

15. yüzyılda Semerkand'da gözlemevi ve medrese yaptırmış, "Zici" adlı eserinde gözlemlerini ve sonuçlarını toplamıştır. Gezegenlerin uzaklıkları ve hacimleri gibi ölçüler için verilen değerler bugünkü değerler ile aynıdır.

ULUĞ BEY

MÖ. yaklaşık olarak 287 -212 yılları arasında yaşamış Eski Yunan bilimcidir. Suyun kaldırma kuvvetini ve sıvıların dengesini bulmuştur. Kendi adıyla tanınan sıvıların dengesi kanunu doğada aynı koşullarda aynı sonuçlara ulaşılacağını göstermiştir.

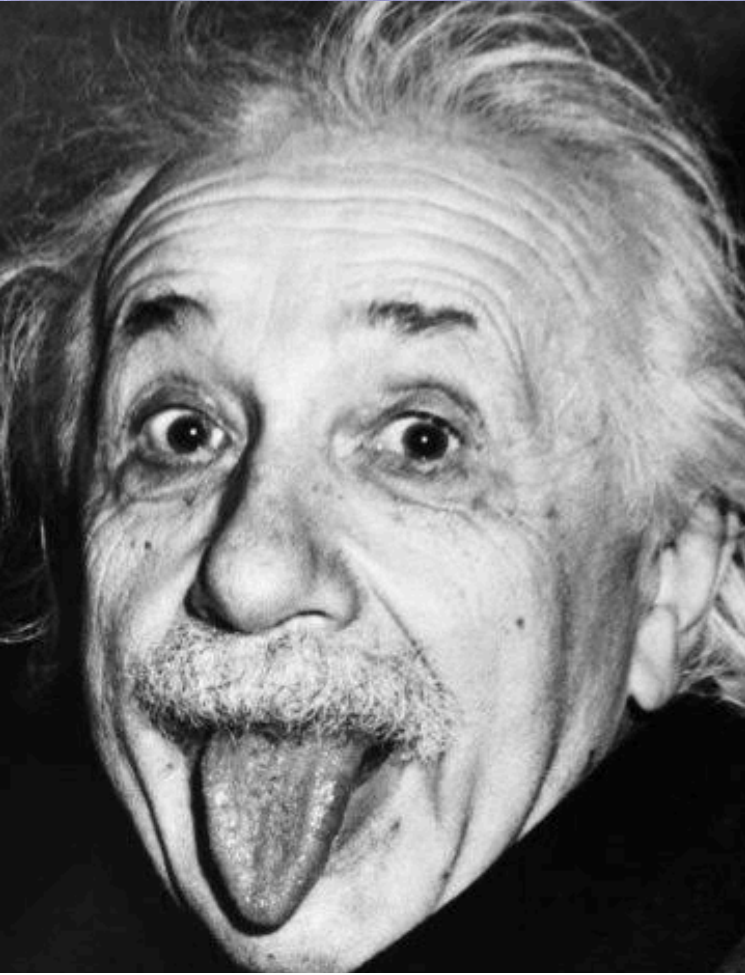
ARŞİMET

Zaman, hareket ve mekanın sabit olmadığını, bunların birbirine ve gözlemciye göre değişken olduğunu kabul ederek görelilik teorisini ortaya atmış 20. yüzyılın en önemli bilim insanlarından.

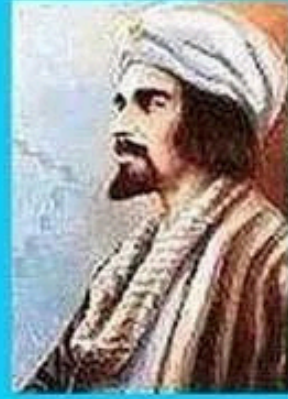
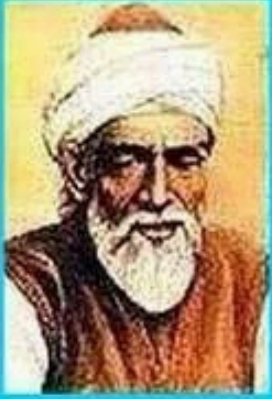
EINSTEİN

Genel Çekim Yasası ile evrende geçerli bir hareket kanunu olduğunu kanıtlamıştır. 17. ve 18. yüzyılın ünlü İngiliz matematikçisi, astronomu ve fizikçisidir.

NEWTON



MÜSLÜMAN BİLİMDAMLARI



Hârizmî

İbn-i Haldun

İbn-i Heysem

Şerif İdrîsî

Cebir'in
Kurucusu

Sosyoloji'nin
Kurucusu

Optik İlminin
Kurucusu

Coğrafya'nın
Kurucusu



büyük icatlar



