

Sınav Öncesi

- Ders çalışma süreni belirle. Yavaş veya hızlı ders çalışmak verimsizdir.
- Ders çalışırken yanınızda hiçbir elektronik alet olmamalı çünkü dikkatdağıtırlar. Dikkat dağınıklığı yaşamadan çalışılan konular daha iyi aklagirer, çözdüğünüz sorularda da hata payı azalır.
- Sınav konularıyla ilgili olan sorulardan oluşan test ve denemelerkendinizi deneyin, hatalarınızı irdeleyin. Böylece eksikliklerinizi görüpkapatma şansınız olabilir.
- Sınav Öncesi mutlaka vücut ve kafa olarak dinlenmiş olmalısınız.Yorgun ve uykusuz kalmak başarıyı negatif etkiler.
- İyi öğrenilen bilgi, zaman zaman tekraredilerek öğrenilen bilgidir. Düzenli tekrarlarlaher geçen gün bilginin hatırlanma oranıartmaktadır. Günlük , haftalık ve aylık tekrarlarlaöğrenilen bilgi uzun süre hafızada kalır.
- Farklı kaynaklardan soru çözün, böylecefarklı soru tiplerinden çözmüş olursunuz.Değişik soru tiplerinden soru çözenizfaydanıza olacaktır.
- Spor ve zeka oyunu gibi egzersizler beyni zindetutmak, sınavlara iyi bir şekilde hazırlanmanızısağlar. Günlük yarım saatlik beyin egzersizleri yapabilirsiniz. Bu egzersizler beyninizi daimazinde tutar.
- Beynimiz ve işlevleri, her gün yediklerimizdenönemli ölçüde etkilenir, beyin sağlığınıuzunvadede korumamız yani demans (bunama),depresyon, dikkat dağınıklığı, diyabet vb. riskini azaltmamız öğrenme, dikkat, bellek gibi yeteneklerinizi ileri yaşlarda bile muhafazaetmeniz beyne dost bir beslenme tarzınıza bağlıdır.
- Bol su tüketmeyi ihmal etmeyin, uzun süre suiçmemek, beynin hacminde daralma vekonsantrasyon yeteneğinde körelmeye sebepolmaktadır.

Sınavda Başarılı Olmak için Sınav Anında Yapılacaklar

- Öncelikle bu sınava ilk kez tabi tutulmadığınızı hatırlayın. Bu zamanakadar birçok sınava girdiniz zaten. Sınavda başarılı olmanın sırlarıarasında "heyecanı yenmek" çok önemli bir detaydır. Sınavdabaşarılı olmak için heyecanınızı orta düzeyde tutmalısınız.
- Kaygınız aşırı derecede olmadığı sürece size enerji ve motivasyonveren bir duygu durumu olarak kabul edin. Orta düzey kaygı sorularaadaklanmanız için gereklidir.

Sınavda Başarılı Olma Stratejileri

Sevgili öğrenciler, sınavlarda başarılı olabilmeniz sadece ne kadar çok bildiğiniz veya öğrendiklerinizi ne kadar pekiştirebildiğiniz ile ilgili değildir. Aynı zamanda doğru sınav stratejilerini de uyguluyor olmanız gerekir. Çünkü sınavlar sadece bilginizi değil bunun yanı sıra zaman baskısıyla baş edebilmenizi, stresinizi kontrol edebilmenizi, yorum yapabilme kabiliyetinizi, bilmediğiniz soruları boş bırakabilme iradenizi vb. özelliklerinizi de ölçmektedir. Sizlere faydalı olması adına bu broşürü hazırladık; içinde önemli açıklamalara ek olarak doğru sınav stratejileri kontrol listesini de bulabileceksiniz. Böylece kendinizi değerlendirebilecek, eksikliklerinizi tespit edip giderme fırsatı bulabileceksiniz. Titizlikle okumanızı ve uygulamanızı dilerim.

Sınavlarda Başarı

Sınav; kişinin edindiği bilgiyi/bilgi birikimini verilen kısıtlı birzaman dilimi içerisinde en iyi şekilde ifade edebilmesidir. Peki sınavda başarılı olmak için neler yapmak gerekiyor ? Sınavda başarılı olmak sadece sınav anıyla değil; komple birsürecin sonucudur. Bu süreci iki aşamalı olarak ele almak gerekir

Aşama 1 Sınav Öncesi: Sınav hazırlık sürecinde yapılması gerekenlerdir.

Aşama 2 Sınav anı: Sınav anında yapılması gerekenlerdir.

Sınavda Başarılı Olmak için Sınav Öncesi Yapılacaklar

- Konsantrasyon, dikkat, özgüven, sakinlik ve rahatlık, olumlu düşünce ve başarıya olan inanç, okuduğunu anlama ve yorumlama gibi faktörler hedefe giden yolda çok önemlidir.
- Başarı olmanın yolları deyince ilk akla gelen gelen plan-programdır. Sınav konularına çalışırken planlı ve programlı olun, çalıştığınız bölümü tamamen anlayıp bitirmeden yeni konuya geçmeyin.
- Ters Motivasyondan kurtulmalısınız.
- Çok çalışıyorum ama sınavda yapamıyorum,
- Sınavda bildiğimi unutuyorum,
- Sınav süresi bana yetmiyor,
- Sınavda çok heyecanlanıyorum.
- Çok çalışıyorum ama başaramıyorum

Bu şekilde moral bozucu düşünceleri terk etmelisiniz. Karamsarlıktan kurtulmak başarı için çok önemli bir anahtardır



Evliya Çelebi Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi

Sınavda Başarılı Olma Stratejileri



Mutlu bir gelecek için doğru tercih;

Evliya Çelebi Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi



DENEME SINAVI ÇÖZERKEN DİKKAT EDİLECEK HUSUSLAR



• Sonuç ne olursa olsun düzenli deneme çözüyorum.

Çünkü biliyorum ki deneme çözerek ne kadar sınav anına benzer hazırlık yaparsam YKS' de sürece o kadar aşına olurum. Ayrıca deneme sınavlarının sadece soru çözme becerilerimi değil yeterli süre masada oturabilmemi, zaman baskısıyla baş edebilmemi ve stresimi yönetebilmemi de geliştirdiğini biliyorum.

• Mümkün olduğunca farklı yayınevinin deneme sınavını çözmeye çalışıyorum ama soruların zorluk dereceleri veya kalitesinin farklı olabileceğini biliyorum.

Çünkü yayınevleri kısa sürede çok fazla deneme sorusu hazırlamakta ve her bir yayınevinin soru tarzı farklı olabilmektedir. Fakat YKS sorularını ölçme-değerlendirme uzmanları yeterli sürede ve titizlikle hazırlamaktadır. Bu nedenle YKS' nin daha net sorular içereceğini biliyorum.

• Çok fazla sessiz veya gürültülü ortamlarda deneme çözmüyorum.

Ayrıca ışık kaynağının yetersiz olduğu ve oda sıcaklığının normal olmadığı ortamlarda deneme çözmüyorum. Çünkü biliyorum ki gerçek sınav ortamı böyle olmayacak ve bu tür ortamlar benim genel uyarılmışlık düzeyimi düşürerek dikkatimi dağılmasına neden olacaktır.

• Zihnimin yorgun olduğu zamanlarda veya geç saatlerde deneme çözmüyorum.

Çünkü biliyorum ki yorgun olduğum zamanlarda odaklanabilmem oldukça zor olacak. Buna bağlı olarak da net sayılarımdan düşük olacak ve bu durum kendime olan güvenimi olumsuz etkileyecek.

• Denemeye ne çok yiyerek ne de aç girmiyorum.

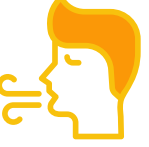
Böylece genel uyarılmışlık düzeyimin düşmesine engel oluyor, zihinsel kapasitemi ve dikkatimi en üst düzey tutmaya çalışıyorum.

• Denemeye girerken yanımda mutlaka su bulunduruyorum.

Çünkü biliyorum ki deneme esnasında streten dolayı ağız kuruyabilir ve bu dikkatimin dağılmasına neden olabilir. Bir yudum su içerek dikkat düzeyimi tekrar yükseltebilirim.

Sınav Anı

- Sınav sonucunu değil sınav esnasında sınav süresini en iyi şekilde değerlendirerek, yapabileceğiniz en iyisini nasıl yapabileceğinizi düşününüz. Bu durum dikkatinizi duygularınıza değil soruların çözümüne yönlendirmenize yardımcı olacaktır.



Derin Nefes Alın

Sınavla başladığı anda herşeyi unuttuğunuz duygusuna kapılırsınız, Bu geçici bir durumdur sınavla giren her öğrencide bu durum oluşabilir, birkaç soruyu yanıtladıktan sonra bu durum geçecektir. Sınav süresince konsantrasyonunuz dağıldığında ve yorgunluk hissettiğinizden nefes egzersizleri yapabilirsiniz. Bunun için 10-15 saniye arkanıza yaslanıp burnunuzdan derince nefes alın, aldığınız nefesi bir süre tuttuktan sonra yavaşça ağızınızdan verin.

Zamanı Doğru Kullanın

Soruları sırayla çözün ve her soruyu mutlaka okuyun. Bir soruyu hızlı hızlı birkaç defa okumak yerine bir defa anlayarak okuyun, bir soruya takılıp kalmak diğer sorulara vakit kalmayacağı için sınav sonunda eğer vaktiniz kalırsa tekrar bakabilirsiniz.



İşlem Gerektiren Sorular

Soruda işlem gerekiyorsa hızlıca yapıp zaman kazanma düşüncesiyle aklınızla, kaleminizi kullanmadan yapmanız hatayapma olasılığını artırabilir, bu yüzden basit işlem gerektiren sorularda bile kaleminizi kullanmanız hata yapma olasılığınızı düşürecektir.



Uzun Soruları Atlamayın

Sorunun uzun olması zor olduğu anlamına gelmez. Soruyu sadece uzun olduğu için atlamayın. Bazı uzun sorular da çok kolay olabilir.

Sorulara Ön Yargılı Yaklaşmayın

Sınavda kolay ve zor sorular olacaktır. Bukadar kolay soru olmaz diye soruyorumunuzu katmayın. Birçok öğrenci kolay sorularda bile dikkatsizlikten hata yapıyor.

Tüm seçenekleri Okuyun

Tüm seçenekleri okumadan soruyu cevaplamayın. Bazı sorular En doğru seçeneği bulmanızı ister.

Bilemediğiniz Soruları Boş Bırakın

4 yanlış bir doğru cevabı götürdüğü için, bilemediğiniz soruları boş bırak. İki seçeneğinizi kaldırdığınızda birini seçebilirsiniz.

- **Uzun ve şekilli sorulara ön yargılı yaklaşmıyorum.**
Çünkü biliyorum ki aslında uzun sorularda daha fazla ipucu vardır. Bir soruya ön yargılı yaklaşmam o soruya dair kaygımın artmasına sebep olur ve zihnim kaygıyla meşgulken işlevini yerine getiremez. Bu nedenle her soruya şans vermeliyim, okumadan vazgeçmek yok!
- **Soruda benden ne isteniyorsa onu düşünüyorum (ne eksik, ne fazla).**
Çünkü kişisel yorumumun doğru cevaba ulaşmamı engelleyebileceğini biliyorum. Bu nedenle, özellikle Türkçe ve tarihsorularında, soruyu ve şıkları sadece benden istenilen şekilde düşünmeye çalışıyorum.
- **Deneme esnasında çözmediğim sayfayı ya katlayarak ya da optik form ile kapatarak soruları çözüyorum.**
Böylece yapamadığım sorular olduğunda diğer sayfalardaki sorulara gözüm kaymıyor ve odaklanma sorunumu en aza indiriyorum.
- **Denemeyi erken bitirebilen veya benden daha hızlı sayfa çeviren arkadaşlarıma bakıp moralimi bozmuyorum.**
Çünkü bunun çok farklı sebepleri olabileceğini ve denemeyi erken bitirmenin sonucun çok iyi olacağı anlamına gelmediğini biliyorum. Hem önemli olanın erken bitirmek değil zamanımı mümkün olduğunca doğru kullanmak olduğunu biliyorum.
- **Hiçbir arkadaşımın deneme başarı grafiğinin, her zaman yukarı doğru çıkmadığını biliyorum.**
Benim de dâhil her rakibimin grafiğinin inişli çıkışlı olduğunu biliyorum. En başarılı öğrencilerin bile bazı denemelerinin kötü geçebileceğini biliyor ve bu nedenle denem sonuçlarımın beni çok fazla etkilemesine izin vermiyorum.
- **Deneme sonrasında yanlışlarımı analiz ederek, bilgi eksikliğinden mi yoksa dikkatsizlikten mi hata yaptığımı anlamaya çalışıyorum.**
Eğer önceden çalıştığım bir konuya ve bilgi eksiliğinden dolayı hata yapmışsam o konuya bir daha göz atıyorum. Amayanlışlarım zaten yeterince çalışmadığım bir konuyla ilgiliyse buna üzülerek moralimi bozmuyorum.
- **Deneme sonucum iyi geldiğinde başarımın kaynağını kendim olarak görüyorum.**
Deneme kolaydı veya günümdeydim diye başarımı dışsal kaynaklara bağlayarak kendimi küçümsemiyorum; tıpkı kötü geçtiğinde sebebi sadece kendimde görmemem gibi.

- **İşlem gerektiren sorularda bulduğum cevap şıklarda yoksa çözümümü tamamen silip yeniden çözüyorum.**
Çünkü soruyu hatalı çözümün üzerinden tekrar çözmeye kalkmak, herhangi bir işlem hatası yaptıysan bunu görmemi zorlaştırır. Böylece aynı işlem hatası sonucun tekrar tekrar yanlış çıkmasına neden olur.
- **Ard arda aynı şık geldi diye şüphelenip yanıtlarımı değiştirmiyorum.**
Çünkü biliyorum ki YKS'de de ard arda 3 kere aynı şık gelme ihtimali var. Fakat sınavda ard arda aynı 4 şık işaretlediysen, bunlardan en az birinin yanlış olma ihtimalinin yüksek olduğunu biliyorum. Böyle bir durumla karşılaşır ve yanıtlarımda hiçbir değişiklik yapamazsam olduğu gibi bırakmam gerektiğini de biliyorum.
- **Doğru olduğunu düşündüğüm yanıt A veya B şıklarında olsa bile, zamandan tasarruf edeceğim diye diğer şıkları okumadan son kararımı vermiyorum.**
Diğer şıkları da dikkatlice okuduktan sonra cevabıma karar veriyorum. Çünkü tüm şıkları okumadan, diğer şıkların yanlış olduğundan emin olamam.
- **Test başlarında veya ard arda zor sorularla karşılaştığımda endişelenmiyorum.**
Çünkü biliyorum ki her sınavda zor, orta ve kolay seviyede sorular bulunmaktadır ve her kitapçık türünün soru dizilimi farklıdır. Ard arda zor sorularla veya testlerin başında zor sorularla karşılaşabilirim. Bunu bilerek moralimi yüksek tutmalıyım. Keza biliyorum ki moralim bozulursa yapabileceğim soruları dahi yapamayabilirim.
- **Bazı sorular çok kolay olabilir. Cevabın bu kadar kolay olmasından şüphelenip, bu işte bir iş var deyip, o soru üzerinde gerektiğinden fazla zaman harcamıyorum**
Şunu unutmamalıyım ki kolay sorular, orta düzey sorular ve zor sorular her sınavın olmazsa olmazıdır. Aksi takdirde sınava girmiş çok sayıdaki öğrenci sıralanamaz, sınava iyi hazırlanmış öğrenciyle, vasat hazırlanmış ve az hazırlanmış öğrenci ayırt edilemezdi.
- **Kararsız kaldıktan sonra ilk işaretlediğim seçeneği (eğer aklıma yeni bir bilgi veya ipucu gelmediyse) değiştirmiyorum.**
Çünkü biliyorum ki genellikle ilk işaretlenen seçenek doğrudur. Fakat bunu sadece kararsızlığımın devam ettiği sorularda uygulayırım.



- **Soruları dudak kıvrıdarak veya her sözcüğün altını çizerek okumuyorum**
Çünkü bunların okuma hızımı azaltacağını biliyorum. Bunların yerine sadece içimden okuyor ve sorulardaki önemli ipuçlarının, şıklarda benden istenen kelimelerin altını çiziyorum.
- **Sorulardaki altı çizili, koyu renkli veya "tırnak içindeki fadeleri daha dikkatli okuyorum ve olumsuz soru köklerine özellikle çok dikkat ediyorum.**
Çünkü biliyorum ki olumsuz bir ifadeyi olumlu olarak okumam yanlış şık işaretlememe sebep olabilir veya o sorunun hatalı olduğunu düşünebilir. Ayrıca biliyorum ki insan zihni, soru içindeki ifadeleri olumlu yönde algılamaya eğilimlidir.
- **Optik formu doldurmayı en sona bırakmıyorum veya her soruda bir kodlama yapmıyorum.**
Çünkü eğer kodlamayı sona bırakırsam zihnimin yorulmuş olacağını ve dikkatsizlik yapma ihtimalimin artacağını biliyorum. Ayrıca her soruda bir kodlama yaparsam zamanımı çok verimsiz kullanmış olacağım. Böyle yapmak yerine hersayfa bitiminde yanıtlarımı kodluyorum ve kodlarken içimden sessizce tekrar ediyorum "1 A 2 D 3 C" şeklinde. Tüm bunları yapıp kaydırma ihtimalimi en aza indirebiliyor, kodlama yaparken zihnim biraz dinlendirmiş oluyor ve böylece yeniden odaklanabiliyorum.
- **Bir soruya takılıp kalmıyorum, sorularla inatlaşmıyorum.**
Zor bir soruya 3-4 dakikadan fazla vakit ayırdığımda üzerimde zaman baskısı oluşacağını, zaman baskısının da anlık kaygımı artıracak olduğunu biliyorum. Ayrıca zor ve kolay sorunun puan getirisinin aynı olduğunu ve bu nedenle bir soruda çok fazla zaman kaybetmemin mantıklı olmadığını biliyorum.
- **Sayısal sorularda işlemlerimi kalem kullanarak yapıyorum.**
Çünkü biliyorum ki zihnimden işlem yaparak daha fazla hata yapabilir ve yaptığım işlem hatalarım nedeniyle daha fazla zaman kaybedebilirim. Ayrıca biliyorum ki insan zihninden dakikada onlarca düşünce geçmekte. Neden zihinden hesaplama yaparak işlem hatası yapma ihtimali arttırırım ki?