

SINAVLARDA BAŞARILI OLMAK KONUSUNDA İPUÇLARI

Cevdet GENÇ
Psikolojik Danışman

YGS SINAVI ÖNCESİNDE DİKKAT EDİLMESİ GEREKEN HUSUSLAR

- Sınava 1 – 2 gün kaldığında artık ders çalışmayı bırakmalı ve psikolojik olarak sınava hazırlanmalısınız.
- Sınavdan önce sakatlanmayla sonuçlanabilecek bazı sportif aktivitelerden, özellikle futbol ve basketbol maçlarından uzak durmalısınız.
- Sizi sinirlendirecek ve moralinizi bozacak olaylardan uzak durmanız çok önemlidir.
- Sınavı bir ölüm – kalım meselesi gibi gören aşırı panik arkadaşlarınızın tesirinde kalmamalısınız.
- * Sınav akşamı belgelerinizi mutlaka hazırlamalısınız.
- * Sınava gireceğiniz binayı ve salonu önceden görmelisiniz.

- * **Sınavın başlamasına en az bir saat kala sınavın yapılacağı binada olmalısınız. Eğer büyük şehirde yaşıyorsanız trafik faktörü de düşünölmeli.**
- * **Sınavdan önceki gece çok erken uyumaya çalışmamalısınız. Daha önceki zamanlarda olduğu gibi normal yatış saatinde uyumaya özen gösterin.**
- * **Sınav öncesinde hafif bir akşam yemeği yemeğiniz ve sınav sabahında da iyi bir kahvaltı yapmanız çok önemlidir.**
- * **Sınavda rahat edebileceğiniz bir kıyafeti tercih edin.**
- * **Çok özel bir probleminiz yoksa sınava ailenizle birlikte gitmemeniz daha mantıklı olacaktır.**

YKS ESNASINDA DİKKAT EDİLMESİ GEREKEN HUSUSLAR

- * Sınavın ilk 15 dakikasında heyecanlanmanız normaldir. Bunun bir zaaf olmadığını ve hemen herkesin az ya da çok bu heyecanı yaşadığını bilmeniz sizi rahatlatacaktır.
- * Sınav esnasında sadece kendi yaptıklarınızla ilgilenmeli ve etrafınızdakilerin ne yaptıkları ile ilgilenmemelisiniz.
- * En iddialı olduğunuz testle sınava başlayın. En zayıf olduğunuz testi de en sona bırakmalısınız.
- * Çok iyi bir nedeniniz olmadıkça, doğru olduğundan emin olarak işaretlediğiniz bir seçeneği değiştirmeyiniz.
- * Sınav esnasında çok sık aralıklarla saate bakmamalısınız. Bu sizi iyice telaşlandırabilir

ÖN OKUMA

- Bir bölüme başlamadan önce , o bölümü hızla gözden geçirin.

Örneğin, tanıdığınız bir geometri şekliyle veya bildiğiniz bir soru köküyle karşılaşabilirsiniz. Bu takdirde nereden başlayacağınızı bilirsiniz.

- Sınavda birden fazla test kitapçığı türü olduğundan size denk gelen kitapçık türünde ilk soru o testin en zor sorusu olabilir. Bu sizin heyecanlanmanıza ve olumsuz düşüncelere kapılmanıza yol açabilir.



HIZ (TEMPO)

- Hız ve isabet arsında uygun bir denge tutturun.
Aşırı hız dikkati dağıtır.
Aşırı dikkatli davranmak demek sorular üzerinde fazla zaman geçirmek demektir.
- Belli bir süre geçtiği halde çözüme ulaşamazsanız o soruyu bırakın.
- Her hangi bir soruyu üzerinde zaman harcamak gerektiği ve karışık görüldüğü için otomatik olarak atlamayın

ZAMAN KULLANMAK

- **Sınavda size verin süreyi testlere göre ayarlayın.**
- **Zihninizin dağılmasını önleyin. Eğer bölümler arasında kısa dinlenme aralığı vererseniz zihninizi dinlendirmiş olursunuz.**
- **Zihninizi dinlendirmek için iki öneri:**
 - 1. Kalemınızı bırakın, gözleriniz kapatın alınınızı ve şakaklarınızı ovun.**
 - 2. Bildiğiniz bir nefes egzersizi uygulayın.**

TESTİN YAPISINDAN FAYDALANIN

- Sorulan sorulara cevap olmayacak seçenekleri eleyin.
- Tahmin etmeniz gerekirse, hızlı tahminde bulunun fikrinizi değiştirmeyin. İkinci tahminlerin zaman kaybı olduğu unutulmamalıdır.

5-● B C D E
6-● B C D E
7-● B C D E
8-● B C D E
9- A B ● D E

Cevap kağıtlarında alt alta 4 tane A şıkkının bir zincir oluşturması mümkün olsa da bu tür bir zincir hiç görülmemiştir.

CEVAP KAĞIDININ DÜZENLENMESİ

- Cevap kağıtlarında yapılan en büyük hata kaydırmadır. Bunu önlemek için;

*** Soruların cevaplarını gruplayarak cevap anahtarına işaretleyin. Örnek: 5'li yada 10 gruplar, sayfa sonlarında olabilir.

- Kodlama sürelerinin faydası zihninizi dinlendirmesi ve dikkatinizi toplamasına yardımcı olmasıdır.

Özel kodlama sistemi geliştirerek soru kitapçığı üzerinde işaretleyin.

- * Doğru cevap: Harfi daire içine alın
- * Doğru olamayacak seçenek: Harfin üzerine (X) işareti koyu
- * Değiştirilen cevap: Daha önceki cevabın içini doldurun, yeni cevabınızı daire içine alın
- * Atlanan soru: sorunun sayısının yanına ? İşareti koyun
- * Tekrar gözden geçirilecek soru: Sorunun sayısını daire içine alın.

“Ya Rabbi!, Beni doğru bir giriş ile girdir ve yine doğru bir çıkış ile çıkar. Katından bana yardım edici bir kuvvet ihsan eyle.” (İsra suresi;80)

**HEPİNİZE BAřARILAR
DİLERİM.**

REHBERLİK SERVİSİ