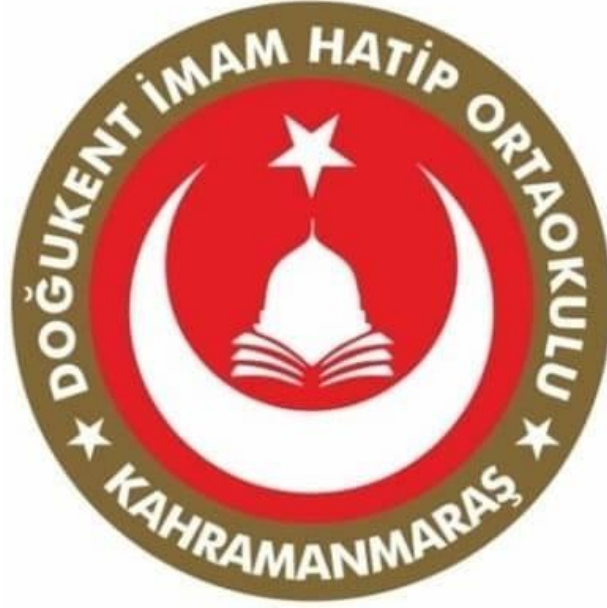
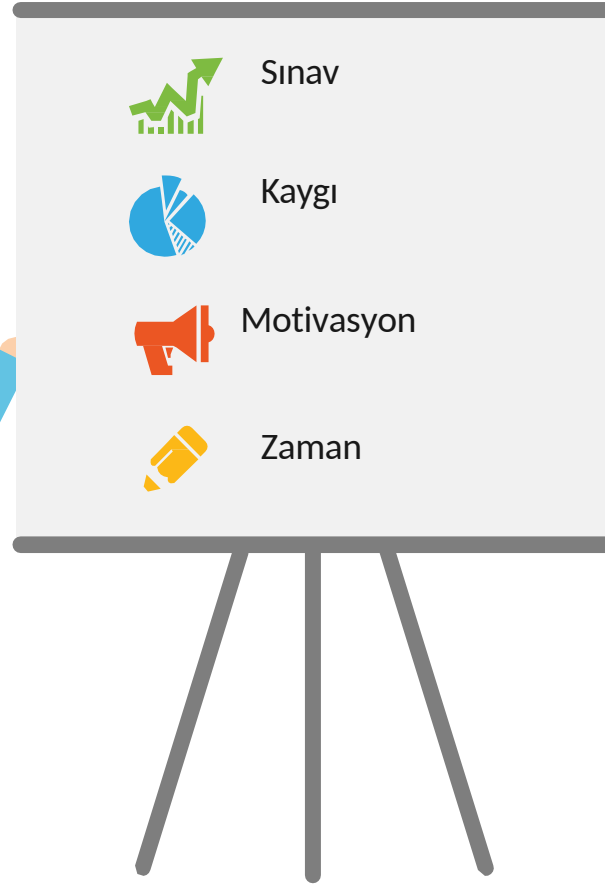




LGS Öncesi Öneriler ve Stratejiler



LGS



SINAV ÖNCESİ ÖNERİLER

SINAVA 1 AY KALA



Eksik Olduđun Konuları Tespit Et.

Deneme sınavları ve özdüğün testlerde fazla yanlış yaptığın konularda eksiğın olabilir. Bu konuları tespit et ve o konulara alış. Anlamadığın yerleri öğretmenine sor.

A	SINAV KODU								A
	1	7	1	8	1	1	2	6	
T.C. KİMLİK NUMARASI									
ADI									
A	SINAV KODU								A
	1	7	1	8	1	1	2	6	
T.C. KİMLİK NUMARASI									

Deneme Sınavı Çöz.

Deneme sınavları, sınavda süreni etkin kullanma, eksiklerini fark etme ve sınava psikolojik olarak hazırlanmada katkı sağlar.



Motivasyonunu Yüksek Tut.

Özellikle sınav yaklaştıkça, konular yetiştirmeyecek, sorular zor olacak, sınavı kazanamayacağım, deneme sınavlarım kötü vb düşüncelere odaklanmak çalışma motivasyonunu düşürür. Çözüm ise motivasyonunu arttıracak iç konuşmalar yapmak.



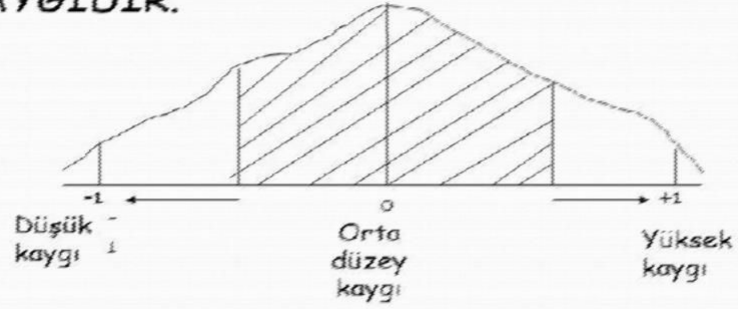
Sonuca Değil Sürece Odaklanın.

Sürekli olarak sınavda kaç puan alacağınıza ve istediğiniz okulu kazanıp kazanamayacağınıza odaklanmanız kaygınızı artırır.

Bu nedenle sonuca değil sürece odaklanın. Sınava kalan süreyi en iyi nasıl değerlendirebileceğinize odaklanın.

KAYGI DÜZEYİ GRAFIGİ

İSTENİLEN KAYGI ORTA DÜZEY KAYGIDIR.



Kaygınızı Yönetin.

Sınav yaklaştıkça kaygınızın biraz artması normaldir. Fakat kaygınız, sınavlardaki başarınızı ve çalışmanızı olumsuz etkiliyor ise acilen yardım alın.

SINAVA 1 GÜN KALA



Sınav Öncesi Tekrar Yapabilirsin.

Sınavdan 2-3 gün önce çalışmayı bırakmanıza gerek yok. Sadece son gün zor yeni bir konu öğrenmeyin. Çok yoğun çalışmamak koşulu ile sınavdan bir gün önce bazı konuların tekrarını yapabilirsin.



Sınav Evrakını Hazırla.

Sınavda yanınsa olması gereken
«**Kimlik, kalem, silgi, kalemtraş**»
akşamdan hazırla.

Sınava gireceğin salon ve sıra numarasını e-okuldan
öğren. Sınav giriş belgen sınava gireceğin salonda
sıranda olacak.

SINAV GÜNÜ



Mutlaka Kahvaltı Yapın.

Beynimizin büyüklüğü vücudumuzun % 2'si kadar olmasına rağmen enerjimizin % 20'sini kullanır. Eğer kahvaltı yapmazsanız, sınavda beyniniz verimli çalışmaz dikkat ve odaklanma sorunları yaşabilirsiniz.



Kantin Kapalı Olacak.

Kantinler kapalı olacağı için, su, el dezenfektanı, peçete gibi ihtiyaç duyabileceğiniz malzemeleri yanınızda götürün.



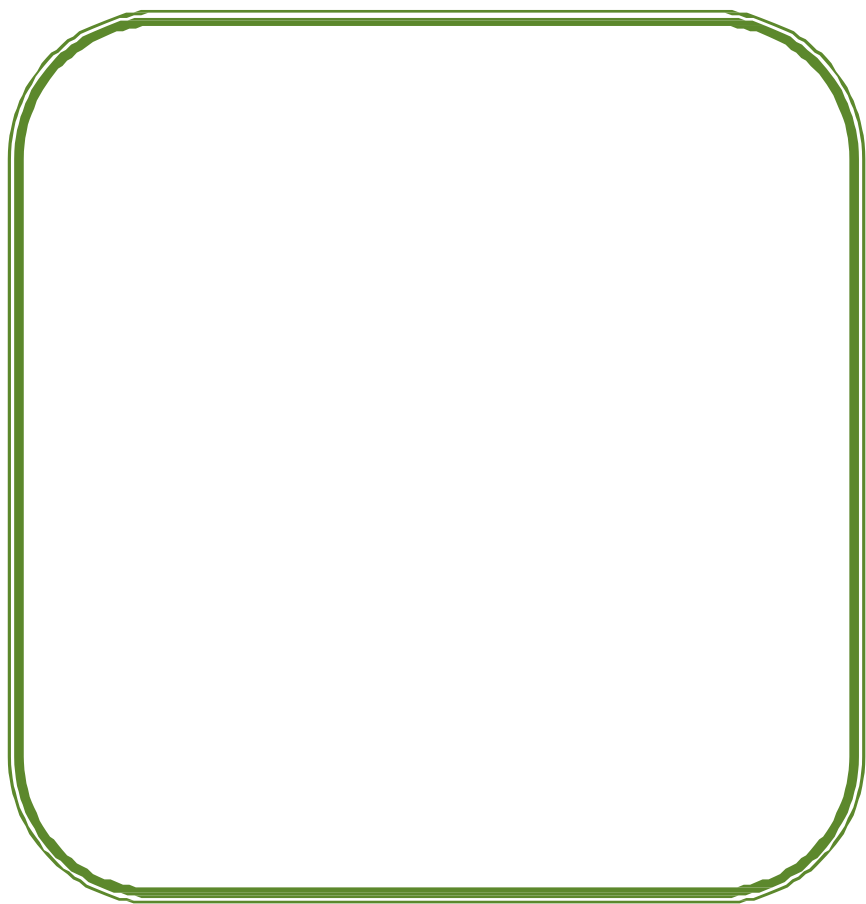
Rahat Elbiseler Giyin.

Hava sıcaklığını da dikkate alarak rahat edebileceğiniz elbise ve ayakkabılar tercih edin.



Geç Kalmayın.

Birinci oturum 09.30 başlayacak olup en geç 09.00 itibari ile sınava gireceğiniz okulda olun.







Sınav Hakkında Konuşmayın

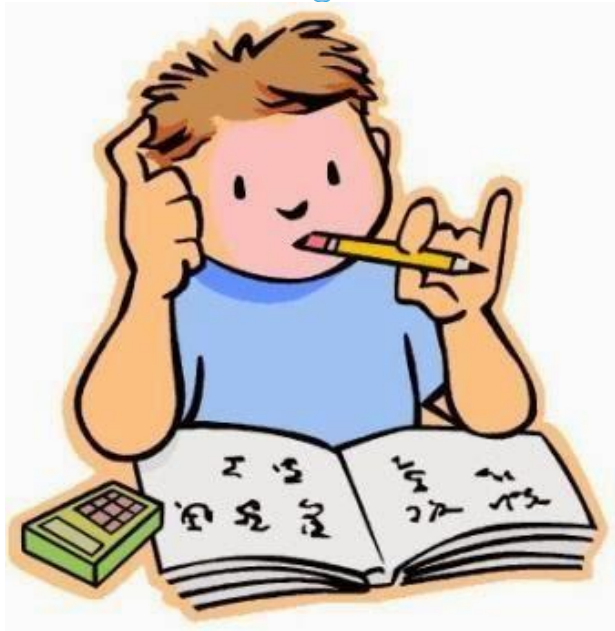
Sınav öncesinde ve arada sınav ve sorular hakkında konuşmayın.

Sınav Anı

Sınav önemli olabilir
fakat hayatım ve
geleceğim sadece bu
sınava bağılı değil.

OLUMLU DÜŞÜNÜN, DERİN NEFES ALIN.

Sınava yarım saat kala sizleri sınava salonlarına alacaklardır. Sınava başlayana kadar biraz heyecan olması normaldir. Bu süreyi olumlu düşünceler ile geçirin. Lavabo ihtiyacınız varsa giderebilirsiniz.



SÖZEL BÖLÜM				SAYISAL BÖLÜM			
TÜRKÇE	SOSYAL BİLGİLER İNKILAP TARİHİ VE ATATÜRKÇÜLÜK	DİN KÜLTÜRÜ VE AHLAK BİLGİSİ	İNGİLİZCE	MATEMATİK	FEN BİLİMLERİ		
1 A B C D	1 A B C D	1 A B C D	1 A B C D	1 A B C D	1 A B C D	1 A B C D	
2 0 0 0 0	2 0 0 0 0	2 0 0 0 0	2 P P P P	2 P P P P	2 P P P P	2 P P P P	
3 1 1 1 1	3 1 1 1 1	3 1 1 1 1	3 S S S S	3 S S S S	3 S S S S	3 S S S S	
4 2 2 2 2	4 2 2 2 2	4 2 2 2 2	4 T T T T	4 T T T T	4 T T T T	4 T T T T	
5 3 3 3 3	5 3 3 3 3	5 3 3 3 3	5 U U U U	5 U U U U	5 U U U U	5 U U U U	
6 4 4 4 4	6 4 4 4 4	6 4 4 4 4	6 V V V V	6 V V V V	6 V V V V	6 V V V V	
7 5 5 5 5	7 5 5 5 5	7 5 5 5 5	7 Z Z Z Z	7 Z Z Z Z	7 Z Z Z Z	7 Z Z Z Z	
8 6 6 6 6	8 6 6 6 6	8 6 6 6 6					
9 7 7 7 7	9 7 7 7 7	9 7 7 7 7					
0 8 8 8 8	0 8 8 8 8	0 8 8 8 8					
1 9 9 9 9	1 9 9 9 9	1 9 9 9 9					

Kitapçık Türünü Kodla.

Optik formlar dağıtıldığında, bilgilerini kontrol et ve kitapçık türünü ve kodlaman gereken diğer alanları sınav görevlilerinin uyarıları doğrultusunda kodla.



Sorulara Ön Yargılı Yaklaşmayın.

Sınavda zor da, kolay da sorular olacaktır. Bu kadar kolay soru olmaz diye soruya yorumunuzu katmayın.

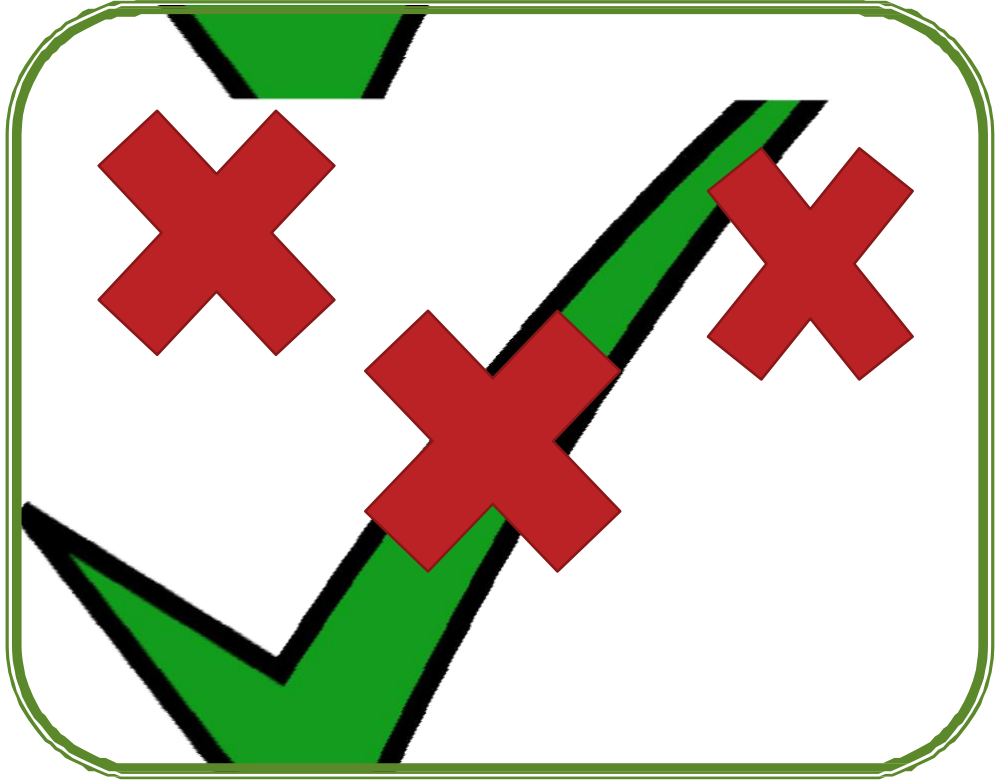
Kolay soruları küçümsemeyin. Unutmayın bir çok öğrenci en kolay sorularda basit hatalar yapıyor.

Sorunun uzun olması zor olduğu anlamına gelmez. Soru uzun diye bakmadan geçmeyin.



İlk İşaretlediğin Seçeneği Değiştirme.

Kararsız kaldıktan sonra ilk işaretlediğin seçeneği (eğer aklına yeni bir bilgi veya ip ucu gelmediyse) değiştirme. Genelde ilk işaretlenen seçenek doğru çıkar.



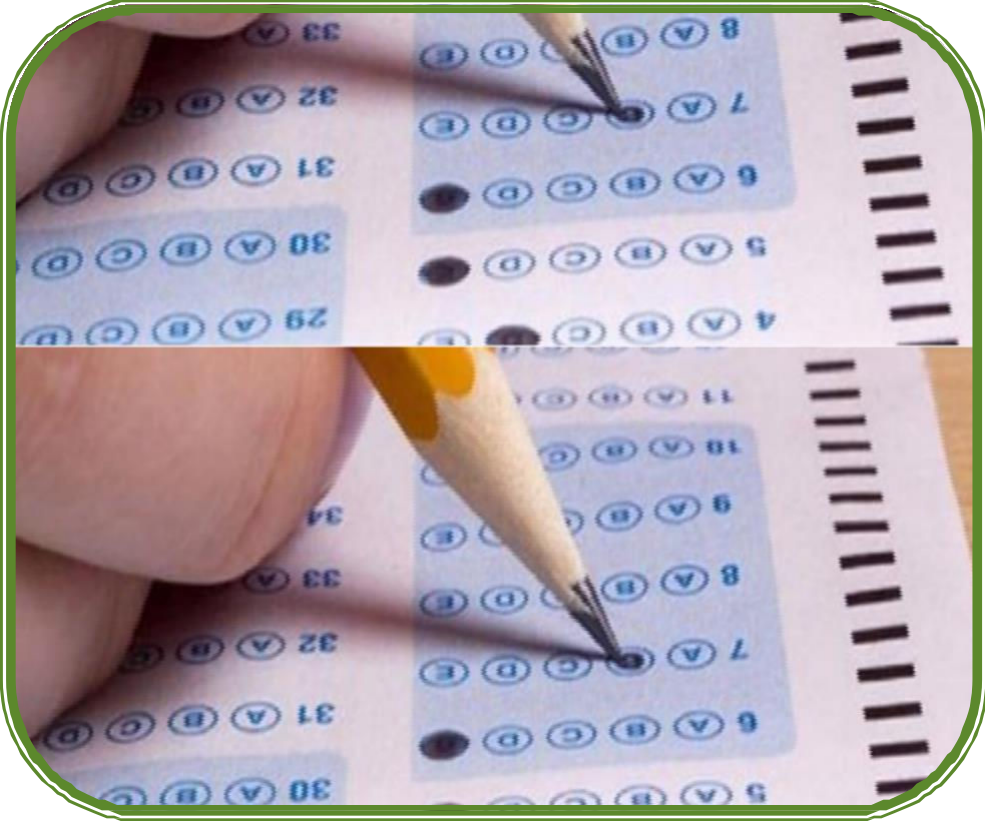
Bilemediğin Soruları Boş Bırak

3 yanlış bir doğru cevabı götürdüğü için, bilemediğin soruları boş bırak. İki seçenek arasında kaldığında birini seçebilirsin.



SÜRENI VERİMLİ KULLAN.

YAPAMADIĞIN VE ZORLANDIĞIN SORULARDA ÇOK ZAMAN KAYBETME, O SORULARI BOŞ BIRAK. SINAV SONUNDA ZAMANIN KALIRSA BOŞ BIRAKTIĞIN SORULARA TEKRAR DÖN.



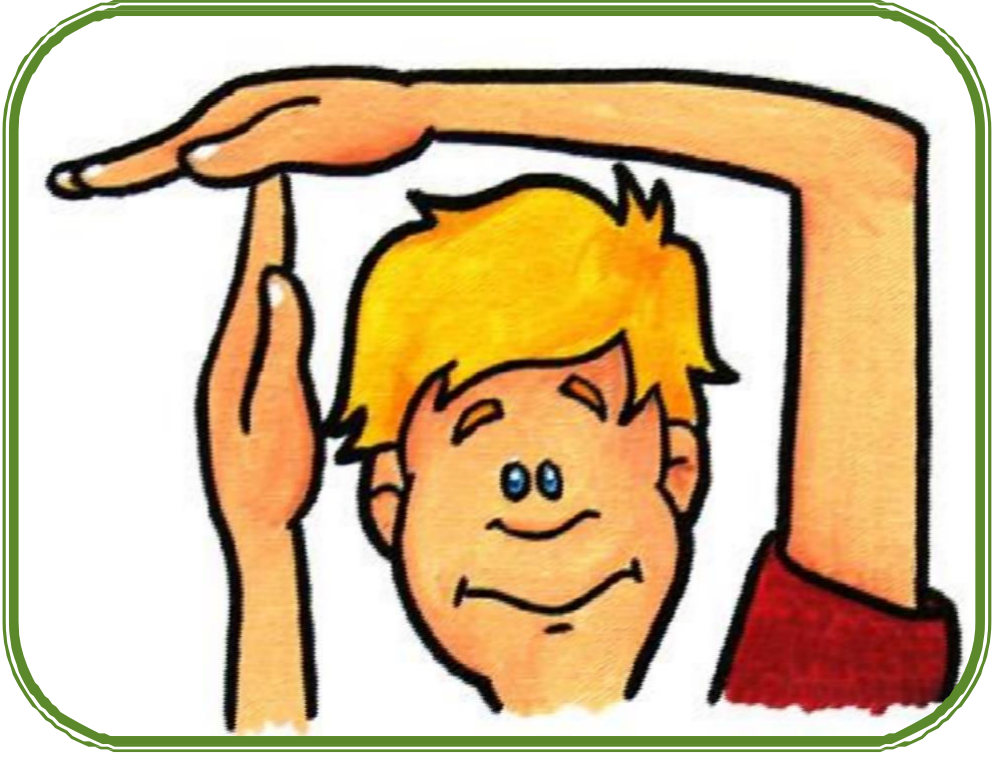
Kodlamayı Sınav Sonuna Bırakma.

Cevapları kodlamayı sınav sonuna bırakma. Her sorudan sonra veya sayfa sayfa kodla. En ideal olanı her sayfadan sonra kodlamandır.

$$9 - 3 \div \frac{1}{3} + 1 = ?$$

Kalemini Kullan.

İşlem gerektiren sorularda kalemini kullan. İşlemleri aklından yapman hata yapma olasılığını artırır.



Mola Ver.

Sınav anında dikkatinin dağıldığını hissettiğinde veya odaklanmakta zorlandığında geri yaslan ve 20-30 sn. dinlen.



Kaygılandığında Nefes Egzersizi Yap

Sınavda kaygın artar ve bu durum dikkatini ve performansını olumsuz etkileyecek duruma gelirse;

- Geriye yaslan ve 3-4 defa derin nefes al.
- Olumlu iç konuşmalar yap.

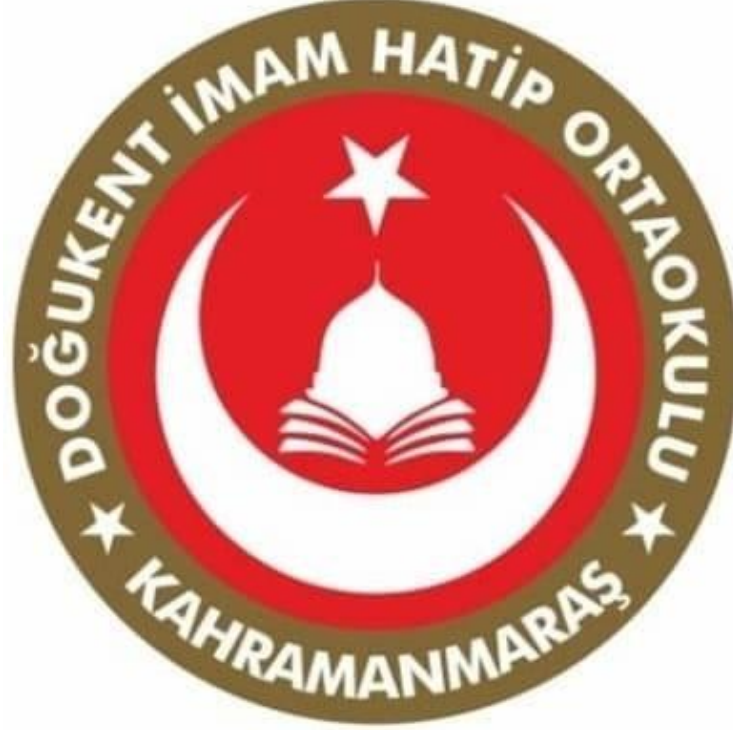


Kontrol Et.

Sınav sonunda sınav evraklarını teslim etmeden önce;

- Kitapçık türü ve diğer kodlaman gereken bölümleri kodlayıp kodlamadığını
- Boş bıraktığın sorular
- Cevaplarını doğru şekilde kodladığını kontrol et.

SINAVDA BAŞARILAR DILERİZ...



Rehberlik Servisi