

SINAV TAKTİKLERİ

Sınavdan Bir Gün Önce ;

- Sınava gireceğiniz okulun yerini önceden öğrenmeye çalışın.
- Sınavda başarılı olacağınıza inanın ve gün boyu olumlu düşünceler geliştirin.
- Evde veya dışarıda sizde gerginlik yaratacak ortamlardan uzak durun.
- Akşam yemeğinde size rahatsızlık verecek ağır yemeklerden uzak durun.
- Rahat edebileceğiniz kıyafetlerinizi hazırlayın.
- Nasıl uyuyacağım telaşına kapılmadan uyku saatinizi bekleyin ve uyku moduna geçin.

Sınav Sabahı Evde ;

- Uyandığınızda " bugün benim günüm" deyin ve güne olumlu başlayın.
- İmkanınız varsa ılık bir duş alın. Bu güne zinde başlamanızı sağlayacaktır.
- Yanınıza alacağınız evraklarınızı kontrol edin.
- Klasik kahvaltınızı yapın, daha önce tüketmediğiniz şeyleri yemeyin.
- Sınava giderken yanınıza su alın ve sınav evraklarınızı da almayı unutmayın.
- Evden çıkmadan önce evdekilerin duasını alın :)
- En geç sınavdan bir saat önce sınav yerinde olacak şekilde evden çıkın.

Sınav Sabahı Okulda ;

- Mümkünse gölgelik bir yerde bina görevlilerinden gelecek talimatı bekleyin.
- Sosyal mesafe kurallarına uyun ve gruplar kurmaktan kaçının.
- Diğer adaylarla zihninizi yoracak muhabbetlere girmekten kaçının.
- İçeri girerken maskenizi kontrol edin ve dezenfektan kullanmayı unutmayın.
- Koridordan sınav salonuna doğru yürürken kendinizden emin olun ve "Artık hazırım ve başaracağım" diyerek sınav salonuna girin.

SINAV TAKTİKLERİ

Sınav Başlamadan Önce ;

- Doğru salon ve sırada olduğunuzdan emin olun.
- Sadece sınava odaklanın ve başarılı olacağınıza inanın.
- Çevreyi(ses,ısı,ışık) önemsemeyin.
- Salon görevlerinin uyarılarını iyi dinleyin ve dikkate alın.
- Kitapçık üzerindeki sınav kurallarını gözden geçirin.
- Kitapçık türünü cevap kağıdı üzerindeki alana kodlayın.

Sınav Başladıktan sonra;

- Salon görevlileriyle ya da diğer adaylarla konuşmayın.
- Soru çözme stratejinizi değiştirmeyin. Denemelerde hangi sırayla çözdüyseniz gerçek sınavda da aynı sırayla çözün.
- Sizi zorlayan sorularla inatlaşmayın. Çözemediğiniz soruların yanına işaret koyup diğer soruya geçin, zaman kaybetmeyin.
- Çözemediğiniz soruları düşünüp moralinizi bozmayın. Her testte kolay, orta ve zor sorular vardır.
- Her bir testten sonra çözdüklerinizi cevap kağıdına kodlayın. Kodlamayı son ana bırakmayın.

Sınav Başladıktan sonra;

- Kodlamaları yaparken boşluk kalmayacak şekilde ilgili kutucuğu iyi doldurun.
- Soru köklerini iyi okuyun. Soruları çözerken anahtar kelimelerin altını çizebilirsiniz ama tüm sorunun altını çizmeyin. Bu size zaman kaybettirir.
- Soruları çözerken tüm şıkları okuyun. Bazı şıklar çeldirici olabilir.
- 4 yanlış 1 doğruyu götürdüğü için hiçbir fikriniz yoksa soruyu cevaplamayın. İki şık arasında kalırsanız cevaplayabilirsiniz.
- Sınav süresini iyi kullanmak çok önemlidir. Son dakikaya kadar sürenizi değerlendirin.

SINAV TAKTİKLERİ

Sınav Bitimi ve Sonrası;

- Sınav evraklarınızı eksiksiz bir şekilde sınav görevlilerine teslim etmeyi unutmayın.
- Derin bir nefes alın ve artık rahat bir şekilde sınav salonundan çıkın. YKS geride kaldı.
- Sınavınız nasıl geçmiş olursa olsun moralinizi bozmayın. Sonuçları bekleyin ve sonuçlar açıklandıktan sonra duygularınızı yaşayın.



ZİHNİNİZ AÇIK, NETLERİNİZ BOL OLSUN :)

Dilek YILMAZ

Psikolojik Danışman/Rehber Öğretmen

ÇAĞLAYAN ADNAN MENDERES ANADOLU LİSESİ PDR SERVİSİ