



SINAVLARDA ZAMAN YÖNETİMİ



DARGEÇİT KIZ ANADOLU İMAM HATİP LİSESİ



PDR SERVİSİ



SİZDE DE BU ŞİKAYETLER VAR MI?



1. Soruyu okur okumaz bana doğru gelen ilk cevabı işaretleyip, diğer şıklara bakmıyorum.
2. Uzun soruları hiç okumuyorum, boşa zaman kaybı olarak görüyorum.
3. Çok telaşa kapılıyorum; yapamazsam, yetiştiremezsem, kazanamazsam gibi olumsuz düşüncelere dalıyorum.
4. Çözemediğim sorularla karşılaşınca, kendime olan güvenimi kaybedip sınavı bırakıyorum.
5. Bütün soruları çözdükten sonra cevapları toplu olarak optiğe geçiriyorum.
6. Sınav anında yaşamış olduğum heyecan ve stresten dolayı çok soru kaçırıyorum!
7. Çözemediğim sorularla inatlaşıp, zaman kaybediyorum.
8. Soruları yapamadıkça sınav bitiş anının bir an önce gelmesini ve sınavdan çıkmayı istiyorum.



- 
- 
- Stresin en büyük kaynağı sınava iyi hazırlanmamış olmaktır. Konuyu biliyorsanız; iyi hazırlandıysanız bilgiye dayalı bir stres yaşamamalısınız. Bu açıdan sınava iyi hazırlanmış olmak en önemli ilk düğmedir; bu düğme konsantrasyon düzeyidir; tıpkı bir 100 metre koşucusunun tüm enerjisini beyinde topladığı gibi sınava konsantre olmak...



- 
- 
- Sınava iyi hazırlanmış olmak demek yalnızca bilgi yüklenmek değil; aynı zamanda bilgilerimizi gelen her soruyu doğru bir şekilde cevaplamak amacıyla uygun bir şekilde kullanmaktır.



- 
- 
- Bilgili olabiliriz, ancak zamanı iyi yönetemezsek bu durumda soruların yarısına gelmeden süremizin azaldığını fark ederek paniklersek her şey berbat olabilir. Bu nedenle bilgi/zaman, soru/zaman oranlarını doğru ayarlamak gerekir.


- 
- 
- Okullarda yazılı olurken öğrencilerin sıklıkla sorduğu “Öğretmenim, istediğimiz sorudan başlayabilir miyiz?” sorusunu sormaya gerek yok, istediğiniz sorudan yanıtlamaya başlayabilirsiniz tabii ki. Burada istediğiniz soru hangisi olmalı peki? Evet, yanıtlamaya en iyi bildiğiniz dersten ve en kolay sorulardan başlayabilirsiniz. Unutmayın hayatta şöyle bir kural vardır: Evrensel sistemde basitten karmaşığa, kolaydan zora doğru diziliş vardır. İnsanların sosyal hayatındaki diziliş de böyledir. Sınavlarda da öyledir. Kolaydan zora doğru bir soru dizilişi vardır. Siz, kolaydan başlayın; zamanı tasarruf edersiniz. Zor olanlara daha çok zaman kalacaktır.



- 
- 
- Odaklanmak niyet etmekle olmaz; odaklanacağım diye kendinizi sıkarsanız, en duyulmayacak sesleri duymaya başlarsınız. Hatta daha çok bozulursunuz; odaklanmak (konsantre olmak) kendinize veya sınav ortamına değil, sorulara odaklanmakla olur.



- 
- 
- İlkemiz Őu: Basitten, kolaydan baŐlamak 3nemlidir. Kolayları, kolaylıkla 33zd33g3n3zde kendinize g3ven gelir; tabi kendinizi dağıtmazsanız; ikincisi kolaylarda zamanı iyi kullanmıŐ olursunuz. KarŐınıza gelen ilk zor soru sizi hemen bunalıma sokabilir; sakın olun! Ge3in b3yle soruyu, ilerleyin, sonra yeniden d3nersiniz bu soruya tamam mı? Sorularla sakın inatlaŐmayın! Hatta zor soruyu bir kenara bırakın; cevabından emin olmadığınız soruları da ge3in.


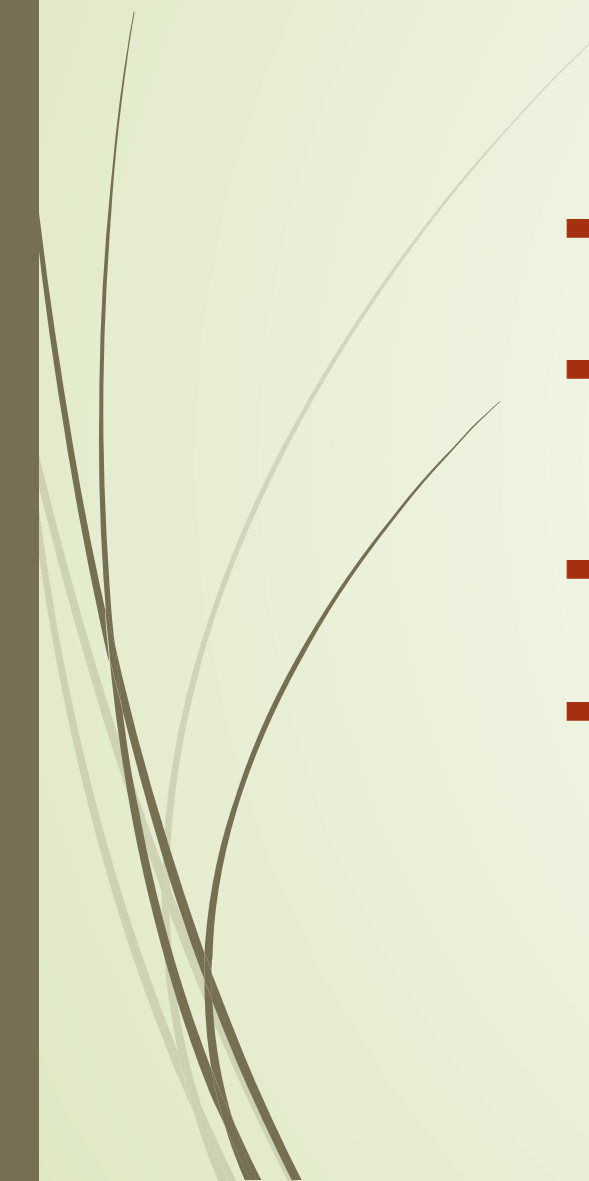
- 
- 
- Sınavları hazırlayanların kullandığı soru dağılım tabloları vardır. Bizim kolay-zor ikilisi arasına yığdığımız soruların karşılıkları Bilgi, Kavrama, Uygulama, Analiz, Sentez ve Değerlendirme düzeyi sorulardır. Bilgi, Kavrama ve Uygulama soruları alt düzey akademik becerileri ölçtüğünden bize daha kolay gelir. Oysa, Analiz Sentez ve Uygulama becerilerini ölçen sorular daha zordur. Bu ikinci grup sorular iyi öğrencileri birbirinden ayırmak için hazırlanır ve bize zor denilen sorular bu becerileri yansıtır. Soruların güçlük düzeyleri seçildikleri bu becerilere göreler.

- 
- 
- Soru kökünü hızlı ve doğru anlayın. Öncüllü sorularda önce soru kökünü okuyun; sonra öncülleri okuyun. Daha sonra seçenekleri okuyun. Özellikle sözel sorularda, Türkçe, Edebiyat, Tarih ve Coğrafya gibi derslere ait sorularda bu tip sorular sıkça kullanılır.

- 
- Zamanı iyi yönetmek için turlama tekniğini kullanın. Ne demek? Yukarıda kısmen sözünü ettiğimiz tekniktir. Cevabını kolayca verebileceğimiz soruların öncelikli olarak çözümlenerek, zaman alıcı ve zor soruların ikinci tura bırakılmasına turlama tekniği denmektedir.
 - Bir öğrenci deneme sınavlarında hangi sorunun kendisine vakit kaybettireceğini ya da hangi soru tarzlarını kolayca çözebileceğini deneme yanılma yoluyla önceden öğrenmelidir. Bir soruyu okudunuz, hakkında fikir sahibi değilseniz ilk turda o soruyla vakit kaybetmeden hemen geçmelisiniz.
 - Yapmadan geçtiğiniz her soruya bir işaret koyun. Hatta bazen çok kolay gelen bir soruyu bile panik nedeniyle atladığınızı fark edeceksiniz. Olsun; yanlış işaretlemektense atlamak daha doğru.
 - Eğer ikinci turda kolay yapabileceğinizi düşünüyorsanız buna uygun bir işaret koyun. Sorunun çok zor olduğunu ve yapamayacağınızı düşünüyorsanız başka bir işaret belirleyin. Böylece ikinci turda öncelikli çözeceğiniz soruları belirlemiş olursunuz. Bu da size zaman kazandırır.

- 
- 
- Şunu unutmayın; iyi hazırlanmış bir öğrenciyse, sizin zorlandığınız soruda emin olun sizin gibi binlerce aday da zorlanıyordur. Bu sebeple «yapamıyorum, çok fazla boşum var» gibi düşüncelerden arınarak mümkün olduğunca olumlu düşüncelerle hareket etmeliyiz.

- 
- 
- Sınav esnasında yorulduğunuzda kendinize biraz zaman ayırabilirsiniz. Nasıl mı? Başınızı iki elinizin arasına koyup alınıza masaj yapabilirsiniz. Bacaklarınızı gerginleştirip uzatıp tekrar toplayabilirsiniz. Elinizi yumruk yapmak-açmak-kapamak tarzından kan dolaşımını hızlandırıcı hareketler odaklanmanıza yardım eder. Vakit kaybı diye düşünmeyin. Zihin bir süre dinlendikten sonra daha sağlıklı bir sınav süreci geçirirsiniz.

- 
- 
- Soruları okurken her şeyin altını çizme, bu sana zaman kaybettirir. Sadece soru kökü ya da önemli olan yerleri çiz.
 - Her çözdüğün sorudan sonra cevabı optiğine işaretle; bu sana bir ölçüde dinlenme süresi verecek, zihnini başka bir soruya geçmek için hazırlık yapacak.
 - Soruları okurken dudak kıpırdatarak okumak, hızını kesecektir. Bu yüzden yapma!
 - Hızını belirli aralıklarda kontrol etmelisin. Bunu yaparken her dersin testi için süre planlayabilir ve bu süreye uyup uymadığını çözdüğün testin yarısında kontrol edebilirsin.



KİŞİSEL STRATEJİLER



KAYNAK

- <https://edutopya.com.tr/edublog/sinavda-zaman-yonetimi-ve-turlama-teknigi>
- <https://www.egitimkocu.com.tr/sinavlarda-zaman-yonetimi>
- <https://www.kisiselgelisim.com/sinavda-zaman-yonetimi-icin-10-altin-kural/>