

### *Sınava Bir Hafta Kala Şunlara Dikkat Ediyoruz*

- ✓ Artık yeni bir konu çalışmaya gerek yok. Var olan önceki çalıştığın konuları pekiştirmen daha güzel olur. Çünkü bir haftada yeni konu öğrenip pekiştirmek zor olacaktır.
- ✓ 2 ya da 3 günde bir denemeye girmek senin için faydalı olacaktır. Ancak denemeden sonra mutlaka eksikliklerinin üzerinde durman gerekir.
- ✓ Bu hafta yorucu etkinliklerden ve filmlerden, arkadaşlarıyla konuşacağın korkulu sohbetlerden uzak durmalısın.
- ✓ İmkanın doğrultusunda sevdiğin mekanlara gidebilirsin. Tabi aşırı maceracı davranıp oralarda kaybolma 😊
- ✓ Beynini tembelleştireceği için televizyondan uzak dursan iyi olur.
- ✓ Beslenirken aşırı yağlı, tuzlu ve şekerli gıdalardan uzak dur. Bedenini fazla yorma.
- ✓ Sınava gireceğin yeri mutlaka ziyaret et ve kendi sıranda otur. Hatta mümkünse sıranda oturup biraz soru çözmelisin.

### *Sınava Bir Gün Kala Neler Yapacağız*

- ✓ Kendini ve bedenini fazla yorma. Gece uykusuz kalma ihtimaline karşın öğlen 1 saati geçmeyecek bir uyku alabilirsin. Ama süreyi uzatma bu sefer gece uyuyamazsın 😊
- ✓ Akşam sevdiğin kişilerle sohbet et.
- ✓ Yatmadan önce sınav giriş belgeni ve nüfus cüzdanını önceden hazırla
- ✓ Yatmadan önce ya da sabah kahvaltısında alışık olmadığın şeyleri içme. Özellikle zihin açsın diye hazırlanmış karışımları denemeyin. Mideniz bozulup ta sınav anında önünüzdeki kişinin üzerine kusmak istemezsiniz 😊
- ✓ Uyuyacağımız zaman çıkabilecek sorunlar yerine kazanmak istediğin üniversiteyi düşünerek olumlu hayaller kur.
- ✓ Sorular geçmiş senelerde olduğu gibi bu sene de dünyalılar tarafından hazırlanacak. Hem de ülkemizdeki hocalar hazırlayacak. Bunun yanında senin soru çözdüğün kaynaklar esas alınarak hazırlanacak. Bu sene uzaydan garip gureba sorular gelmeyecek. Rahat olabilirsin 😊

### *Sınav Sabahı Dikkat Edeceğimiz Noktalar*

- ✓ Sabah kahvaltı yapıp yarım saat öncesinde sınav binasının önünde olacak şekilde planını yapmalısın.
- ✓ Hafif bir kahvaltı yapman gerekiyor.
- ✓ Kahvaltıdan sonra alacaklarını tekrar kontrol et. Üzerine rahat giysiler giyin. Üzerinde metal eşyalar bulunmamalı, tel toka, yüzük, saat, takı, madeni para yanında olmasın. Su şişesi yanına alacaksan reklam kısmının olmamasına dikkat et. Çok süslenip de kendini daraltacak kıyafetler giyme. Aşırı kalın giysilerden de uzak dur. Moda defilesine gitmiyorsun 😊
- ✓ Sınava girmeden önce mutlaka lavaboya gidip ihtiyaçlarını gör, sınav anında çıkamayacaksın. Sınavdan çıksan bile sınav salonuna geri giriş yapamazsın.
- ✓ Sıranı ayarla. Bu esnada tüm bildiklerini unutmuş gibi hissedebilirsin, takma. Bilgilerin hepsi yerinde duruyor çünkü.
- ✓ Ellerini gözlerinin üzerine kapat ve loş ışığa bak. Bu sayede gözlerin dinlenecek ve daha da sakinleşeceksin.
- ✓ 10 defa derin nefes alıp ver. Nefesi burnundan al, içinde bir müddet tut. Sonrada ağzından yavaş bir şekilde bırak. Nefes egzersizini bu şekilde yaparsan kesinlikle daha sakin olursun.
- ✓ Zihninde sınavı önceden yaşa. Gözlerini kapatıp sınav kitapçığının dağıtıldığını, hemen kitapçık türünü kodladığını, soruları rahatlıkla çözebildiğini, seni uğraştıran sorulara “bekle beni, daha sonra dönüp seninle ilgileneceğim; ama elimden kurtulamazsın” diyerek ileriki zamana ertelediğini, kodlamaları dikkatle yaptığını ve sınavı başarı ile bitirdiğini hayal et. Kazandığını İhtar hocanın seni arayıp haber verdiğini gör. 😊

### *Kitapçık Dağıtıldıktan Sonra Yapılacaklar*

- ✓ İlk önce kitapçığında eksik sayfalar olup olmadığını kontrol edeceksin.
- ✓ Kitapçık türünü optik forma kodlayacağını zaten biliyorsun.

- ✓ Optik forma cevaplarını hemen işaretle, İşaretlemeyi sona bırakma, Kaydırma yapma !!
- ✓ Sınava en sevdiğin, yapabildiğin alandan başlaman gerek.
- ✓ İlk önce “kek “ soruları yap. Bu soruları yaptıkça kendine güvenin gelecek bu güvenle birlikte önüne gelen soruları devireceksin.
- ✓ İki seçenek arasında kaldığın soruları daha sonraya ertele. Sonra baktığında yine iki seçenekte kalırsan aklına ilk gelen seçeneği işaretle ve sonra değiştirme. Sınav sonrasında ah vah yapma.
- ✓ Sınav esnasında denemede takip ettiğin sıralamayı takip et.”Bir de şunu deneyeyim “ diye maceraya atılma !
- ✓ Soruların hepsini işaretlemek zorunda değilsin. 4 yanlış 1 doğruyu götürdüğünü unutma. Emin olmadığın soruları işaretleme ki netlerin düşmesin. Doğrularınla mutluyuz ☺
- ✓ Bölümler arasında geçiş yaparken 7 – 8 saniye gözlerini kapat ve sakinleş “ Şimdi şu alana geçiyorum,bu alanda beni şu tarz sorular bekliyor.Denemelerde maksimum şu kadar net çıkardım. Dikkatli olursam bu netin üzerine çıkabilirim. Hadi aslanım görevim seni” gibi bir şartlanma ve motivasyondan sonra bomba gibi yeni bölüme geçebilirsin.
- ✓ Bölümler bittikten sonra saate bak. Dakika başı saati kontrol etmene gerek yok ☺
- ✓ Kendi alanınla ilgili tüm sorulara bak. Hiç ummadığın sorudan puan çıkarabilirsin.
- ✓ Tüm şıkları okumadan artistlik yapıp “Doğru cevap şu “ diye karar verme.
- ✓ Sınav bitimine az kala kodlamalarını kontrol et.
- ✓ Sınav bitmeden erkenden sınavdan çıkma. Son dakikaya kadar bekle.
- ✓ Ve sevinçle optik formunu ve kitapçığını görevliye teslim et.

**ARNAVUTKÖY**  
**REHBERLİK VE ARAŞTIRMA MERKEZİ**



# SINAV ÖNCESİ TAKTİKLER



**ARNAVUTKÖY**  
**REHBERLİK VE ARAŞTIRMA MERKEZİ**

