

# SINAVLARA HAZIRLANMA VE SINAV STRATEJİLERİ

## İÇİNDEKİLER

Ders Çalışma Planı Hazırlama.....	2
Sözel Ders Çalışma Yöntemleri.....	4
Sayısal Ders Çalışma Yöntemleri.....	9
Sınav Türlerini Tanıma ve Hazırlanma.....	17
Soru Çözme Teknikleri.....	28
Sınav Kaygısıyla Baş Etme.....	29
Sınav Sürecinde Ailenin Rolü.....	31
Sınav Öncesi ve Esnasında Yapılacaklar.....	33

## ÇALIŞMA PLANI HAZIRLANMASI

### Ders Çalışma Planı Yapmanın Yolları

1. Ders çalışmaya başlamadan önce ilk yapmanız gereken şey; **“Ben neden ders çalışmalıyım?” “Neden okulda başarılı olmalıyım?”** sorularına cevap bulmak olmalıdır. Yani kendinize **bir amaç, bir hedef** belirlemelisiniz.
2. **Kendinizi tanımaya çalışın**, çünkü kendinizi ders çalışma alışkanlıkları ve öğrenme açısından ne kadar iyi tanırsanız çalışma düzeninizi buna göre en iyi şekilde planlayabilirsiniz.
3. Çalışma planı hazırlarken hangi dersin hangi saatte çalışılacağı kararlaştırılmalıdır. Zor olan veya öğrenirken zorlanılan dersler için verimli çalışma saatleri ayrılmalıdır. **Verimli çalışma saatleri, zihnin uyanık olduğu, konsantrasyonun en yüksek seviyede olduğu saatlerdir.** Her öğrencinin verimli çalışma saatleri farklı olabilir. Öğrenci eğer verimli çalışma saatini bilmiyorsa kendini izleyerek bunu tespit edebilir.
4. Çalışma planında **her ders için bir çalışma zamanı ayrılmalıdır.** Çalışma zamanının standardı yoktur. Her öğrenci, ön bilgisine, dersi anlamamış olmasına vb. birçok kritik durumu dikkate alarak hangi derse ne kadar zaman ayırması gerektiğini planlamalıdır.
5. Çalışma planında, **çalışma süreleri mümkün olduğunca aynı saatler olmalıdır.** Böylece o saatte çalışma alışkanlığı kazanmış olursunuz.
6. **Çalışma planında yer alan dersler, okulda veya dershanedeki ders programına uygun olmalıdır.** Örneğin, Pazartesi günü sabah saat 8:00-10:00 arası, okulda matematik dersi varsa çalışma planında Pazartesi öğleden sonraya matematik dersi konmalıdır.
7. Bilindiği gibi **tekrar** verimli çalışmanın vazgeçilmez bir parçasıdır. Yine bildiğiniz gibi tekrar sürekli değil, aralıklı yapıldığı takdirde daha verimli olur. Burada tekrarın çalışma prensibinden çıkan sonuç şudur: **“Öğrenme aralıklı yapılmalıdır.”** Bu nedenle çalışma planı hazırlarken dinlenme aralarına da yer verilmelidir. Ancak bu aralar çok uzun olmamalıdır. Uzun aralarda tekrar derse dönmek zor olabilir. İdeal ders çalışma şöyle olmalıdır. **40 dakika ders çalışma, 5 dakika tekrar, 10 dakika dinlenme,** daha sonra diğer saatin çalışmasına geçilir, bu şekilde ders çalışmaya devam edilir. Ancak özellikle **sayısal derslerde eğer problem çözülmesi gerekiyorsa çözülmeyen ara verilmemelidir.**
8. Yapı ve işleyiş bakımından **birbirine benzeyen iki ders üst üste çalışılmamalıdır.** Örneğin fizik ve kimya dersleri üst üste çalışılmamalı. Eğer bu tür dersler üst üste çalışılırsa bilgilerin birbirine karışması durumu meydana gelebilir. Bu derslere fizik, tarih, kimya şeklinde çalışma planında yer verilmelidir.
9. Çalışma planında hep derse yer vermek zorunda değilsiniz. Arkadaşınıza, ailenize, sinemaya vb. birçok **sosyal etkinliğe de çalışma planınızda yer verin.** Bu ders dışı faaliyetleri planınıza mutlaka saati saatine yazın.

## HAFTALIK DERS ÇALIŞMA PROGRAMI

Ad :

Soyad:

Tarih:...../...../.....

Zaman	Yapılacak İşler	Pazartesi	Salı	Çarşamba	Perşembe	Cuma	Cumartesi	Pazar

## **SÖZEL DERS ÇALIŞMA YÖNTEMLERİ**

### **TÜRKÇE DERSİNE NASIL ÇALIŞILIR?**

Türkçe dersi kişinin anlama ve yorumlama gücünü geliştirdiği için bu derste başarılı olmak tüm derslerdeki başarıyı olumlu yönde etkilemektedir.

Türkçe dersini dinlerken, öğretmenin uyarılarını dikkate almalı önemli yerleri işaretlemeli anlatılanların benzerliklerini ve zıtlıklarını karşılaştırabilme çalışmaları yapılmalıdır.

Türkçe dersinde konular işlenirken yakından uzağa basitten karmaşığa ve bilinenden bilinmeyene giden bir yöntem izlenir.

Türkçe konuları birbirinden bağımsız değildir. Bu nedenle bütün konuları ilgi ile takip etmelidir. Türkçe dersine çalışma şeklini soruların niteliğini göz önüne alarak belirlemek gerekir.

Her derste olduğu gibi Türkçe dersinde de bilgi çok önemlidir. Öncelikle konuyu bilmek ve iyice kavramak gerekir. Özellikle dil bilgisi konuları iyice öğrenildikten sonra sorular çözülmelidir. Bu nedenle konuları yeterli düzeyde öğrenmeden soru çözmek bir faydası yoktur. Bir dergi izleyerek kitap takip ederek ve bir program dâhilinde konuların tamamının öğrenilmesi gerekir.

Yorum gerektiren sözcük ve cümle anlamı, paragraf bilgisi konularında bilgi esastır, ancak bununla birlikte bol soru çözmek gereklidir. Özellikle paragraf bilgisi konusunda çıkmış önceki yıllara ait üniversiteye giriş sorularını çözmek büyük önem kazanmaktadır.

Edebiyat soruları da bilgi esaslı olup öncelikle konuyu çalışmakla alakalı olacaktır. Burada ezber yapmaktan öte, biraz şair, yazar ve türlerle alakalı okumalar yapmanın da faydası olacaktır. Kısa özetler okumak, biyografiler okumak, dönemlerin tarihsel özelliklerini irdelemek daha iyi bir şekilde kavramayı sağlayacaktır.

Çok kitap okuma Türkçe ve edebiyatta metinleri daha kolay algılamayı bunun yanı sıra yorum kabiliyetinin gelişimini sağlar. Geceleri yatmadan önce okunacak roman bir öykü ya da gezi yazısı hem okuyanı dinlendirir hem de okuduğunu anlamada yararlı olur.

Geceleri yatmadan önce okunacak bir roman bir öykü ya da gezi yazısı anı türündekieserle hem kişiyi dinlendirir ham da okumayı sevdirir.

Her öğrencinin anlama ve bilgi düzeyi farklı olabilir. Burada önemli olan doğru çalışma yöntemini belirlemektir. Bu bağlamda öğrencilerin önce konuyu ayrıntılarıyla öğrenmeleri, sonra o konuyla ilgili soruları çözmeleri gerekir.

## **YABANCI DİL DERSLERİ NASIL ÇALIŞILIR?**

Yabancı dilde iki çeşit soru tipi olduğu görülmektedir. Bunlardan birincisi dilbilgisi ve kelime bilgisi sorularıdır. Bu soruları cevaplayabilmek için dilbilgisi kuralları ile bol miktarda kelimenin bilinmesi gerekir. İkinci tipteki sorular ise anlama ve anladığını yorumlamaya yönelik sorulardır. Bu soruları cevaplayabilmek için de bol miktarda kitap okumak gerekmektedir.

Çalıştığınız konuda bilmediğiniz tüm sözcük ve deyimlerin anlamlarını, o konuya ayırdığınız zaman dilimi içinde öğrenin. Biriktirmeyin. Öğrendiklerinizi kullanın.

Çok okuyun, okumak için sizin seviyenize uygun kitaplar seçin.

Kelime ve dilbilgisi çalışmasını bütün bir yıla yayın.

Özellikle sınava 3 ay kala bol miktarda test sorusuyla öğrendiklerinizi pekiştirin.

### **Yabancı dil soruları nasıl çözülür?**

Önce soru kökünü okuyun. Sorunun sizden ne istediğini dikkatlice okuyarak anlamaya çalışın.

Paragraf sorularını dikkatlice okuyunuz ve unutmayınız ki bu tip sorularda cevap paragrafın içindedir.

Sözcük – anlamı sorularını cevaplarken sözcüğün cümle içindeki anlamını göz önünde bulundurunuz.

Şıklara geçmeden önce cümleyi çok iyi anladığınızdan emin olun.

Cümle – anlam sorularında cümlenin anlamını kavramaya çalışınız. Kendi yorumunuza göre değil cümlenin verdiği anlama göre soruyu cevaplayınız.

## **COĞRAFYA DERSİNE NASIL ÇALIŞMALIYIZ?**

Coğrafya dersini çalışırken diğer sözel dersler de var olan teknikler mutlaka kullanılmalı, bu dersi sınav müfredatlarında olduğu için değil de, genel kültürümüzün de bir parçası olduğu düşüncesiyle çalışmalı ve öğrenmeliyiz.

Coğrafya dersi ile ilgili tanım ve kavramları öğrenmek müfredat boyunca anlatılacak konuları anlamak için gerekli ön koşuldur, bu yüzden coğrafya dersinin mini sözlüğünü iyice kavramak gerekmektedir. Örneğin iklimin tanımını bilmeden, hava durumu ile arasındaki farkı kolay kolay ayırt edemezsiniz.

Tanım ve kavramlar öğrendikten sonra, konu içinde anlatılan kurallar üzerinde yoğunlaşmalı ve bu kuralların hangi durumlarda geçerli olduğunun da mutlaka kavranılması gerekir.

Konuların daha iyi ve kalıcı öğrenilmesi için atlaslardan, şekillerden, fotoğraflardan ve resimlerden mutlaka yararlanılmalı, bilgiler görsel ve işitsel olarak ta pekiştirilmeli.

Anlaşılan birikimlerin gelecek olan başka sorulara uygulanabilmesi ve uyarlanabilmesi için, o bilgilerin dünyamızın şekliyle, eğimiyle, güneş ışıklarının açısıyla, yeryüzünün yapısıyla ve bakısıyla vb. diğer bilgilerle hep birlikte yorumlanması kapsayıcı bir bakış açısının kazanılması gerekmektedir. Bu bilgilerin yanında aşağıdaki hususlara da dikkat edilmeli.

- Konularla günlük yaşantı arasında ilişkiler kurmalısınız.
- Gözlemlerinizi bilgilerinizle doğrulayacak şekilde canlı ve taze tutmalısınız
- Kitaplarda yer alan görsel malzemelerden (*resim, atlas, grafik, tablo...*) yararlanarak konuları gözünüzüz de canlandırmanızdır.
- Yanlış yapılan sorular üzerinde durarak, sorunun doğru cevabını ve doğru cevabın sebebini mutlaka öğrenmelisiniz. Bunu yapmak ileride size zaman, güven ve dinamizm kazandıracığı için, hata payınızı en aza indirerek sizin için önemli bir yatırım olacaktır.
- Önceki yıllarda çıkmış olan ve konularında örnek olarak kabul edilen soruların mantığını çok iyi kavranmak size bu konuda ve sınavda çıkabilecek sorular hakkında da sağlam bir öngörü kazandıracaktır.
- Düzenli bir şekilde, yazarak ve not alarak çalışılmalı.
- Sözel dersler için gereken sık konu tekrarı ihmâl edilmemeli.
- Konular, notlar, özetler kavranıncaya kadar okunmalı ve kendi kendimize sesli olarak anlatılmalı.
- Konu anlatımlı kitapları okurken sanki bir belgesel izliyormuş gibi hareket edilmeli.
- Anlamakta zorluk çekilen konular farklı bir kaynaktan okunmalı ve çalışılmalı.
- Ders içindeki etkinliklere katılmaya çalışılmalı (*yorum yapmak, harita incelemek, test çözmek*)
- Tekrar aşamasında, ilgili test soruları 2. veya 3. kez olsa da pekiştireç olacak şekilde yeniden çözülmeli.
- Zaman iyi planlanılmalı.
- Okuma alışkanlığını biraz da olsa bu derse yöneltmek gibi önemli ve kalıcı davranış değişiklikleri adeta kişisel bir anayasa olarak benimsenmeye çalışılmalı.

## **TARİH DERSİNE NASIL ÇALIŞMALIYIZ**

Tarih, geçmişteki önemli olayları sebep-sonuç ilişkisi içerisinde inceleyerek o günün koşulları içerisinde değerlendirir, bununla birlikte yaptığı çıkarımlarla güncel olayları inceleyen diğer bilim dallarına da yol gösterir ve ortaya koyduğu çıkarımlarla günümüz bilim dallarına ışık tutar.

### **Pekâlâ, Tarih Dersine Nasıl Çalışmalıyız?**

- Bütün sözel derslerde olduğu gibi Tarih dersine de, derste işlenecek konular dersten önce okunup, bir ön-hazırlık yaparak gelinmelidir.
- Öğrenci ders esnasında öğretmenle göz temasını devamlı tutarak, öğretmenin ses ve mimikleriyle uyum içerisinde aktif bir şekilde öğretmenini dinlemeli ve ara ara derse katılmalıdır.
- Öğretmenin ders esnasında üzerinde durduğu konunun kavramları ve terimleri, öğretmenin vurgusu dikkate alınarak dikkatle not edilmeli, birbirine yakın pratik bilgiler; özetleyici notlar, önemli ipuçları olarak dikkatlice not edilmelidir.
- Konu işleniş düzeni içerisinde tüm önemli aşamalar daha sonra genel tekrarlar yapılabilecek şekilde özet çıkarılmalıdır.
- “*Konu Anlatımlı Kitap*” üzerinden konular kendimize uygun bir ses tonuyla düzenli olarak okunmalıdır.
- Bireysel konu çalışmalarının hemen ardından taze bilgi ile konu testleri çözülmeli ve bilgileri pekiştirilmeli.
- Çözemediğimiz sorular, ders öğretmeni, etüt öğretmeni veya çalışma grubu arkadaşlarımızla ele alınmalı ve farklı perspektifler kazanılmalı.
- Sorular karşısındaki zayıflıklarımızı aşmak ve güçlenmek için soru bankalarındaki soruları çözümlenerek bu konudaki güçlüğüümüzü yenebiliriz ve zor soru kalıplarıyla daha rahat baş edebiliriz.
- Tarih dersi çalışılırken tek bir kaynağa bağlı kalmadan, geniş bir kaynak yelpazesinden faydalanılmalıdır.
- Çözdüğünüz sorularda doğruların yanında yanlışları da ele alarak sizi yanlış düşünmeye sevk eden algı ve bilgilerinize de dikkat edin.
- Unutmayın! Tarih dersinin her bir sorusunda, ya dört yanlı ve bir doğruyu bulmanız veyahut ta tam tersi, dört doğruyu ve bir yanlı bulmanız istenmektedir. Bu nedenle sadece “Doğru Bilgi Odaklı” değil, “Yanlı Bilgi Odaklı” çalışmayı da bir beceri hâline getirmelisiniz. Unutmayın!. Yanlılarınızı ve sizi yanlıya götüren dağarınızı fark ettiğiniz oranda, doğrularınızı da fark ederek ve de kendinizden emin olarak seçebilirsiniz.
- Özetle, Tarih dersine mutlaka hazırlıklı gelinmeli; mümkünse evdeyken dersle ilgi ön okumalar yapılmalı ve ders çok ama çok iyi ve dinç bir şekilde dinlenmelidir. Konularla ilgili popüler, özgün başka kitaplar da okunmalıdır. Bu okuma etkinlikleri asla bir gereksiz bir çaba ve zaman kaybı olarak görülmemelidir. Unutmayınız ki bu tür okumalar, hem Türkçe dersinize, hem okuma hızınıza ve kavrama tekniğinize, hem de entelektüel beceri ve kimliğinize çok önemli katkılar sağlayacaktır.

## **FELSEFE DERSİNE NASIL ÇALIŞILIR**

Felsefe dersi konu açısından ikiye ayrılmaktadır:

- a) Felsefe Tarihi
- b) Sistematik Felsefe

Felsefe dersi sizin düşünme yetinizi ve yorum gücünüzü geliştirir. Önyargılarınızdan sıyrılma ve hoşgörülü olma konusunda sizi geliştirmenin yanı sıra; sorgulama, eleştirel düşünme, değerlendirme, olayları anlama yeteneğini sizlere kazandırır.

## **FELSEFE DERSİNDE SORULAN SORULARIN NİTELİKLERİ**

Paragraf şeklinde sorulmakta olan bu soruları rahatça çözebilmek için okuma ve anlama ile alakalı sorunlarınızı halletmelisiniz. Öncelikle soruyu çözmek için soruyu iyice kavramanız gerekmektedir. Anlamını bilmediğimiz kelimeleri öğrenmeliyiz. Sorular çözüldükten sonra paragraftan önce soruda sorulanı iyice anlamanız gerekmektedir. Felsefe sorusu çözmek sizin sözel ifadelerinizi güçlendirir, yorum gücünüzü artırır, mantıklı ve sistemli düşünmenizi sağlamaktadır.

## **FELSEFE DERSİNE NASIL ÇALIŞILIR?**

### **A) Ders anında**

Konuyu anlamak ve dersin içeriğini zenginleştirmek adına derse katılmak faydalı olacaktır. Derse hazırlıklı gelmeniz ve dersi takip etmeniz derse olan motivasyonunuzu arttıracaktır. Ezberlemek felsefe için yeterli değildir bunun yerine yorum yapıp soru çözeniz gerekmektedir. Bu yüzden derste anlatılanlara yönelik düşünmenize yarayan faaliyetleri yönelmeniz iyi olacaktır.

### **B) Bireysel Çalışırken**

Ders soruları paragraflardan meydana geldiği için iyi bir okuyucu çok rahat edecektir. Gerekli okuma altyapısı için de kaynak kitaplar, ders notları sizlere yardımcı olacaktır.



## **FELSEFE DERSİ NASIL ÇALIŞILMALIDIR?**

Felsefe soruları birinci bölümde çıkan daha çok yorum soruları ve ikinci bölümde çıkan daha çok bilgi sorularını ele alarak başlamak daha doğru olur. Felsefe, psikoloji, sosyoloji ve mantık başlıkları altında değerlendirdiğimizde bilgi ve yorum olarak ayırabiliriz. Felsefe grubunun hepsi branşların özelliklerine göre değerlendirilmelidir.

Felsefeden çıkan sorular yorum ağırlıklı bilgi içeriklidir. Psikoloji soruları daha çok bilgi ve yorumdur. Sosyoloji sorularında da bilgi öndedir. Mantık sorusunu cevaplama alanında olan arkadaşlarımız bilmelidir ki mantık bilgi demektir, bilmeden yapılması oldukça güçtür. Burada bu dersi dinledikleri öğretmenlerimizi çok iyi takip etmelidirler.

## **SAYISAL DERS ÇALIŞMA YÖNTEMLERİ**

### **MATEMATİK DERSİNE NASIL ÇALIŞILIR?**

#### **MATEMATİK DERSİNİN İÇERİĞİ**

Matematik şekil, sayı ve çoklukların yapılarını, özelliklerini ve aralarındaki bağıntıları, düşünce yoluyla inceleyen bir bilimdir. Matematik öğreniminde temel amaç insanlarda doğuştan var olan düşünebilme kabiliyetini geliştirmektir. Matematik, karşılaştığımız olayları ve problemleri inceleyen, araştırma ve karşılaştırma yaparak her konuda mantıklı düşünmeyi ve doğruyu bulmamızı sağlayan bir bilim dalıdır.

#### **MATEMATİK DERSİNE AİT SORULARIN ÖZELLİKLERİ**

Matematik soruları sayılar yardımıyla problem çözebilme, matematiksel ilişkilerden yararlanabilme ve düşünme yeteneğini geliştirme niteliklerine sahiptir. Öğrenci sorunun ne anlama geldiğini kavramak için dikkatli bir şekilde gerekirse altını çizerek soruyu okumalı, önce çok iyi anlamalı ve çözümü yaparken işlem hatası yapmamalıdır. İşlemin bitiminde mutlaka çözüm kontrol edilmelidir. Matematiğe ait bazı sorular eleme veya şıkları kullanma yoluyla da çözülebilmektedir.

Matematik dersinde bir konuyla ilgili çok farklı soru sorulabilir. Aynı şekilde bir sorunun çok farklı çözüm yolları olabilir. YGS ve LYS' de sorulardaki yanlış yapma ihtimalini en aza indirmek için konularla ilgili mümkün olduğunca fazla ve farklı tarzda sorular çözmek gerekir. Matematikte sorulardaki hiçbir veri gereksiz değildir. Her veri sorunun çözümünde bir ayrıntıdır. Sorularda her ayrıntıya dikkat etmek

gerekir. Bir yöntem olarak da çalıştığınız konunun kural ve formüllerini küçük kartlara yazarak yanınızda taşıyabilir, zaman zaman bakabilirsiniz. Hatta arkadaşlarınızla kartları kullanarak kendinize bir oyun bile geliştirebilirsiniz. Bir konuyu iyice kavramadan diğer konuya geçmemeye çalışın. Bol bol soru çözün çözemedikleriniz için yardım almayı deneyin. Soruyu çözmeye başlamadan önce, soruyu çözemeyeceğinize değil çözebileceğinize odaklanın. "Einstein: çözmek için bir soru verilse, çözümü içinde 5dk verilse ben 4dk mı soruyu anlamaya, 1 dk mı çözmeye harcarım demiş". Soruyu çözmeye başlamadan önce onu anlamalısınız bunun için size neler verilmiş sizden neler isteniyor onu anlayın sonra uygun strateji ile soruyu çözmeye başlayın. Nereden başlayacağınızı bilemiyorsanız genelde çözüme dair bir şeyler yazmaya çalışın. Bu size, çözüme götürecek bir yol bulmanızı sağlayabilir. Öğrenmenin ilk adımı kişinin bilmediğini fark etmesidir. Öyleyse öncelikli olarak matematik dersi bakımından kendinizin hangi durumda olduğunu belirlemelisiniz.

## **MATEMATİK DERSİNE ÇALIŞMA**

### **A) Derste**

Derslere mutlaka ön hazırlık yapmış olarak gelmek gerekir. Derslerde öğretmenin konu anlatımı ve verdiği örnekler dikkatle izlenmeli, anlaşılmayan ve eksik kalan noktalar hemen sorulmalıdır. Öğretmenin soru çözmeye kullandığı kısa yollar birimler, formüller ezberlenmek yerine sebep-sonuç ilişkisi kurarak öğrenilmelidir.

### **B) Bireysel Çalışmalarda**

Matematik dersindeki konular derste iyi öğrenilmiş olsa bile, düzenli test çözülmezse çok çabuk unutulur. Bu derste başarılı olabilmek için ön yargısız, sabırlı ve programlı olmak şarttır. Konuları günü güne çalışmak zorunludur. Bu çalışmalarda çözülemeyen soruların vakit kaybetmeden doğru çözümleri öğrenilmelidir. Mümkün olduğunca çalışmalar çok sayıda ve farklı tarzda sorular ile zenginleştirilmelidir.

Önceki yıllarda çıkmış sorular konularına ayrılarak çözülmeli ve kesinlikle işlemediğiniz ve iyice çalışmadığınız konulardan soru çözülmeye çalışılmamalıdır.

Bazen ayda bir bazen haftada veya on beş günde bir geriye dönük ara ara tekrarlar yapılmalı ve sonuçları daha iyi hale getirmek için bolca tekrar soru çözülmelidir.

Son olarak sınava girmeden önce ders notlarınızı inceleyin Öğretmeninizin üzerinde durduğu noktaları gözden geçirin Sınıfta çözdüğünüz ve kitapta verilmiş olan soruları tekrar çözün. Size anlatılmayan hiç bir şey sınavda karşınıza çıkmayacaktır.

**Matematikte ilgili problemleri olanları birkaç sınıfta değerlendirmek mümkündür:**

**a) Konuları anlayamıyorum, işlem hataları yapıyorum.**

Matematiğin temel kavramlarını bilemeyen öğrencilerin matematikte konuları iyi öğrenmeleri ve yeni konu öğrenmeleri oldukça zordur. Matematikçilere bu konulara nedir diye sorduğunuzda karşınıza çıkacak cevaplar aşağıdaki gibidir. Rasyonel sayılar ve işlemler, üslü ve köklü sayılar, çarpanlara ayırma ve özdeşlikler.

**b) İyi işlem yeteneğim var, fakat konu eksiklerim var.**

İyi işlem yeteneği olan öğrencilerimiz şunu bilmelidirler. Bu yetenekleriyle rahatlıkla yeni konu öğrenebilirler konulara korkmadan çekinmeden yaklaşmalı ve anlamaya çalışmalıdırlar. Önce hiç bilmediğiniz konulardan başlamak yerine, az bildiğiniz konuları biliyor hale gelmek daha iyi olacaktır. Sonuç olarak diyebiliriz ki önce eksiklerimizi giderelim sonra yeni konuları öğrenmeye çalışalım.

**c) Konuları iyi biliyorum fakat işlem hatalarım çok.**

Konuları biliyor olmanız matematiğe karşı bir yeteneğinizin var olduğunu gösterir. İşlem hatalarını gidermenin en güzel çözümü bolca soru çözmektir. Ne kadar farklı kaynaktan soru çözerseniz o kadar çok soru çeşidi görmüş olursunuz ve artık daha az işlem hatası yaparsınız.

**d) İşlem ve konularla alakalı problemim yok ancak çok yanlışım çıkıyor.**

Soru çözmekte acele etmeyin soruyu çözmeye başlamadan önce mutlaka anlamaya çalışın ve soru çözerken dikkatinizi toplamaya çalışın ve soru çözme işini önemseyin. Nasıl olsa yaparım diye bakmayın. Dağınık çalışma yerine daha disiplinli bir çalışma sistemi belirleyin ve mutlaka ona uymaya çalışın.

## **e) Matematiğim iyi ve geliştirmek istiyorum.**

Daha fazla matematiğinizi geliştirmenin yolu farklı kaynakları taramaktır ve branş öğretmenlerinden matematik adına kendinizi geliştirmek için tavsiye alınız. Belki TÜBİTAK sorularına bakabilirsiniz.

Matematik dersine karşı çeşitli nedenlerle soğuyan öğrencilerimiz bu dersi zor kabul ederek peşin bir hükümlle öğrenmelerine kendi kendilerine engel olmaktadır. Bu nedenle öğrenmenin ilk aşaması olarak ön yargılardan kurtulmak gerekir.

Başaracağınıza inanmadığınız bir şeyi başaramazsınız. Bunun tersi olarak da başaracağınıza inandığınız bir şeyi de mutlaka başarabilirsiniz. Yani olumlu düşünün. Matematik gerçekten zor bir ders olsa bile eğer başarabileceğinize kendinizi inandırırsanız bu işi halledersiniz.

## **GEOMETRİ DERS KONULARINA NASIL ÇALIŞILMALIDIR**

Geometri dersi, hem göze, hem zihne, hem de ruha hitap eden ender derslerdendir. Geometri ders konularına ait soruları çözebilme konuya ait temel özellikleri bilmeye bağlıdır. Geometri, işlem yapmaktan çok düşünme ve verilenleri yorumlama becerisine bağlıdır. Bunun yanında temel matematik konularını da bilmek gerekir. Geometrik özellikleri ezberlemek yerine sık sık kullanarak bilginin kalıcılığı sağlanmalıdır. Her derste olduğu gibi yeni öğrenilen her konu o gün mutlaka tekrar edilmeli ve hafta için ve hafta sonu aralıklı tekrar da yapmak gerekir.

Geometri ders konularına hakim olmak için öncelikle bilinmesi gereken temel özellikler öğrenildikten sonra her konu ile ilgili çok soru çözülmelidir. Geometri, soru çözmeye dayalı bir öğrenme metoduyla iyi kavranır. Çok soru çözmek teorem, kavram ve özelliklerin pekişmesini sağlar.

Konu öğrenildikten sonra çözülmüş soru örneklerini incelemek ve tekrar çözmek gerekir. Daha sonra basit sorulardan başlayarak bolca soru çözmek gerekir.

Geometri de şekil üzerinde işlem yapmaya önem vermeli hatta şekilsiz soruları dahi şekil çizerek çözmeye çalışmalıdır.

Geometri ile ilgili gerekli bilgi donanıma sahip olduğu halde işlem kabiliyeti az olanların yeterince soru çözmediği düşünölmelidir. Fazla sayıda soru çözülmeli ve çözümde tıkanılan noktada uzmanlardan yardım alınmalıdır. Çok soru çözerken bu konuda çok antrenman yapılmış olacaktır. Derste çok iyi not tutulmalı daha sonra da bu notlar aynı gün gözden geçirilmelidir. Geometride konular kaynaklardaki sırasına göre öğrenilmelidir. Konular öğrenildikten sonra soru çözümlerini inceleyerek sorular çözmeye devam edilmelidir. Cevaplı testler çözerken öğrenilen konular test edilmelidir. Konu eksiklikleri fark edildiğinde de geri dönölüp konu yeniden gözden geçirilmelidir.

## **KİMYA DERSİNE NASIL ÇALIŞMALIYIZ?**

Kimya dersi içerdiği konular itibariyle, maddelerin yapısını, özelliklerini, birbirleri ile olan etkileşimlerini inceler. Matematik, Fizik ve Biyoloji gibi derslerde başarılı iseniz, Kimya dersinde de başarılı olma şansınız yüksektir. Bilhassa Trigonometri, Denklem Kurma, Grafikler ve Türev gibi Matematiğe ilişkin konuların, bağıntı veya formüllerin iyi öğrenilmesi Kimya dersine ait çalışmalarınızda işinizi çok kolaylaştırabilir..Kimya dersinde zorlanmamak için kimya dersi ile bağlantılı terim, kavram, formül, ilke ve birimlerin anlam ve içerikler iyice öğrenilmeli ve kavranmalı.Tüm sayısal derslerde olduğu gibi Kimya dersi sorularının doğru çözülebilmesi için, iyi düzeyde konu bilgisine ve sorular okunurken vurgulamalara hassasiyetle dikkat edilmesi gerekmektedir. Bunun için soru kiplerinde; *“iki katına çıkarılırsa”*, *“aynı sıcaklıkta”*, *“eşit mollerde”*, *“sıcaklık iki katına çıkarılırsa”*,.. gibi ayrıntılara çok ama çok dikkat edilmelidir.Derste aktif olabilmek için ön hazırlık yapılarak gelinmeli, Bu şekilde derste işlenen konulara dair eksiklikler fark edilerek kısa sürede konunun bütününe hâkim olunması kolaylaşabilir.Kimya dersinde de başarı için ön yargısız bir şekilde ders iyi dinlenilmeli, önemli bulunan yerlerin altını çizilmeli, anlaşılmayan noktalar mutlaka öğretmene sığağı sığağına sorulmalıdır.Dersin öğrenilmesi, verimli bir şekilde dinlenilmesiyle gerçekleşir. Bundan sonraki aşama öğrenilenlerin pekiştirilmesi ve unutulmaması için soru çözülmeli ve değişik kaynaklardan sorular çözümlenerek soru tiplerine aşinalık kazanılmalı.

Çünkü Kimya dersinde, üniteler arasındaki bağlantılar açık ve nettir. Derslerde bir sonraki yeni konu, önceki ünitelerin üzerine inşa edilmektedir. Bu bakımdan Kimya öğrenirken karışık bir sıra takip edilmemeli, özellikle ilk 4 ünite sıralı olarak çok iyi öğrenilmelidir.Unutmamak gerekir ki; Lise 1. sınıf konuları Kimya dersinin temelidir. YGS'nin tamamı ve LYS sorularının bağlantılı olanları da hep bu kısımlardan çıkar. Bu konular, anlaşılır ve kolay olmakla beraber, bol test çözmekle pekiştirilmesi gereken konulardır. Ayrıca ilk üç-dört ünite rahatlıkla anlaşılabilen konular olduğu için, bu avantajınız büyük oranda önyargınızı da ortadan kaldıracak ve kendinize olan güveninizi artıracaktır. Lise 2. sınıf konularının ortak özelliği şudur: Hiçbir şekilde ezberlemeyi gerektiren konular yoktur. Fakat önemli bazı püf noktaları vardır ki bunlar iyi öğrenilmezse, öğrenci ezbere kaçma kolaylığına düşebilir. Nitekim konular sıkı sıkıya birbirine bağlıdır da! Örneğin Reaksiyon hızı ile reaksiyon ısısı üniteleri, potansiyel enerji diyagramları içerik bakımından birbirleriyle ilgilidir.Lise 3. sınıf ve Lise 4. sınıf konuları ise kısmen ezber gerektiren ve sık sık tekrar yapmanın gerekli olduğu konulardır. Yani organik kimya bu manada biraz nankördür. LYS öncesinde, sınava son bir iki hafta süre kalıncaya kadar ilgili konuların tekrar edilmesinde fayda vardır.

## **FİZİK DERSİ NASIL ÇALIŞILMALIDIR?**

Fizik dersi ilköğretim fen bilgisi dersinin iyi kavranmasıyla alakalıdır. Eğer konular ve kavramlar ilköğretimde iyi kavranmışsa mutlaka yeni lise konularını çalışırken hiçbir sıkıntı çekilmeyecektir. Lise müfredatının devamlılığı da esas alınarak yazları bilgiler unutulmamaya çalışılmalıdır. Fizik dersindeki kuralları, formülleri ezberlemek yerine mantıklarını kavramaya çalışmak daha anlamlı bir yoldur. Konular gerçek hayata dair örneklerle birlikte kavranmaya çalışılırsa ve dersin öğretmeninden mutlaka öncelikle öğrenmeye çalışılırsa çözüm yoluna girilmiştir demektir.

Fizikle ilgili geniş konu dağılımı ve konular arasındaki ilişkide göz önünde tutularak konular atlanarak öğrenilmeye çalışılmamalıdır. Mutlaka not alarak defter tutarak ve farklı kaynaklardan çözümlenerek çalışılmalıdır. Fizik dersinin öğreniminde görselliğin önemini vurgulamak istiyorum. Bunun en güzel yolu deneylerin anlaşılmasıdır. Deneyler mümkünse laboratuvar ortamında veya bilgisayar ortamında incelenmelidir. Bu imkanlar için artık internet kullanımı çok kolay bir şekilde öğrencilerin kullanımındadır. Bunları yaparken her ders gibi fiziğinde sevilmesi çok önemlidir.

Soruların cevaplarında benzerliklerin çok olduğu, çeldiricilerle yanıltma ihtimalinin fazla olduğu fizik dersi soruları mutlaka bol soru çözümlenerek aşılması gereken bir durumdur. Bununla birlikte fizik sorularında geometri gibi yorum ve görme kabiliyetinin gelişmesi gereken bir derstir. Bunun yanı sıra tabiatta soruların gerçeklerini görebilmeyi önemsemeli ve öğrenme gayretini bu şekilde beslemelidir. Bu arada yine geçmiş yıllardaki sorular mutlaka sınavların öncesinde ele alınmalı ve ayrıntılı bir şekilde çözümlenmelidir.

## **FİZİK DERSİNİN İÇERİĞİ**

Fizik dersi, Fen grubu dersleri içerisinde yer alan, bireylerin sayısal kapasitelerini kullanmalarını gerektiren, yorum ağırlıklı bir derstir. Vektör kavramını, sayısal bazı işlemleri hatta yorum yeteneğini de içerdiğinden birçok dersten faydalanır ve birçok derse ışık tutar. Vektör, kuvvet, moment, ağırlık merkezi, basit makineler, kütle- öz kütle, sıvıların statikliği, sıcaklık ve genleşme, hareket, enerji, elektrostatik, elektrik akımı ve optik sınavlarda çıkan belli başlı fizik konularıdır. Yanlış bir önyargı sonucu öğrenciler tarafından branş dersleri içerisinde en zor olarak algılanan derslerden birisi fiziktir. Başarısızlığın temel nedeni de budur. Fizik dersini de diğer dersler gibi algılamak gerekir. Bazı basit temel esaslar yerine getirildikten sonra öğrenilmesi kolay ve zevkli bir derstir.

## **FİZİK DERSİNE AİT SORULARIN ÖZELLİKLERİ**

Sınavlarda çıkan fizik sorularının zorluk derecesini üç gruba ayırabiliriz. %25'i kolay, %50'si normal, %25'si ise çeldirici özellik taşıyan ve yoruma ihtiyaç duyulan zor nitelikteki sorulardır. Fizik dersine programlı çalışan bir öğrenci soruların %75'ini rahatlıkla çözebilir. Fizik dersinde sıralama soruları, kıyaslama ve fark alma soruları, oran soruları, ilke soruları belli başlı soru tipleridir. Fizik soruları genellikle şekilli ve soru metni ile şekilde birbirinin tamamlayıcısı olduğundan her ikisi birlikte dikkate alınarak verilen ve istenilen değerler belirlenmelidir.

İlkeli sorularda önce soru kökü okunmalı ve ilkeler bu amaca uygun olarak incelenmelidir. Sorulara ezberci mantıkla değil, düşünce ve yorumla yaklaşılmalıdır. Soru çözerken mümkünse şekil ve grafik çizerek olay somutlaştırılmalı ve zaman kaybı önlenmelidir. Özellikle altı çizili, en az, en çok, kesinlik ve benzeri ifade eden anahtar kelimelere dikkat edilmelidir.

## **FİZİK DERSİNE ÇALIŞMA**

### **A) Derste**

Fizik dersini derste anlamak başarmak için ön koşuldur. Derste öğretmenin yaptığı açıklama ve verdiği örnekler çok dikkatli takip edilmeli, bütün ayrıntılar dikkate alınmalıdır. Sorular, çözümler, grafikler ve çizimler hatasız bir şekilde deftere geçirilmelidir. Öğretmen konuyu anlatırken veya örnek sorular çözerken anlaşılmayan bölümler vakit kaybedilmeden sorulmalı ve öğrenilmelidir. İşlenecek konuları daha rahat anlamak ve takip etmek için muhakkak derslere hazır gelinmelidir.

### **B) Bireysel Çalışmalarda**

Fizik dersinde başarılı olabilmek için ders sonrası düzenli ve programlı tekrar zorunludur. Konu ile ilgili temel kavramlar iyi öğrenilmelidir. Anlaşılmayan kavram, tanım ve alt başlıklar, derslerde tutulmuş notlar günlük tekrarlarında gözden geçirilmeli, örnek sorularla öğrenme pekiştirilmelidir. Geçmiş yıllara ait sorular çözülmeli, MEB müfredatını esas alan fizik kitabı temel kaynak olmak şartı ile eldeki yardımcı ders kitapları, ders notları soru bankaları gibi dokümanların hepsinden faydalanmak gerekir.

## **FİZİK DERSİNE NASIL ÇALIŞILIR.**

1. Derse girmeden önce bir ön hazırlık yapın.
2. Dersi bilerseniz dahi hiç bilmiyormuş gibi dersi dikkatlice dinleyin.
3. Derste anlatılanları yazın veya önemli yerleri not alın.
4. Derste çözülen örnek soruları kesinlikle not alın.
5. Ders çalışırken çözümlü sorulardan başlayın.
6. Konuyla ilgili öğrenene kadar değil o konuya hakim olana kadar soru çözün.
7. Çözemediğiniz soruları asla atlamayın ve en kısa zamanda öğretmeninize o soruları çözdürün.
8. Soru çözerken öğrendiğiniz yeni şeyleri not alın, kitaplarınızın veya defterlerinizin uygun yerlerine “hatırlatmalar” yazın.
9. Formülleri ezberlemeyin ama sık sık kullanarak aşinalık kazanın.
10. Fizik sorularının % 25’i dikkate dayalı olduğu için; soruları okurken önemli noktaların altını çizin.
11. Sadece soru üzerine yoğunlaşın.

## **FİZİKSEL BİR PROBLEMİ ÇÖZERKEN**

1. Problemin matematiksel analizlerine başlamadan önce fiziksel içeriğini anlamaya çalışıp, yorum yapınız.
2. Karışık problemleri basit parçalara bölerek sıraya diziniz ve basitten karmaşığa doğru ilerleyiniz.
3. Problemin çözümünde yer alacak fiziksel yasaları ve matematiksel ifadeler iyi bilinmelidir.
4. Problemi çözmek için en uygun yöntemi tespit edin. En uygun yöntemi ise problemdeki verilenlere ve istenilenlere göre seçin.
5. Problemi çözerken uygun diyagramlar ve şekiller ve çizin, bu problemi daha basit hale getirecektir.
6. Bulduğunuz sonuçları sınır değerleri için kontrol edin, sonuçların mantıklı olup olmadığına dikkat edin.

Gerektiğinde elde ettiğiniz sonuçların biriminin doğru olup olmadığına bakınız.



## **SINAV TÜRLERİNİ TANIMA VE HAZIRLANMA**

Öğretmenler öğrenci başarısını geçerli ve güvenilir ölçümler elde etmek için öncelikle,

-Sınavla neyi ölçmek istediklerini bilmeleri

-Bazı ölçme araç ve yöntemlerini daha etkin biçimde nasıl kullanabileceklerini bilmeleri gerekir.

Sınavlar öğretime başlamadan önce, öğretim sırasında ve öğretim bittikten sonra yapılabilir. *Seviye tespit sınavı (ön test, tanıma testi)* öğretim öncesinde uygulanır ve öğrencilerin öğretime hazır olma düzeylerini, ön bilgilere sahip olma düzeylerini belirlemek amacıyla yapılır. *İzleme testleri* öğretim süreci devam ederken öğrenme eksikliklerini belirlemek öğretmen ve öğrencilere dönüt sağlamak amacıyla yapılır. Öğretim süreci sona erdikten sonra uygulanan *başarı testleri* ise öğrencilerin öğretimle kazandırılmak istenen davranışları kazanma düzeylerini belirler, öğrencilerin başarı düzeylerini tespit eder.

### **Soru hazırlamada dikkat edilmesi gerekenler:**

İyi soru hazırlamak, konuya hâkim olma, ölçmeye konu olan davranışları çok iyi tanımlayabilme, ölçme tekniklerini iyi bilme, öğrenciyi tanıma gibi faktörlere bağlıdır. İyi soru için kriterler;

\*İstenilen cevap açık ve anlaşılır olmalıdır

\*Test maddeleri hedef davranışlara uygun olmalıdır

\*Bir maddeyle birden fazla davranış, bilgi yoklanmamalıdır

\*Maddeyi oluşturan cümle bir kaynaktan aynen alınmamalıdır

\*Bir maddenin başka bir maddenin cevabı hakkında bilgi sağlamaması gerekir, sorular bu tür ipuçlarından arınık olmalıdır

\*Aynı sorular, yıldan yıla, sınavdan sınava, gruptan gruba değiştirilmeden sorulmamalıdır

\*Cevap anahtarının sorular hazırlanırken oluşturulması gibi objektifliği artırıcı tedbirler alınmalıdır

\*Testte maddeler okuma ve algılama kolaylığı sağlaması amacıyla uygun biçimde yazılmalı ve kullanışlı bir sayfa düzeninde verilmelidir

## **1. ÇOKTAN SEÇMELİ TESTLER:**

Günümüzde eğitimde objektif testler arasında en çok kullanılan test türü olan çoktan seçmeli testler verilen bir sorunun cevabının yine verilen olası yanıtlar arasından seçilip işaretlenmesini gerektiren testlerdir. Puanlamasının objektif olması ve şans faktörünün %20-25'lere indirilebilmesi nedeniyle objektif testler diye de bilinir.

*Doğru cevaba göre Ç. S. T. maddesi çeşitleri;*

- \*Doğru cevabı kesin ve tek olan maddeler
- \*Anahtarlanmış cevabı en doğru olan maddeler
- \*Anahtarlanmış cevabı birden fazla olan maddeler
- \*Birleşik cevap gerektiren maddeler
- \*Anahtarlanmış cevabı gizlenmiş maddeler

*Madde köküne göre sınıflandırma çeşitleri;*

- \*Madde kökü soru kipinde olan maddeler
- \*Madde kökü olumsuz olan maddeler
- \*Madde kökü eksik cümle tipindeki maddeler

*Maddelerin gruplaşmasına göre sınıflandırma;*

- \*Ortak köklü maddeler
- \*Ortak seçenekli maddeler

### **Çoktan seçmeli testlerin özellikleri:**

\*Test maddelerinde sorunun yanıtı seçeneklerde verilir. Böylece ölçme sonucuna yazı güzelliği, sayfa düzeni, dili kullanma düzeyi gibi davranışların karışması engellenerek geçerliği ve puanlama objektifliğini yükseltir.

\*Sınav süresinin çoğu maddenin okunarak doğru cevabın bulunması ve işaretlenmesi için harcanır. Öğrenciler cevabı kendileri yazmadıkları için belli süre içinde daha çok soruya cevap verebilirler ve bu durum yoklanacak davranış sayısının artmasını dolayısıyla kapsam geçerliğini artırır.

\*Maddelerin cevaplanmasında okuma hızı önemlidir. Okuma hızı ve yeteneği öğrencilerde birbirinden farklı olduğu için madde sayısı arttıkça bu değişkenin etkisi de artar.

\*Maddelerinin yazımı uzmanlık, bilgi ve tecrübe gerektirir. Diğer sınav türlerine göre soru hazırlama daha zordur. Hazırlanması uzun puanlaması az zaman alır.

\*Şans başarısını içerebilir. 1/seçenek sayısı oranında şans faktörü içerir ki bu durum güvenilirlik ve geçerliği düşürür.

\*Soruların ve sınavın güçlüğü, geçerlik ve güvenilirliği gibi özellikleri sayısal olarak hesaplanabilir.

\*Basit madde formları kullanılarak alt eğitim basamaklarında da kullanılabilir.

\*Bir sınavda birçok madde kullanılabileceği için, duyarlılığı dolayısıyla da güvenilirliği yüksektir.

### **Çoktan seçmeli test maddesi yazılması:**

\*Madde kökü belirsizlik taşımamalı, açık ve öz olmalıdır. Madde kökü sadece bir davranışı yoklamalıdır.

\*Eğer muhtemel cevapların hepsi kısmen doğru ise en doğru cevabın seçilmesi gerektiği kök kısmında belirtilmeli ve genelde *anahtarlanmış cevabı en doğru olan maddeler formatı* kullanılmalıdır.

\*Mümkün olduğunca kökü olumsuz olan maddeler kullanılmamalı, kullanılırsa da olumsuz ifadenin altı çizilmeli yada kalın yazılmalıdır.

\*Doğru cevap muhtemel cevaplar arasında karışık dağıtılmalı, herhangi bir düzende yerleştirilmemelidir.

\*Her sorudaki seçenek sayısı aynı olmalıdır.

\*Madde hazırlanırken öncelikli amaç öğrenciyi yanıltmaya çalışmak olmamalıdır.

\*Maddeler kolay algılanabilir ve grubun dil düzeyine uygun olmalıdır. “Çoğunlukla” ve “bazen” gibi cümlelerin anlamını değiştirici ifadeler kullanılmamalıdır.

\*Sorular kapsam geçerliğine uygun olmalıdır. Burada maddelerin üst düzeyde zihinsel becerileri içermesi gerektiği (hiçbir dersin hedef davranışları sadece bilgi düzeyi ile sınırlı değildir, mutlaka daha üst düzeyde zihinsel etkinlikler içeren davranışların kazandırılması ve yoklanması gerekir) ile testi zorlaştırmak amacıyla önemsiz ayrıntıların sorulması birbirine karıştırılmamalıdır.

\*Her madde testteki diğer maddelerden bağımsız yanıtlanabilir olmalı, bir maddede verilen bir bilgi diğer bir maddede soru olmamalıdır.

\*Seçenek ifadeleri mantığa uygun, açık, olabildiğince kısa ve benzer uzunlukta olmalıdır. Seçeneklerde “hiçbiri”, “hepsi” şıkları mümkün olduğunca az kullanılmalı kullanılırsa da bir arada kullanılmamalıdır. Sayısal seçenekler artan veya azalan sıralı

bir biçimde verilmeli, sayısal sorularda verilen çeldiriciler muhtemel yanlış çözümlerin cevabı olmalıdır.

\*Seçenek sayısı teste alınan öğrencilerin düzeyine uygun olmalı ve bütün maddelerin seçenekleri aynı sayıda olmalıdır.

\*Çeldiriciler çok dikkatli hazırlanmalı, bilmeyen öğrencilere ipucu vermemeli, konu hakkında bilgisi olanı değil olmayanı yanıltmalıdır. Aşırı olmamak kaydıyla doğru cevaba yaklaşan çeldirici bilenle bilmeyeni ayırt etme gücünü artırır, yanlış öğrenmeleri belirlemede etkilidir. Yanlışlığı apaçık bütün öğrenciler tarafından bilinebilecek çeldiriciler kullanılmamalıdır.

\*Puanlamada şans başarısını gidermek için düzeltme formülü kullanılmalıdır. Puanlama yöntemi iki biçimde uygulanabilir;

-0-1 puanlama yöntemi, doğru cevaba 1, yanlış cevaba 0 puan verilmesiyle yapılır

-Ağırlıklı puanlama yönteminde ise hem maddedeki seçeneklerin hem de maddelerin puanlarının farklı olmasıdır.

Puanlamayı şans başarısından arındırmak için aşağıdaki formülden faydalanabiliriz;

$$X = D - \left( \frac{Y}{a-1} \right)$$
 (D; doğru cevap sayısı, Y; yanlış cevap sayısı, a; maddenin seçenek sayısı)

## **2. DOĞRU-YANLIŞ TESTLERİ (SINIFLAMA GEREKTİREN TESTLER):**

Bu ölçme aracı doğru yanlış hazırlanmış önermelerden oluşur. Öğrenciden hangi cümlelerin doğru hangisinin yanlış olduğunu seçmesi istenir. D-Y testleri çok kolay gibi görünmesine rağmen tahmine, şans faktörüne çok yer verdiği için geçerliği yüksek bir D-Y tipi test maddesi yazmak çok zordur. Çünkü maddelerinin kesinlikle doğruluk yada yanlışlık içermesi, tartışmaya açık olmaması gerekir. Bu testlerde şans faktörü çok etkili olduğu için düzeltme formülü kullanılması gerekir. Bu yolla kişinin soruları tesadüfen bilmesini engellediği gibi emin olmadığı halde %50 bilme ihtimalini de ortadan kaldırır. Çünkü D-Y testlerinde düzeltme formülü uygulanıyorsa her yanlış cevap bir doğru cevabı götürecektir.

### **D-Y testlerinin özellikleri:**

\*Cevaplama işlemi çok kolay olduğu ve uzun zaman almadığı için çok madde içerir ve çok geniş bir bilgi alanı yoklanabilir. Bu durum kapsam geçerliğinin yüksek

olmasını sağlamanın yanı sıra akademik başarıyı, farklı zihinsel becerileri ölçmede yetersizdir.

\*Yönergesi kısa ve özür.

\*Puanlaması kolay ve objektiftir.

\*Eğitimin her düzeyinde kullanılabilir.

\*Şans başarısı yüksektir, puanlamada şans başarısını giderme yöntemi kullanılmıyorsa geçerliği ve güvenilirliği düşük olacaktır.

\*Geribildirim açısından yanlış öğrenmelerin kaynakları hakkında bilgi vermez.

### **D-Y testi maddelerinin hazırlanması:**

\*Her maddede bir ana fikir bulunmalı ve bir davranışı yoklamaya yönelik olmalıdır.

\*Maddeler doğru-yanlış sınıflandırmasında şüpheye yer vermeyecek biçimde hazırlanmalıdır.

\*"Sık sık, çoğunlukla, bazı hallerde, birçok durumda, önemli derecede" gibi herkes tarafından aynı miktarı ifade etmeyen kelimeler kullanılmamalı, yada çok dikkatli kullanılmalıdır.

\*"Tüm, asla, daima, hiçbir" gibi kelimelerin çok kapsamlı genelleştirmeler olduğu için yanlış, "genellikle, bazen" gibi kısıtlayıcı ifadelerinde doğru olma ihtimali yüksektir. Teste alışkın öğrenciler bunu bir ipucu olarak değerlendirebilir.

\*Birden çok fikri içeren uzun ve karmaşık ifadeler kullanılmamalı, her madde kısa ve açık olarak ifade edilmeli, uzunluklar birbirine yakın olmalıdır.

\*Olumsuz, özellikle çift olumsuz ifadelerden kaçınılmalıdır.

\*Bir maddenin doğruluğu yada yanlışlığı ipucu ile bulunamamalıdır.

\*Doğru ve yanlış cümleler belli bir sistematikte yerleştirilmemelidir.

\*Maddelerin yarısının doğru, yarısının yanlış olması gerekir.

\*Maddelerde dolaylı ifadelerden kaçınılmalı, dilbilgisi açısından hatalı olmamalıdır.

\*Maddenin yanlışlığı önemsiz bir noktada olmamalıdır.

\*Maddeler birbirinin cevabını verir nitelikte olmamalıdır.

### **3. EŞLEŞTİRMELİ TESTLER:**

İki sütun halinde sıralanan birbirleriyle ilgili olan bilgilerin belli bir açıklamaya göre sıralanmasıdır. Çoktan seçmeli testlerin bir versiyonu olmasına rağmen eşleştirmeli maddeleri kullanmaktansa, çoktan seçmeli testleri kullanmak genellikle daha güvenilir sonuçlar elde edilmesini sağlar. Birbirleriyle ilgili olan durumlarda kısa sürede birçok davranışı yoklamak mümkündür. Madde hazırlaması pratik ve kolaydır.

Tek başına bir test olarak değil karma bir testin alt bölümü olarak kullanılması uygun olur.

Sol taraftaki sütun “ifadeler-öncüller-madde kökü”, sağ taraftaki sütun “cevaplar” olarak adlandırılır. *Kavramlar, terimler, tanımlarla, olaylar, tarihler, kişilerle, sebepler, sonuçlarla, buluşlar, mucitlerle, yazarlar, eserlerle vb. eşleştirilebilir.*

#### **Eşleştirmeli testlerin özellikleri:**

- \*Puanlaması objektif ve kolaydır
- \*Şans faktörü madde sayısının artmasına göre azalmıştır
- \*Öğrencilerin değişik özelliklerini ölçme fırsatı verir

#### **Eşleştirmeli test maddelerinin hazırlanması:**

- \*Uzun cümleler ifadelerin, kısa cümleler cevapların altında olmalı
- \*Cevap sütunundaki madde sayısı ifadelerden birkaç tane fazla olmalıdır
- \*İfadelerin altındaki madde sayısı 3'ten az 12'den fazla olmamalıdır
- \*Bir ifade ile sadece bir cevap eşlenebilmelidir
- \*İfadelerin öncesine cevap boşlukları yada boş parantezler, cevapların yanına harfler yerleştirilmelidir
- \*İfade ve cevaplar 2 sayfaya bölünmüş olmamalıdır
- \*Her eşleştirmeli soru grubunun ortak bir konusu olmalıdır
- \*Cevaplar alfabetik, kronolojik vb. bir sıra ile yazılmalıdır
- \*Mutlaka bir yönergesi bulunmalı ve bu yönergede neye göre eşleştirme yapılacağı, işaretlemenin nasıl yapılacağı ve bir maddenin kaç kez kullanılacağı belirtilmelidir

#### **4. KISA CEVAPLI TESTLER:**

Cevabı bir veya birkaç kelime, bir rakam, bir sembolden oluşan testlerdir. Yazılı yoklamalara alternatif sınav türlerinden olan bu türün yazılı yoklamalardan farkı cevapların çok uzun ve ayrıntılı olarak istenmemesidir. Sınıflama gerektiren ve çoktan seçmeli testlerden farkı ise cevapların verilmemiş olması nedeniyle öğrencinin düşünüp kendisinin bulmasıdır ve bu durum şans faktörünü aza indirir.

*Boşluk doldurma-tamamlama* (cevabın verilen önerme içinde boş bırakılan yere yazılması şeklinde) ve *soru cümlesi* (maddenin soru olarak verilmesi ve cevabın alta bir kelime, cümle, sembol rakam vb. şeklinde yazılması) olarak iki türüdür.

#### **Kısa cevaplı testlerin özellikleri:**

- \*Hazırlanması kolaydır (yazılı yoklama dışındaki diğer testlere göre)
- \*Farklı zihinsel becerilerin kullanılmasını gerektirmez, yalnızca hatırlama düzeyinde öğrenmelere yönelir.
- \*Yanıtlar kısa süreli olduğundan bir sınav süresine daha çok soru sığdırılabilir. Bu açıdan yazılı yoklamalara göre kapsam geçerliği bakımından daha yüksektir.
- \*Kısa cevaplı testlerde öğrenci cevabı kendisi yazar. Cevaplar kısa olduğundan dili kullanma becerisi, anlatım becerisi, yazı güzelliği, düzen gibi istenmeyen değişkenler ölçme sonucuna daha az karışır ki bu durum geçerliği artırır.
- \*Puanlaması yazılı yoklamalara göre daha kolaydır.
- \*Her eğitim düzeyinde kullanılabilir.
- \*Kısa cevaplı testlerde puanlayıcı yanlılığı çok az olduğundan yazılı yoklamalara göre daha çok, çoktan seçenekli testlere göre daha az objektiftir.
- \*Öğrencilerin kilit kavramları, tanımları, ifadeleri bilip bilmediklerini ölçme imkanı verir.

#### **Kısa cevaplı test maddelerinin hazırlanması:**

- \*Madde belirsiz yada birden çok cevabı olmayacak, açık ve net anlaşılabilir şekilde ifade edilmelidir.
- \*Her madde bir davranışı, önemli bir bilgiyi yoklamaya yönelik olmalıdır.
- \*Sorunun düzeyi ile yoklanacak davranışın düzeyi aynı olmalıdır.
- \*Bir madde başka bir maddenin cevabını vermemeli, ipucu olmamalıdır.

\*Boşluk doldurma tipinde yazılan maddelerde bir yada iki boşluk bulunmasına özen gösterilmeli, üçten fazla kesinlikle olmamalıdır. Boşluk bir yada iki kelimeyle cevaplanacak türde, cevabın sığabileceği genişlikte ve mümkün olduğunca cümle sonunda olmalıdır.

\*Puanlama anahtarı hazırlanmalı ve madde analizinde kolaylık sağlaması açısından "0-1" yöntemi kullanılmalıdır.

## **5. YAZILI SINAVLAR:**

Geleneksel eğitim sisteminde en çok kullanılan, klasik tip, essey tipi, kompozisyon tipi diye de bilinen sınavlardır. Öğrenciye birkaç soru yazdırılıp yada yazılı olarak verilip bunların belli bir sürede düşünüp organize edilerek yazılmasının istendiği sınavlardır.

Hazırlanmasının kolay olması, iyi bilinen bir sınav türü olması, alternatifi sınav türlerinin yeterince bilinmemesi (ayrıca hazırlanmasının uzmanlık gerektirmesi) nedeniyle en çok kullanılan sınav türüdür.

Yazılı yoklama;

\*Öğrencinin problemleri formüle ve organize etmesi,

\*Değişik fikirleri değerlendirebilmesi,

\*Var olan bilgilerini değişik durumlara uyarlayabilmesi,

\*Orijinal görüş, fikir ve ürünlerin ortaya konabilmesi davranışlarının tümünü ölçebilen bir sınav türüdür.

### **Yazılı yoklamaların özellikleri:**

\*Ustaca hazırlanan bir yazılı yoklama sorusu, öğrencinin cevabı kendisinin bulup yazmak zorunda olması nedeniyle köklü bilgileri, kompleks, karmaşık davranışları ölçebilir.

\*Ölçülen davranış yanında yazının güzelliği, tertip düzeni, yazma becerisi, yazma hızı, dili kullanma yeteneği, kompozisyon bilgisi, öğrencinin sınıf içindeki davranışlarının da dikkate alınması gibi değişkenler puana karışır dolayısıyla hata miktarı artar. İstenmedik değişkenlerin ölçümlere fazlaca karışması nedeniyle geçerlik ve güvenilirlik olumsuz etkilenir.

\*Cevapların sınırlı olmaması, öğrencilerin maddeleri çeşitli ve değişik yönleriyle yorumlayabilmeleri, soruyu yanlış anlama ihtimalinin olması ve puanlayıcının cevabı yanlış yorumlaması gibi hatalar güvenilirliği düşürür.



\*Öğrencinin soruları ipuçlarından yada şans yoluyla bulma ihtimalini neredeyse ortadan kaldırması nedeniyle daha iyi çalışma alışkanlığı geliştirmesini sağlar.

\*Genellikle cevaplarının uzun olması zaman açısından sınırlılık ortaya çıkarır. Buda az soru sorularak kapsam geçerliği ve güvenilirliğin düşmesine yol açar.

\*Detaylı bir cevap anahtarı hazırlanmadığı sürece puanlama objektifliği ve güvenilirliği düşüktür.

\*Maddelerin güçlük dereceleri istatistiksel yollarla belirlenemediği için geçerlik, güvenilirlik, güçlük derecesi gibi özelliklerde sayısal sonuçlar bulunamaz. Böylece istenilen geçerlik, güvenilirlik, güçlükte sınav hazırlanması güçleşir.

\*Cevabın kısmen doğru olması kısmi puanlamaya neden olur ki bu durum puanlamada öznel etkilerin artması, puanlama yanlılıklarının güvenilirliğin düşmesi anlamına gelir.

\*Hazırlanması testlere göre daha kolay, puanlaması zordur. Okunması uzun zaman alması nedeniyle kullanışlılığı düşüktür.

### **Yazılı yoklama sorularının hazırlanması:**

\*Bir yazılı sınav ancak soruların özelliği oranında iyi olabilir. Sorular açık, anlaşılır, sınırlı olmalı, öğrenciler tarafından yanlış anlaşılacak özellikler taşımamalıdır. Ne istendiği açıkça belirtilmelidir.

\*Her bir soru diğerinden bağımsız cevaplanabilmelidir.

\*Ezberle dayanmamalı, kitaptan olduğu gibi alınmamalıdır.

\*Uzun ve az soru yerine kısa ve kapsamı ölçebilecek sayıda soru sorulmalıdır.

\*Sorular hazırlanmadan önce plan hazırlanmalı ve bu plan sınavın kapsamı, hangi davranışları yoklayacağı, puanlamanın nasıl yapılacağı, elde edilen puanların hangi amaçla kullanılacağı belirlenmelidir.

\*Sorunun zorlaştırılması amacıyla ifadeyi zor anlaşılır hale getirmek yanlıştır. Sorular ifade, imla ve yazım hatalarından arındırılmış olmalıdır.

## **Yazılı yoklama cevaplarının puanlanması:**

**Anahtarla puanlama:** Bir ölçme aracının yada etkinliğinin tamamının yada bölümlerinin nasıl puanlanacağını ana hatlarıyla gösterilmesi, kabul edilebilir yada edilemez performans sınırlarının öğretmen ve öğrenciler için açıkça belirtilmesiyle oluşturulan kriter grubudur.

Sınavı hazırlayan tarafından cevaplar hazırlanır ve her soruda mutlaka değinilmiş olması beklenen durumlar belirtilir. Her soruda yer alan öğelere önem derecesine göre puan verilerek anahtara yazılır. Cevap anahtarı ile öğrencilerin vereceği her cevap ya da kısmi cevap için verilecek puanlar önceden belirlenmiş olur. Bir soruya verilmesi gereken cevapları iyice analiz etmesi nedeniyle analitik puanlama yöntemi de denir. Puanlama anahtarı hazırlama ve puanlamada dikkat edilmesi gereken hususlar;

-Sorunun önem derecesi ve gerektirdiği beceri düzeyine göre ağırlıklandırmaya dikkat edilmeli,

-Puanlama anahtarı hazırlamakta güçlük çekilen sorular değiştirilmelidir,

-Beklenen cevaplar tam olarak anahtardaki şekliyle verilmemiş olsa bile doğru olduğu sürece puan almalıdır, bir cevap için farklı ifadeler kullanılabilirse hepsi anahtarda yer almalıdır,

-Puanlayıcı tüm kağıtlarda sırayla aynı soruyu okuyup puanlamalı ve tüm sorular için bu yöntemi kullanmalıdır.

## **6. SÖZLÜ YOKLAMALAR:**

Soruların ve cevapların sözlü olduğu sınavlardır. Öğrencilerin kendilerini sözlü olarak ifade edebilme becerileri etkilidir.

### **Sözlü yoklamaların özellikleri:**

\*Bireysel sınavlar olduğu için her birey için farklı soru gerektirir.

\*Ölçmeyi amaçlamadığımız halde öğrencilerin sözlü ifade becerileri puanlara karışabilir ki bu durum istenmeyen değişkenler olmaları nedeniyle geçerlik ve güvenilirliği düşürür. Öğrencinin bilgisi kadar dış görünüşü, vücut dili, tavırları, ifade tarzı da puanlamayı etkiler.

\*Soru sayısının zaman yetersizliği nedeniyle az olması kapsam geçerliği ve güvenilirliği düşürür.

\*Cevapları tekrar gözden geçirme imkanı yoktur.

\*Cevaplar kayıtlanamadığı için sınav esnasında puanlayıcının dikkatsizliği ve öznel etkilerle puanlamayanlılığına düşülebilir. Ayrıca puanlama genel izlenimle yapıldığı için objektifliği düşüktür.

\*Öğretmen ve öğrenci yüzyüze ve sınavın niteliğini etkileyebilecek devamlı bir etkileşim halindedir.

\*Cevap verilirken takip edilen düşünme yöntemi izlenebilir ve hatanın kaynağı tespit edilebilir.

\*Her öğrenciye eşit zaman verilmez.

\*Öğrencilerin sosyal becerileri etkilidir.

\*Türkçe ve İngilizce gibi sözlü ifade becerilerinin ölçülebileceği ve geliştirilmesi gereken derslere uygundur

### **Sözlü yoklama soruları hazırlarken dikkat edilecek hususlar:**

\*Ölçmek istenen davranışın dışındaki değişkenlerin etkilerine dikkat edilmeli.

\*Sorular hedef ve davranışlara göre önceden hazırlanmalı, puanlama anahtarı kullanılmalıdır.

\*Her öğrenciye benzer güçlükte sorular sorulmalıdır.

\*Sözlü notu ortalamaya nispeten daha az etki etmelidir.

## TEST VE SORU ÇÖZME TEKNİKLERİ

1. Soruları hızlı bir şekilde incelememiz ve şıkları süratli bir şekilde göz gezdirmemiz için kitap okuma hızımız çok önemli bir etkidir.
2. "Aşağıdakilerden hangisi yukarıdaki parçada anlatılmak istenendir" gibi bir soru ile karşılaştığımızda burada 4 tane istenmeyen bir tanede istenen veri olduğu için öncelikle parça hızlıca okunmalı ve ne anlatılmaya çalışıldığı anlaşılmalıdır. Eğer "parçada anlatılmak istenmemiştir" şeklinde soru gelirse bu durumda da öncelikle şıklardan hareket ederek, parçada bahsedilen şıkları bulup işaretlemeli ve boşta kalan şık bulunmaya çalışılmalı.
3. Anlatım bozukluğu sorularında özellikle günlük hayatımızda kullanımı yoğun olan cümlelere özellikle dikkat etmelidir. Çünkü alıştığımız için bir bozukluk yokmuş gibi gelebilir.
4. Sizi soruyu çözmeye doğru metoda götürececek bir diğer husus altı çizili yerler ve "tırnak içleri" dir. "mutlaka" "şayet" "her durumda" gibi ifadelerle ne kastedildiğine dikkat etmemiz gerekir.
5. Cevap kâğıdındaki şık sıralamalarının biçimleri yanıltıcı olabilir. Örneğin bir soruda A ve D şikkı arasında çelişki yaşadığınızda cevap kâğıdınıza bakıp son 15 sorudur D şikkını işaretlediğinizi görüp D şikkına yönelmeniz olası olacaktır. Bu şekilde davranmanız ciddi bir yanlıştır. Ösym'nin düzenlemiş olduğu sınavlarda bir sınavda herhangi bir şikka 3-4 adetlik yer verdiği görülmüştür. Önemli olan soruya ve sizden istenene odaklanmanızdır.
6. Cevaptan emin olmak için, zaman darlığı sıkıntısını yaşamayacaksanız, işlem gerektiren sorularda cevaptan hareket ederek soruyu doğrulama metodunu kullanabilirsiniz.
7. Emin olmadığınız soruların, soru numaralarının yanına, cevap kâğıdında bir işaret koyun ve diğer soruya geçin. Böylece sınav sonunda çelişkide kaldığınız sorulara stres yaşamadan odaklanma imkânı sağlayacaktır. Aksi durumda eğer sınavın başında veya ortasında bir soru çokça vaktinizi alırsa gereksiz yere strese girebilir, kararsız kaldığınız bir şikkı işaretleyebilirsiniz. ( kararsız kaldığınız şıkları da soru kitapçığında işaretleyerek sonraki soruya geçiniz, örneğin bir soruda B ve D şıkları arasında kaldınız. Bu durumda cevap anahtarında soru numarasının yanına bir işaret koyun, soru kitapçığında da B ve D şıklarının yanlarına birer işaret koyun. Bu, ikinci kez soruya döndüğünüzde size süre kazandıracaktır.
8. Sınav bitiminde cevap kâğıdınızı ve soru kitapçığını kontrol etmek için en az 4-5 dakikanızı ayırın. Bu yapmayan pek çok öğrenci, soruları kaydirdiğini fark edemeden sınavdan çıkmaktadır.
9. Sınavdan önce doldurmanız gereken form bilgilerinizi doldurduktan sonra gözlerinizi kapatarak konsantre olmaya çalışın. Göz kapama, uyarıcı etkinliklerini azaltır ve daha kolay konsantre olmanızı sağlar. Pek çok spor branşında birçok sporcunun kullandığı bir tekniktir. Sınav olurken soruları nasıl çözeceğinizi düşünün, gözlerinizi kapayın, hiç sıkılmadan gayet konsantre bir şekilde sanki evde deneme çözer gibi bu sınavın üstesinden geleceğinizi düşünün.

10. Sınav esnasında gerek duymasanız da yudumluk sular için, bu beden ısınız ve stresinizi kontrol altında tutacaktır. (Sınav boyunca bir küçük ped şişe su yeterlidir, 10 dk da bir, bir yudum için )
11. Etrafınızı takip etmeyin, insanların ne kadar soru çözdüğüne bakmayın. Bunun hiçbir önemi yok.

## **SINAV KAYGISIYLA BAŞ ETME**

### **Sınav Kaygısı Nedir?**

Sınav kaygısı; öncesinde öğrenilen bilginin sınav sırasında etkili bir biçimde kullanılmasına engel olan çoğu gerçekçi olmayan ve başarının düşmesine yol açan yoğun kaygı olarak tanımlanır. Sınav kaygısı, öğrencinin sınavla ilişkili yarattığı yoğun sıkıntı hissidir.

Bireyin sınava yüklediği anlamlar, sınavla ilgili zihinde oluşturulan imaj, sınav sonrası duruma ilişkin atıflar ve sınav sonrası elde edilecek kazanımlara verilen önem sınav kaygısı oluşumu üzerinde etkilidir. Sorumluluk sahibi olan, bir hedefi olan ve bunun gerçekleşmesi için çaba gösteren her öğrencinin, bilgisinin değerlendirildiği bu tip sınavlardan önce kısmen kaygı duyması doğal ve gereklidir. Çünkü kaygı az miktarda ise kişi üzerinde motivasyon ve performansı artırıcı etki gösterir. Ama kaygı istenen düzeyin üzerine çıktığında kişinin dikkat, öğrenme, bellek fonksiyonlarını olumsuz etkiler ve başarıyı ve motivasyonu düşürür. Stresin artmasıyla birlikte olumsuz düşünceler öğrencinin zihnini kaplamaya başlar.

### **Sınav Kaygısının Belirtileri Nelerdir?**

Hızlı soluk alıp verme, kalp atışının artışı, kaslarda gerginlik, huzursuzluk, endişe, tedirginlik, sıkıntı, başarısızlık korkusu, çalışmaya isteksizlik, mide bulantısı, titreme, ağız kuruluğu, iç sıkıntısı, terleme, uyku düzeninde bozukluklar, karın ağrıları vs. bedensel yakınmalar, dikkat ve konsantrasyonda bozulma, kendine güvende azalma, kendini yetersiz ve değersiz görme sık görülen belirtilerdir.

### **Sınav Kaygısı Yaşandığı Nasıl Anlaşılır?**

Öğrencinin başarısında belirgin bir düşüş gözlenir. Ders çalışmayı erteleme, sınav ve hazırlığı hakkında konuşmayı reddetme vardır. Soru sorulmasından rahatsız olurlar. Dikkat dağınıklığı, odaklanamama, fiziksel yakınmalarda dikkat çeken bir artış (karın ağrısı, mide bulantısı, terleme, uyku düzensizliği, iştahsızlık ya da tersine aşırı yeme, genel mutsuz bir ruh hali vb.), çok çalışılmasına karşın performans düşüklüğü kaygının varlığını gösterir.

## **Sınav Kaygısının Etkileri Nelerdir?**

Öğrenilenleri aktaramama, okuduğunu anlamama, düşünceleri organize etmede zorluk, dikkatte azalma, sınavın içeriğine değil kendisine odaklanma, zihinsel becerilerde zayıflama, enerji azlığı, fiziksel rahatsızlıklar sınav kaygısının başlıca etkileridir. Sınav kaygısı gerçek dışı beklenti ve yorumlar içerdiğinden yanıltıcıdır. Öğrenciyi farkında olmadan kendi davranışını denetleyemez hale getirir...

## **Sınav Kaygısı Neden Oluşur?**

Gerçekçi olmayan düşünce biçimlerine sahip olmak kaygını oluşmasında en önemli süreçlerdir. Bunaltıya eğilimli kişilik yapısı (mükemmeliyetçi, rekabetçi) olanlarda daha sık görülür. Sosyal çevrenin beklentileri ve baskısı da önemli bir etkidir.

Diğer kaygı kaynakları: Olumsuz otomatik düşünceler kaygıyı ortaya çıkarır: “Sınava hazır değilim”, “Bu bilgiler çok gereksiz ve saçma. Nerede ve ne zaman kullanacağım ki?”, “Sınavlar niye yapılıyor, ne gerek var?”, “Bu bilgiler gelecekte benim işime yaramaz”, “Sınava hazırlanmak için gerekli zamanım yok ki!”, “Bu konuları anlayamıyorum, aptal olmalıyım”, “Ben zaten bu konuları anlamıyorum”, “Biliyorum, bu sınavda başarılı olamayacağım”, “Sınav kötü geçecek”, “Çok fazla konu var, hangi birine hazırlanayım?”... sıklıkla gözlenen olumsuz otomatik düşüncelerdir.

Bunun yanında; ebeveynin ve eğitim verenlerin beklenti düzeyinin yüksek olması, çocuğun kişilik yapısı(öğrencinin kendine güvenip güvenmemesi, stres altında baş edebilme gücü...),sınavla ve sonuçlarıyla ilgili olumsuz beklentiler ve düşünce kalıpları, hatalı ders çalışma, öğrenme sorunlarına yol açan başka sorunların varlığı (Dikkat eksikliği, özgül öğrenme güçlüğü, depresyon...),sınavda çıkacak soruların belirsiz bir durum oluşturması da kaygının gelişimine neden olur.

## SINAVA HAZIRLIK SÜRECİNDE AİLENİN ROLÜ

Bir üst eğitim kurumuna geçerken öğrencilerin girmek zorunda kaldıkları sınav süreci, öğrenci ve ailesi için stres kaynağı olabilmektedir. Sınavlara hazırlık sürecinde hem sınava hazırlanan öğrenci ı hem de aile üyeleri sonucun belirsizliğinden kaynaklanan yoğun bir kaygı yaşamaktalar. Bu kaygıyı sık sık birbirlerine yansıtmakta ve ilişkiler önemli oranda bu durumdan zarar görmektedir. Bu konuda öğrenciler anne ve babalarını, veliler de çocuklarını sürekli şikâyet eder hale gelmektedirler.

Anne babaların bu süreçte anlamaları gereken bazı noktalar vardır. Her şeyden önce anne babaların çocukların sahibi olmadıklarını bilmeleri gerekir. Çocuklar dünyaya gelmeden anne baba çocukları her haliyle kabullenmiş olur. Anne babalar çocuklarının neredeyse bir yetişkin olduğunu bilmelidir. Çocukların kendilerine davranıldığı üzere davranışlar sergileyeceğini yetişkin gibi davranılırsa o oranda büyüyüp, olgunlaşacaklarını bilmelidirler. Ancak onları kafalarındaki gibi bir yetişkin kalıbına sokmaya çalışmak çocukların anne ve babalarından uzaklaşmalarına neden olabilir.

Anne babalar için bu süreçte; ben dili iletişim kurmaya, sevgisini sözlü iletişim ve beden dili ile anlatmaya, şartsız sevgi sunmaya, yargılayıcı olmadan çocuğu dinlemeye, huzurlu bir ortam yaratmaya, çocuk için yapılan fedakârlıkları yüzüne vurmaya, başka çocuklarla karşılaştırmamaya... özen göstermelidir.

Yazar Adnan Demirci'nin sınav dönemlerinde anne babalara ne yapıp ne yapmayacakları ile ilgili önerilerişöyledir:

- Çocuklarının motivasyonunu hep yüksek tutar.
- Sınavın sadece bilgi düzeyini ölçtüğünü bilir ve öğrencisine bunu hissettirir
- Çocuklarında güven duygusunu artırır.
- Sorumluluk duygusu kazandırmaya çalışır
- Çocuklarının çalışması için uygun fiziksel ortamı sağlar
- Okulda ve dershanedeki öğretmenleriyle öğrencisi ile ilgili bilgiler alır.
- Aile içi huzuru ve sevgi ortamını hazırlar
- Ders çalışmanın dışında dinlenmesini sağlar, sosyal aktivitelere katılmasını sağlayarak stres atmasını sağlar.
- Onun kapasitesinden fazlasını istemez. Çocuğunu tanır neleri yapıp yapamayacağı ile ilgili fikir sahibi olur
- Öğrencisi ile nitelikli zaman geçirir
- Yaşlılarıyla ve başkalarıyla öğrencisini kıyaslamaz
- Her zaman yanında olduğunu hissettirir ve bunun sınav sonucuna bağlı olmadığını belirtir
- Bazı derslerde birlikte çalışır

- Onu ders ve sınavlar konusunda paniğe sevk etmez
- Onu arkadaşlarıyla rekabete sürüklemeyiz
- Ona her zaman cesaret verir destekler
- Çocuğunuzla olabilecek problemleri erteleyin, hemen çözmek yerine zamana bırakarak sağlıklı çözümler bulur
- Çelişkilili mesajlar vermez, olumsuz ve kaygı artırıcı mesajlardan kaçınır
- Ev ortamında huzurlu bir hava oluşturur
- Hayatta amaçlar belirlemesini sağlar. Sınavı kazanamazsa planını öğrenir
- Sevgisini şartsız gösterir

Sınav hazırlık dönemi öğrencilerin anne-babalarına en fazla ihtiyaç duyduğu dönemlerdendir. Anne babalar çocuklarına girecekleri sınavın hayatta karşılaşacakları pek çok sınavdan biri olduğunu, bir son olmadığını hissettirmelidir. Sınavlarda başarılı olmanın yanında başarısız olmanın da sonuçlar arasında yer alabileceği unutulmamalıdır.

Başarı için aile içi iletişim ve olumlu diyalog önemlidir. Aile içerisinde kurulan bu olumlu ilişki çocuğun motivasyonunu artıracaktır.

Çocukları hırslandırmak, motive etmek için; başkaları ile kıyaslanmasının, başkalarının örnek gösterilmesinin hiçbir motive edici yanı yoktur. Çocukları etiketlemek, hem başarısını düşürecek hem de aşağılanma, yetersizlik duygusu geliştirmelerine sebep olabilecektir. Çocuklar; arkadaşları, kardeşleri, akraba çocukları v.s ile kıyaslanmak istemezler, aslında sadece çocuklar değil kimse kıyaslanmaktan hoşlanmaz.

Anne baba olmak sürekli gelişimi zorunlu kılan bir durumdur. Çocukların hayatları için dönüm noktası olabilecek sınavlarda istenilen başarıya ulaşmaları için anne babaların da kendilerine yatırım yapmaları gerekir. İletişim, çocuk ve ergen psikolojisi, eğitim sistemi ve başarılı olmanın bilimsel kriterleri ile ilgili konularda kendilerini doğru kaynaklardan bilgilendiren ve bu bilgileri hayatlarında kullanan anne babaların sadece sınav dönemlerinde değil diğer yaşam dönemlerinde de çocukları ile istenilen diyalogda olmaları beklenir. Bütün bunlara ek olarak anne babaların her çocuğun kendine özel şahsiyetler olduğunu bilerek ona göre davranmaları da ailedeki herkesin yararına olacaktır.



## **SINAV ÖNCESİ VE ESNASINDA YAPILACAKLAR**

### **SINAVLA İLGİLİ “MUTLAKALAR” VE “SAKIN HA!”LAR**

#### **SINAVA BİR HAFTA KALA**

##### **“MUTLAKA”LAR**

- Tekrarlarınızı ayrıntıya girmeden ana fikir ve kavramları ifade edecek şekilde yapın.
- Sınavla ilgili olumlu düşünceler geliştirin. Örneğin: Sınavda elimden gelenin en iyisini yapacağım vb.
- Günde mutlaka 8-9 saat uyuyun. Yatma ve kalkma saatlerinizin her gün aynı olmasına özen gösterin.
- Beslenmenizi alışık olduğunuz şekilde sürdürün.
- Her gün açık havada 20-30 dakika yürüyüş yapın.
- Sınava gireceğiniz okulu sınavdan önce görmeye gidin.

##### **“SAKIN HA!”LAR**

- Yeni bir konu öğrenme gayreti içine girmeyin.
- Kalabalık ortamlardan mümkün mertebe uzak durun.
- Arkadaş ve aile çevresinde sınav hakkında konuşmayın.
- Sinemaya gidecekseniz film korku, gerilim ve şiddet filmi olmasın. Uyku düzeninizi bozmayın.
- Beslenme düzeninizi değiştirmeyin
- Çok ağır ve yorucu spor yapmayın.

## **SINAVA BİR GÜN KALA**

### **“MUTLAKA”LAR**

- Sakin bir ortamda sınav dışında konuları konuşarak gününüzü yaşayın.
- Yemeğinizi evde yiyin.
- Aynı saatte kalkıp yatın
- Kıyafetleriniz rahat ve hava şartlarına uygun olsun
- Sınava giderken yanınıza alacağınız malzemeleri hazırlayın ( 2 tane kalem, silgi, kalemıraş, kimlik, sınav kimlik kartı...
- Geçmişteki başarılarınızı düşünün. Olumlu düşünceler geliştirmeyi sürdürün.

### **“SAKIN HA!”LAR**

- Dışarıda yemek yemeyin.
- Geçmişteki başarısızlıklarınızı asla aklınıza getirmeyin.
- Kesinlikle sakinleştirici, uyku verici ilaçlar almayın.

## **SINAV GÜNÜ**

### **“MUTLAKA”LAR**

- Sınav saatini dikkate alarak her zamankinden biraz daha erken kalkın.
- Mutlaka kahvaltı yapın.
- Sınavdan yarım saat önce sınav yerinde olun.
- Bu sınavda başarılı olacağınızı asla unutmayınnnnn.....

### **“SAKIN HA!”LAR**

- Çok erken ya da çok geç kalkmayın.
- Kahvaltı yapmadan evden çıkmayın.
- Soru çözmek için yanınıza müsvette kâğıt almayın.
- Yanınıza hesap makinesi ve cep telefonu almayın.

## **SINAV BAŞLAMADAN ÖNCE**

### **“MUTLAKA”LAR**

- Tuvalet ihtiyacınızı karşılayın.
- Sınav salonuna girdikten sonra salon görevlisininki yardımıyla yerinize yerleşin.
- Soru kitapçığınızın türü neyse cevap kâğıdına da aynı türü kodlayın, ya da kodluysa aynı olduğundan emin olun.
- Soru kitapçıklarının sayfalarını inceleyin, eksik ya da hatalı sayfa olup olmadığına dikkat edin.
- Dağıtılan cevap kâğıdındaki bilgilerin size ait olup olmadığını kontrol edin.

## **SINAV ANINDA**

- Her soruyu dikkatlice okuyun. Okurken “değildir, doğrudur, yanlıştır” gibi ifadelere özel dikkat gösterin.
- Sorunun içinde anahtar olabilecek kelimelerin altını çiziniz.
- Sadece soruyu değil mutlaka seçenekleri de okuyun.
- Sorularda yer alan işlemleri çözmek için kitapçığınızın boş kısmını kullanabilirsiniz.
- Doğruluğundan emin olmadığınız soruya anlayabileceğiniz bir şekilde işaret koyun ve sonra soruya dönmek üzere o soruyu atlayın.
- Bir soruyu cevaplarken belli bir süre geçtiği halde çözüme ulaşamadıysanız, o soruyla uğraşarak zamanınızı boşa harcamayın.
- Çok iyi bir sebebiniz yoksa doğruluğundan emin olduğunuz sorunun cevabını değiştirmeyin.
- Cevaplarınızı cevap kâğıdında doğru bölüme işaretlediğinizden emin olun. Soru numarasıyla cevap kâğıdında işaretlediğiniz numaranın aynı olup olmadığını kontrol edin.
- Cevap kâğıdınızda seçenekleri işaretlerken kodlamaları kurallara uygun olarak yapın. Bunun dışında kâğıda hiçbir işaretleme yapmayın ve karalamayın.
- Cevap kâğıdına yanlış işaretleme yaptığınızda işareti çok temiz şekilde silmeye özen gösterin.