

# PLAN HAZIRLAMA



YUNUSEMRE  
ATATÜRK ORTAOKULU  
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK  
DANIŞMA HİZMETLERİ SERVİSİ

# Günlük Hayatınızda ve Planınızda Olması Gerekli Sekiz Öğe



# PLAN HAZIRLAMA

- Planınızı öğretmenlerinizden, okul psikolojik danışmanlarından ya da ebeveynlerinizden destek alarak da yapabilirsiniz.



# PLAN HAZIRLAMA

- Planınız mutlaka yazılı bir çizelge olarak yapılmalı.
- Planınızın bir örneği evdeki herkesin görebileceği bir yere asılmalı ki ailenizdeki herkes sizin günün hangi saatinde ne yaptığınızı bilsin ve gerekli tedbirleri buna göre alabilsin.

# PLAN HAZIRLAMA

- Günlük tüm aktiviteleriniz plan içerisinde yer almalı.
- Ders ve okul ile ilgili tüm çalışmalarınız günlük hayatınızın merkezinde olmalı.
- Diđer aktiviteler ders ve okul ile ilgili çalışmalarınıza engel olmayacak şekilde düzenlenmeli.

# PLAN HAZIRLAMA

- Günlük aktiviteleriniz içerisinde "serbest zaman" olarak adlandırabileceğiniz zaman dilimleri mutlaka olmalı.
- Serbest zamanlarınızda ebeveynlerinizin de izin verdiği her Őeyi yapabilirsiniz.



# PLAN HAZIRLAMA

- Serbest zamanları boşa geçirilen bir zaman olarak değerlendirmeyin.
  - Serbest zamanlar bir sonraki çalışmalarınızda kendinizi bedensel, zihinsel ve duygusal yönden çalışmaya daha hazır hissetmenize yardımcı olacaktır.

# PLAN HAZIRLAMA

- Derslerinizle ilgili çalışmalara "Günün Ders Tekrarı"nı yaparak başlamalısınız.



- Günün ders tekrarı, öğretmenlerinizin yazdığı notları okumanız, çalışma kitaplarındaki etkinlikleri gözden geçirmenizden ibarettir.



# PLAN HAZIRLAMA

- Her günün sonunda günlük ders tekrarını (15 - 20 dk.), her hafta sonu da haftalık ders tekrarını (30 - 45 dk.) yaparak unutmayı en aza indirebilirsiniz.
- Düzenli tekrar sınav dönemlerindeki çalışmalarınızda da size büyük bir kolaylık sağlayacaktır.

# PLAN HAZIRLAMA



- Nasıl ki sporcular karşılaşmalarda iyi bir performans ortaya koyabilmek için düzenli olarak antrenman yapıyorlarsa,



- Nasıl ki sanatçılar sahnede iyi bir performans sergileyebilmek için düzenli olarak prova yapıyorlarsa,



- Öğrenciler olarak sizlerde sınavlarda iyi bir performans ortaya koymak istiyorsanız düzenli olarak ders tekrarı yapmalısınız.

# PLAN HAZIRLAMA

- Tekrarın ardından ödevlerinizi yapabilirsiniz.
- Ödevleriniz için ayırdığınız süre ödevlerinizin içeriğine ve yoğunluğuna göre değişiklik gösterebilir.
- Ödevlerinizi, 30 - 45 dk. çalışma sürelerinde yapabilirsiniz. Çalışmalarınız arasında 10 - 15 dk.lık aralar vermelisiniz.

# PLAN HAZIRLAMA

- Ödevlerinizin ardından geçireceğiniz serbest zamandan sonra öğrendiklerinizi pekiştirmek amacıyla ders konuları ile ilgili soru çözümlerinizi tavsiye ediyoruz.
- Soru çözümlerini her gün bir dersten ya da her gün iki dersten olacak şekilde planlayabilirsiniz.

# PLAN HAZIRLAMA

- Gününüzün 15 - 30 dk'lık süresini de mutlaka okumaya ayırmalısınız.
- Okumak hayal gücünüzü arttıracak, hayal dünyanızı genişletecek ve kelime dağarcığınızı geliştirecektir.
- Okuduğunuzu anlama beceriniz gelişecek ve bu durum ders başarınızı da olumlu yönde etkileyecektir.

**Ya planladığınız geleceği yaşayacaksınız,  
ya da size sunulanı.**

