



Nazmi Arıkan

**FEN BİLİMLERİ**

Eğitim Kurumları

## TEST ÇÖZME TEKNİKLERİ / ORTAOKUL ÖĞRENCİ BÜLTENİ

Genelde öğrencilerin uzun ve karmaşık sorularda ya da yapamadıkları sorularda çok fazla takılı kaldıkları ve bundan dolayı da kaygı düzeyini yükselterek hata oranlarını arttırdıkları ve süreyi yetiştiremedikleri gözlemlenmektedir.

Kitapçığı eline aldıklarında ilk 10 sn tüm sayfaları kontrol etmek ve sorulara göz gezdirmek öğrencinin rahatlamasına neden olur.

- Sınav anında sorular dikkatli okunmalı ve anlamadan cevaplandırılmamalıdır.
- Uzun ve karmaşık sorular ya da o an cevabı net olmayan sorulara işaret konularak geçilmeli, daha sonra tekrar dönülmelidir.
- Sınavdan erken çıkmamalı, süre sonuna kadar kullanılmalıdır, cevaplar mutlaka kontrol edilmelidir.
- Konsantre olmanın anahtarı şimdide olmaktır.
- Şimdide değilseniz ya geçmiştesinizdir ya da gelecektesinizdir.



Bu nedenle sınavda soruları çözerken kendi kendinize “Şimdi 10. sorudayım, şimdi 11. sorudayım” diye telkinde bulunun. Bu sizi çözdüğünüz soruya etkin bir şekilde odaklayacak ve konsantrasyon gücünüzü artıracaktır.

**Sınavda dikkatsizliklerin en temel sebebi, soruyu okurken gözün cevap şıklarına takılmasıdır.** Bu da, soruları gerektiği gibi anlamamızı engeller. Çünkü zihin konsantre olduğu zamanlarda sadece bir noktaya sabitlenir. Hem soruya hem cevaba bakarsanız hem soruyu hem de cevabı tam olarak anlamazsınız.

Sorulardaki önemli bilgilerin altını çizerseniz görsel dikkatinizden kaçan bilgiler dokunsal dikkatinizden kaçmaz.

- Bir sorudaki ön önemli ifade en son ifadedir. Soruda neyin istendiği çoğunlukla en son ifadede belirtilir. Bu ifadeyi balon içerisine alarak özel olarak dikkatinizi verin. Çünkü beynimiz, çoğunlukla “değildir, çıkarılamaz” gibi olumsuzlama ifadelerini olumlu algılamaya eğilimlidir. Ve olumsuzlamalardan dolayı çok sayıda soru kaçırlır.

### **Problem sorularını nasıl okumalı?**

- Bu sorulardaki verileri mutlaka yanlardaki boşluklara yazın ve çözerken bütün işlemlerinizi zihninizden değil, yazarak yapın. Böylelikle işlem hatası yapmazsınız.

### **Uzun paragraf sorularını nasıl okumalı?**

- Bu sorularda önce soru kökünü okuyun sonra bu bakış açısıyla paragrafı okuyun. Ve özellikle bu sorularda çeldiricilerin çok olduğunu bilerek soruları çözün.

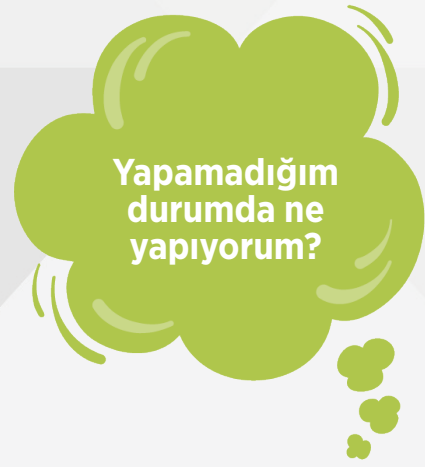
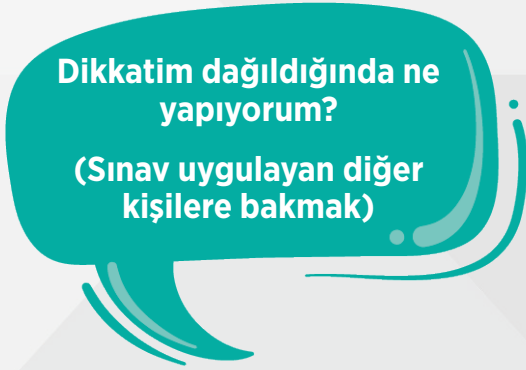
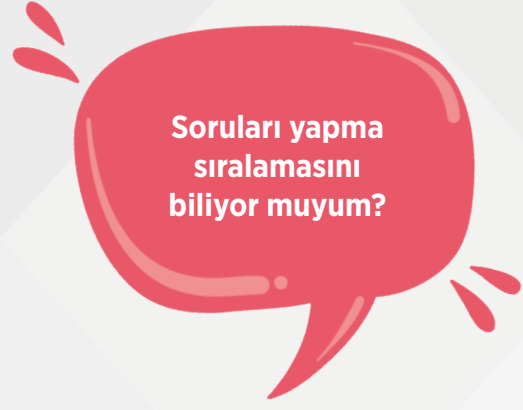
### **Hatırlayamadığımız soruları nasıl geçebiliriz?**

- Hatırlayamadığınız sorulara daha sonra dönmek için yanına bir soru işareti koyun ve geçin. O soruyu sonra hatırlayabilirsiniz. Ancak, o soruda zaman kaybederseniz daha rahat yapabileceğiniz soruları kaçırmazsınız!

### **Sorulara Önyargı ile Yaklaşma!**

- Soruları çözerken sorunun ne istediği önemlidir. Sorulara önce düz, basit bir mantıkla yaklaşın ve sorunun sizden ne istediğine yoğunlaşın.
- Sizin soruyu nasıl anlamak istediğiniz değil, sorunun sizden ne istediği önemlidir.
- Unutmayın, iyi dinlerseniz daha konsantre ve rahat olursunuz. Bu da size daha çok soru yaptırır.
- Kaygı duyuyorsam kontrol etmem gereken bazı durumlar vardır.
- Kaygı kaynağını ortadan kaldırmak. Kaygı yaratan durumları düzenlemek ders çalışma yöntemlerimi düzenlemek; bazen de kaygı kaynağı olan sınava girmemek gibi uygun olmayan şekilde kaynaktan uzaklaşma, kaçma gibi davranışlar sergilenebilir.
- Çevresel koşullarımı düzenlemek

## KENDİME SORMAM GEREKENLER



### NELER YAPMALIYIM?

- Olumsuz inançlarımı değiştirmek.
- Zaman yönetimini öğrenmek
- Gevşeme ve nefes egzersizleri
- Planlı ve düzenli çalışmak
- Uyku ve besleme düzenine dikkat etmek

### Sınav sırasında ya da hemen öncesinde kaygım artarsa ne yapmamalıyım?

- Sınav öncesinde son dakika çalışmaları yapmamak
- Günlük rutinlerde büyük değişiklikler yapmamak (uyku düzeni, beslenme düzeni)
- Yoğun spor ya da bedensel aktivite yapmamak

## Sınavda kaygım çok arttı ne yapabilirim?

- Sınavı kısa bir süre bırakmak, mola vermek ve çevremdeki kişiler yerine sakinleşme adına bir nesneye bakmak.
- Nefes egzersizleri yapmak.
- **Hiçbir soruya önyargıyla yaklaşmayın. Tüm soruları okuyun ve çözmeye çalışın**
- Soru köklerine dikkat edin “değildir”, “olamaz”, “yanlıştır” gibi ifadeleri gözden kaçırmayın
- Zor sorulara üzerinde fazla vakit kaybetmeyin. Fakat bazen zor ve karmaşık görünen soruların cevaplarının çok basit olabileceğini de unutmayın.
- Zor sorulara üzerinde fazla vakit kaybetmeyin. Fakat bazen zor ve karmaşık görünen soruların cevaplarının çok basit olabileceğini de unutmayın.
- Bazı sorularda, soruda verilenlerden cevaba gidemiyorsanız, şıkları kullanarak cevaba ulaşmaya çalışın.
- Cevapları optik forma geçirmeyi, işlemi bitirdikten hemen sonra yapın. Aksi durumda ‘KAYDIRMA’ yapabilirsiniz.
- Bütün şıkları okumadan cevabı işaretlemeyin. Daha doğru bir cevap diğer şıklarda olabilir.
- Kısa sorular kolay, uzun sorular zordur önyargısıyla soruya yaklaşmayın.
- Her testte zor olan sorular bulunabilir. Bu tip soruların moralinizi bozmasına izin vermeyin.

