

# SINAVA ADIM ADIM

**Hedefe varmak  
üzeresin!**

**Düşünelim!  
Bu süreci iyi  
değerlendirmek için  
neler yapabilirsin?**



**Çalıştın çabaladın !  
řimdi eksiklerini belirleyip  
yoluna devam etme zamanı!**

**Deneme sınavlarını iyi  
analiz etmek iřini  
kolaylařtıracak ve süreci iyi  
deęerlendirmeni  
saęlayacaktır!**



**Deneme sınavı  
sonuçlarını  
incelediğinde;**

**Doğruların için  
kendini tebrik et !  
Çalıştın, çabaladın  
ve bu deneme  
sınavlarına  
yansıyor!**



**Yapılan yanlışlar ise  
çok öğretici unutmama  
sınavdan önce o konuya  
çalışıp öğrenme ve  
düzeltme şansın  
olacak!**



**Deneme sınavlarını  
özerken kendine sınav  
taktikleri belirleyebilirsin!**



# **KENDİNİ KAYGILI HİSSEDİYOR**

**OLABİLİRSİN! Bu çok normal! Ancak yoğun bir sınav kaygısı yaşadığını düşünüyorsan; günlük hayatını ve ders çalışma düzenini etkiliyorsa bunu çevren ile paylaşıp yardım alabilirsin!**



**Düşüncelerini  
yönetebildiğini unutma!  
Olumlu düşünceler sana  
kendini iyi hissettirecek ve  
motivasyonunu  
artıracaktır.Sen bu güce  
sahipsin!**



**SINAV SÜRECİNDE  
KENDİMİZE İYİ  
BAKMAMIZ GEREKTİĞİNİ  
VE DİKKAT ETMEMİZ  
GEREKTİĞİNİ  
UNUTMAMALIYIZ!**







**Düzenli  
beslenme;kendini  
daha enerjik  
hissetmeni  
sağlar.Ders çalışma  
motivasyonu,dikkat  
artar.**

**Spor yapmak! Fazla vakit  
ayıramadığın bir  
dönemde olduğunu  
düşünebilirsin.**

**Ancak kısa egzersizler veya  
yürüyüşler yapmak sana  
kendini iyi hissettirecektir!**



**Uyku düzenine dikkat  
etmek sana kendini iyi  
hissetirecek. Odaklanmanı  
,dikkatini ve  
motivasyonunu  
arttıracaktır!**



**HİÇ KİMSE  
BAŞARI  
MERDİVENLERİNİ  
ELLERİ CEBİNDE  
ÇIKMAMIŞTIR!**



**HER BAŞARI**  
**SABIR VE**  
**ZAMANI**  
**BİRLEŐTİRELEREK**  
**KAZANILIR!**



**BEN HAYATIMIN HİÇ  
BİR ANINDA  
KARAMSARLIK NEDİR  
TANIMADIM!  
MUSTAFA KEMAL  
ATATÜRK**



**BAŒARI HER GÜN  
TEKRARLANAN  
ÇABALARIN  
TOPLAMIDIR.**

