

ERDEK NERİME YÜKSEL ORTAOKULU
HAFTALIK DERS ÇALIŞMA PLANI 8.SINIFLAR



SAAT	PAZARTESİ	SALI	ÇARŞAMBA	PERŞEMBE	CUMA	SAAT	CUMARTESİ	PAZAR
08.00 09.10	Uyanma, Kahvaltı (mutlaka), Okula ve Dersin konusuna Hazırlık					09.30 11.15	Uyanma, Kahvaltı Keyfi	
08.50 17.20	OKUL ZAMANI					11.15 12.15	Haftalık okul derslerinin tekrarı+ ödevlerin yapılması	
17.30 18.30	Dinlenme, O gün işlenen derslerinin tekrarı+ ödevlerin yapılması, DİNLENME Günlük derslerin test sorularının çözümü					12.15 13.00	DİNLENME, SERBEST ZAMAN,	
18.30 19.00	AKŞAM YEMEĞİ					13.00 13.15	Test Kaynaklarından Soru Çözümü (Haftalık ders konularına göre)	
19.00 20.00	Ders Çalışma, Test Kaynaklarından Bugün işlenen konu ile ilgili Soru Çözümü (Mat-Fen B.-İnk.T)	Soru Çözümü (Mat-Din K.-Fen B.)	Soru Çözümü (İnk T.- Fen B. -İng)	Soru Çözümü (Fen B.-İng- Türkçe)	Soru Çözümü (Mat- (Türkçe-Fen B.)	13.15 14.00	ÖĞLEN YEMEĞİ	
20.00 20.30	DİNLENME, SERBEST ZAMAN					14.00 16.00	DİNLENME, SERBEST ZAMAN, OYUN, DERS DIŞI ETKİNLİK (BİLGİSYAR, TABLET...vs) DİNLENME, EVDE KEYİF SAATİ, KİTAP OKUMA	
20.30 21.30	Ders Çalışma, Test Kaynaklarından Soru Çözümü (Mat-Fen B.-İnk.T)	Soru Çözümü (Mat-Din K.-Fen B.)	Soru Çözümü (İnk T.- Fen B. -İng)	Soru Çözümü (Fen B.-İng- Türkçe)	Soru Çözümü (Mat-Türkçe-Fen B.)	16.00 18.00	Test Kaynaklarından Soru Çözümü (Haftalık ders konularına göre)	
21.30 22.00	DİNLENME, SERBEST ZAMAN					18.00 20.00	AKŞAM YEMEĞİ DİNLENME, EVDE KEYİF SAATİ, KİTAP OKUMA Ev işleri, puzzle, bulmaca, sudoku	
22.00 22.40	Soru Çözme, Çözülemeyen soruların tespiti ve çözümü					20.00 21.00	Test Kaynaklarından Soru Çözümü (Haftalık ders konularına göre)	
22.40 23.00	30 DK KİTAP OKUMA-UYKUYA HAZIRLIK, DIŞ FIRÇALAMA ve UYUMA					21.00 22.40	BUGÜNKÜ ÇALIŞILAN KONULARIN TEKRAR GÖZDEN GEÇİRİLMESİ KİTAP OKUMA (En az 30 dk)	
						22.40 23.00	UYKUYA HAZIRLIK, DIŞ FIRÇALAMA ve UYUMA	

Hedefi olan için en önemli yol haritası ÇALIŞMA PLANIDIR....
Hedefiniz yoksa hiçbir plan işinize yaramaz. Önce HEDEFİNİZİ BELİRLEYİN....

PLANLI DERS ÇALIŞMA ve BAŞARILI OLMA KONUSUNDA ÖNEMLİ BİLGİLER



- Planınızı odanızda görebileceğiniz bir yere asabilirsiniz. Ailenizden planınıza uyma konusunda yardımcı olmalarını ve sizi kontrol etmelerini isteyebilirsiniz
- Zamanı öldüren tuzaklara karşı dikkatli olmalısınız. İnternet, televizyon, arkadaşlar, telefon ciddi zaman tuzaklarıdır. Başlangıçta zor gibi görünse de zamanla hem siz hem de çevreniz planlı halinize alışacaktır.
- Uyku ve beslenme ders çalışmada ve başarılı olmada çok önemli unsurlardır. Günde ortalama uyku süresi 7-8 saat aralığında olmalıdır. 8 saati kesinlikle geçmemelidir. Kahvaltı yapmak, bütün besin türlerinden dengeli bir biçimde tüketmek, bol bol sebze ve meyve yemek, fastfood ve aşırı çay kahve tüketiminden uzak durmak hem sağlıklı bir ruh ve beden yapınız olmasını sağlayacak hem de sınav kaygınızı kontrolde de size yardımcı olacaktır.
- Planınıza uyma konusunda dikkat etmeniz gereken Önemli 5 madde

- 1- 40'lık ders çalışma süresinden sonra 10 veya 15 dk ara vermelisiniz. Her gün her dersle ilgili kaynaklardan (örneğin 3 kaynak varsa) en az 10 soru çözmelisiniz. Her ders için günlük **minimum 30 soru** çözmeyeniz gereken sorudur. Soru sayınızı her ay arttırmalısınız. Ayrıca çözemediğiniz soruların mutlaka çözümünü öğrenmelisiniz. (Araştırarak, arkadaşlarınıza veya öğretmenlerinize çözümü sorarak öğrenmelisiniz)
- 2- Parantez içindeki dersler örnek olarak yazılmıştır. Gün içerisinde **OKULDA** üzerinde işlenen derslerle ilgili soru çözümü yapılmalıdır. Ayrıca bir Sayısal dersten sonra mutlaka sözel ders çalışmalısınız. Sayısal ve sözel dersler arka arkaya çalışılmamalıdır. Örneğin: Sayısal-sözel-sayısal-sözel..gibi (Fen-Türkçe-Mat-İnk. Tarihi)
- 3- Her gün mutlaka **KİTAP OKUMALI**, zihin ve akıl yürütme, soruları anlama ve yorumlama yeteneğinizin gelişimi için satranç, dama, su doku, puzzle, labirent bulmacalar gibi ilginizi en çok çeken etkinliklerden birini dinlenme saatlerinizde gerçekleştirmelisiniz.
- 4- Ders çalışma sırasında Zamanınızı çalan zihninizi olumsuz etkileyen durumlardan uzak durmalısınız. TV-Bilgisayar-Tablet-Telefon...vs.. Teknolojik aletleri tablet, telefon...vs hafta sonu boş zamanlarınızda ve ailenizle belirleyeceğiniz saatlerde kullanmalısınız.
- 5- Bu plan, tüm öğrencilere yönelik örnek olarak hazırlanmıştır. Ders çalışma, yemek saatleri ve etkinlik saatleri evinizin durumuna göre değişebilir. Ancak, Ders çalışma gün içerisinde (40 dk lık zaman dilimleri), dinlenme (10dk), kitap okuma (en az 30dk) ve ders dışı etkinlik (TV, Bilgisayar, tablet, telefon..vs)hafta sonu olmak üzere zamanları belirlenen sürelerde olması çalışmalarınızı etkili hale getirecektir.

HATIRLAYIN! Ders çalışma isteği olmayan bir öğrenciye, hiçbir plan ders çalıştırmaz. Aslında kendi kendinize, okulda yapılan hiçbir plana uymamanızın bir nedeni budur. Siz size ders çalıştıracak o motivasyonu içinizde bulmalısınız. Başarıda sihir yok, **DÜZENLİ, ETKİLİ ve KARARLI ÇALIŞMAK** var.

BAŞARILAR DİLİYORUM

BANU BAYKAL
OKUL REHBER ÖĞRETMENİ