

İMKB ANADOLU LİSESİ 9. ve 10. SINIF HAFTALIK DERS ÇALIŞMA PROGRAMI

PAZARTESİ	SALI	ÇARŞAMBA	PERŞEMBE	CUMA	CUMARTESİ	PAZAR
08:00 Uyanma-Kahvaltı	08:00 Uyanma-Kahvaltı	08:00 Uyanma-Kahvaltı	08:00 Uyanma-Kahvaltı	08:00 Uyanma-Kahvaltı	10:00-11:00 Fizik	10:00-11:00 Matematik
08:30-09:30 Matematik	08:30-09:30 Fizik	08:30-09:30 Kimya	08:30-09:30 Biyoloji	08:30-09:30 Matematik	11:00-11:10 Ara	11:00-11:10 Ara
09:30-09:40 Ara	09:30-09:40 Ara	09:30-09:40 Ara	09:30-09:40 Ara	09:30-09:40 Ara	11:10-12:10 Fizik	11:10-12:10 Matematik
09:40-10:40 Matematik	09:40-10:40 Fizik	09:40-10:40 Kimya	09:40-10:40 Biyoloji	09:40-10:40 Matematik	12:10-12:20 Ara	12:10-12:20 Ara
10:40-10:50 Ara	10:40-10:50 Ara	10:40-10:50 Ara	10:40-10:50 Ara	10:40-10:50 Ara	12:20-13:20 Tarih	12:20-13:20 İngilizce
10:50-11:50 Türkçe	10:50-11:50 Tarih	10:50-11:50 Coğrafya	10:50-11:50 Türkçe	10:50-11:50 Din	13:20-14:00 Ara-Yemek	13:20-14:00 Ara-Yemek
11:50-12:30 Öğlen Yemeği	11:50-12:30 Öğlen Yemeği	11:50-12:30 Öğlen Yemeği	11:50-12:30 Öğlen Yemeği	11:50-12:30 Öğlen Yemeği	14:00-15:00 Kimya	14:00-15:00 İngilizce
12:30 Canlı Dersler	12:30 Canlı Dersler	12:30 Canlı Dersler	12:30 Canlı Dersler	12:30 Canlı Dersler	15:00-15:10 Ara	15:00-15:10 Ara
O gün işlenen derslerin tekrarı	O gün işlenen derslerin tekrarı	O gün işlenen derslerin tekrarı	O gün işlenen derslerin tekrarı	O gün işlenen derslerin tekrarı	15:10-16:10 Kimya	15:10-16:10 Türkçe
Ara (10 dakika)	Ara (10 dakika)	Ara (10 dakika)	Ara (10 dakika)	Ara (10 dakika)	16:10-17:10 Ara	16:10-17:10 Ara
Soru çözümü	Soru çözümü	Soru çözümü	Soru çözümü	Soru çözümü	17:10-18:10 Coğrafya	17:10-18:10 Türkçe
Kitap okuma saati	Kitap okuma saati	Kitap okuma saati	Kitap okuma saati	Kitap okuma saati	Kitap okuma saati	Kitap okuma saati

NOT: Program üzerinde değişiklikler yaparak kullanabilirsiniz. Okul canlı ders saatlerine göre çalışma saatleri esnetilebilir.
Günlük soru sayısı: 9. Sınıf: 80-100, 10. Sınıf: 100-150

NOTLAR:

- * Programda belirtilen derse çalışırken saat dilimlerinin **45 dakikasını** ders çalışarak **15 dakikasını** soru çözerek geçirmelisin.
- * Okul dönüşü okul derslerinin tekrarını yapmak öğrenmeyi pekiştirir.
- * Serbest çalışma saatlerinde ihtiyaç duyduğun derslerle ilgili soru çözümü ve konu çalışması yapabilirsin.

***TLF VE BİLGİSAYAR (İNTERNET) KULLANIMINI AZALTMALISINIZ**

SORU ÇÖZÜMLERİ TEKRAR EDİLEN DERSLERDEN OLMALI.

REHBERLİK SERVİSİ

ÇALIŞMA ORTAMI NASIL OLMALI?

- *Çalışma ortamınızın sizin veriminizi yükseltecek bir biçimde düzenlenmiş olması o çalışmadan daha fazla doyum almanızı sağlayacaktır.
- *Çalışmanızı mutlaka çalışma odanızda eğer çalışma odanız yoksa sürekli çalıştığınız çalışma köşenizde yapmalısınız.
- *Çalışmanızı mutlak çalışma masanızda sandalye de oturarak yapmalısınız.
- *Masanızın düzenli olmasına özen göstermelisiniz. Masanızın üzerinde sadece çalıştığınız derse ait materyal bulunmalı, gereksiz şeyler kaldırılmalı.
- *Odanız temiz, havadar olmalı, sık sık havalandırılmalı ve düzenli olmalıdır. Dersler için aradığınız materyalleri kolaylıkla bulabileceğiniz şekilde düzenlenmeli.
- * Çalışma odanızda ders çalışırken dikkatinizi dağıtabilecek posterler, afişler, müzik, resim vb. dikkat dağıtıcı işitsel ve görsel uyarıcılar bulunmamalı.
- * Odanız mümkün olduğunca sade ve düzenli olmalı.
- *Çalışma odanız yeterince sıcak ve soğuk olmalı, iyi aydınlatılmalı, ışık gözlerinizi yormamalı.
- *Çalışmanızdan yeterince verim alabilmek için dengeli ve düzenli beslenmeli, özellikle sabah kahvaltınızı düzenli ve yeterli olacak şekilde yapmalısınız.
- * Sınavlara yaklaştığınız dönemde zayıflama rejimine girmeyi kesinlikle düşünmemelisiniz.
- * Uykunuzun düzenine dikkat etmeli (6-8 saat) uykunuzu almalısınız.