



Kalabalık ortamlardan mümkün
oldukça uzak durmalısın.



Yemeklerini, kişisel eşyalarını, havlunu
kimseye paylaşmamalısın.



Evinizde kapı kolları, elektrik düğmeleri, elektronik aletlerin
ekranları klavye ve mouse gibi yerlere temas ettiğinde ellerini
dezenfekte etmeyi ihmal etmemelisin.

11. SINIF EŞİT AĞIRLIK DERS ÇALIŞMA PROGRAMI

SAAT	PAZARTESİ	SALI	ÇARŞAMBA	PERŞEMBE	CUMA	CUMARTESİ	PAZAR
	UYAN KAHVALTI	UYAN KAHVALTI	UYAN KAHVALTI	UYAN KAHVALTI	UYAN KAHVALTI	UYAN KAHVALTI	UYAN KAHVALTI
	COĞRAFYA KONU: SORU ÇÖZÜMÜ: 30-50 SORU D: Y: B:	MATEMATİK (AYT-11.SINIF) KONU: SORU ÇÖZÜMÜ: 30-50 SORU D: Y: B:	İNKILAP TARİHİ (TYT) KONU: SORU ÇÖZÜMÜ: 30-50 SORU D: Y: B:	TARİH KONU: SORU ÇÖZÜMÜ: 30-50 SORU D: Y: B:	TYT MATEMATİK KONU: SORU ÇÖZÜMÜ: 30-50 SORU D: Y: B:	HOBİLERİNE VAKİT AYIR (EVDE YAPABİLECEĞİN AKTİVİTELER-> MEDITASYONA BAŞLA, EGZERSİZ YAP, İNGİLİZCE ALT YAZILI FİLM İZLE, YAPBOZ YAP, ANİME ÇİZİMİ YAP)	HOBİLERİNE VAKİT AYIR (EVDE YAPABİLECEĞİN AKTİVİTELER-> MEDITASYONA BAŞLA, EGZERSİZ YAP, İNGİLİZCE ALT YAZILI FİLM İZLE, YAPBOZ YAP, ANİME ÇİZİMİ YAP)
	MATEMATİK (AYT-11.SINIF) KONU: SORU ÇÖZÜMÜ: 30-50 SORU D: Y: B:	TÜRK DİLİ EDEBİYATI KONU: SORU ÇÖZÜMÜ: 30-50 SORU D: Y: B:	TYT MATEMATİK KONU: SORU ÇÖZÜMÜ: 30-50 SORU D: Y: B:	MATEMATİK (AYT-11.SINIF) KONU: SORU ÇÖZÜMÜ: 30-50 SORU D: Y: B:	GEOMETRİ KONU: SORU ÇÖZÜMÜ: 30-50 SORU D: Y: B:	HAFTALIK GENEL TEKRAR TÜM HAFTA ÇALIŞILAN KONULARA GÖZ GEZDİR.	
	KİTAP OKUMA SAATİ KİTABIN ADI: OKUNAN SAYFA SAYISI:	KİTAP OKUMA SAATİ KİTABIN ADI: OKUNAN SAYFA SAYISI:	KİTAP OKUMA SAATİ KİTABIN ADI: OKUNAN SAYFA SAYISI:	KİTAP OKUMA SAATİ KİTABIN ADI: OKUNAN SAYFA SAYISI:	KİTAP OKUMA SAATİ KİTABIN ADI: OKUNAN SAYFA SAYISI:	KİTAP OKUMA SAATİ KİTABIN ADI: OKUNAN SAYFA SAYISI:	
	PARAGRAF SORU ÇÖZÜMÜ: 10-20 D: Y: B:	PARAGRAF -PROBLEM SORU ÇÖZÜMÜ: 10-20 D: Y: B:	PARAGRAF SORU ÇÖZÜMÜ: 10-20 D: Y: B:	PARAGRAF -PROBLEM SORU ÇÖZÜMÜ: 10-20 D: Y: B:	PARAGRAF SORU ÇÖZÜMÜ: 10-20 D: Y: B:	PARAGRAF -PROBLEM SORU ÇÖZÜMÜ: 10-20 D: Y: B:	
	POMODORO ÇALIŞMA YÖNTEMİ		FEYNMAN TEKNİĞİ	FEYNMAN TEKNİĞİ	FEYNMAN TEKNİĞİ	FEYNMAN TEKNİĞİ	
	1 2 3 4 5 DERSİ SEÇ 25 DK TUT 25 DK DERSLE İLGİLEN 5 DK MOLA 25 DK MOLA { 4 KEZ TEKRARLA }		1. ADIM BİR KONU SEÇ VE ÇALIŞMAYA BAŞLA	2. ADIM KONUYU BİLMİYEN BİR KİŞİYE BİR ÇOCUĞA ANLATIR GİBİ ANLAT	3. ADIM ANLATIRKEN TIKANDIĞIN YERLERİ TESPİT ET	4. ADIM DAHA İYİ ANLAMAK İÇİN DÖNÜP YENİDEN ÇALIŞ	

* SENİ ENDİŞELENDİRECEK HABER, TWEET
GİBİ BİLGİ KIRILULUĞUNDAN UZAKLAŞ.

* İNTERNETTEN RAHATSIZLIK SEMPTOMLARI
OKUYUP KENDİNDE OLDUĞUNU DÜŞÜNÜP
KURUNTU YAPMA.

* TAMAMEN UMURSAMAZ BİR TAVRA
BÜRÜNME, KİŞİSEL BAKIMINA DİKKAT ET!

