|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| YALOVA GSL REHBERLİK/HAFTALIK DERS ÇALIŞMA PROGRAMI TASLAK/ÖRNEK | | | | | | | | |
| PAZARTESİ | **14:30–16:30**  **Yemek Dinlenme** | **16:30-17:20**  **Ders Tekrarı**  **(15 er dk.)** | **17:30-18:20**    **Meslek Dersi**  **Çalışma** | **18.30-19:30**  **YEMEK DİNLENME** | **19:30-20:20**  **Ders Çalışma**  **Saati**  **KENDİN BELİRLE**  **(Soru Çöz)** | **20:30-21:20**  **Ders Çalışma**  **Saati**  **KENDİN BELİRLE**  **(Soru Çöz)** | **21:30-22:30**  **Kitap oku**  **Müzik**  **Resim**  **İngilizce video izle** | **23:00**  **En geç**  **UYKU SAATİ** |
| SALI | **10:00-11:00**  **Meslek Dersi**  **Çalışması** | **11:20-12:10**  **Ders Çalışma**  **Saati**  **KENDİN BELİRLE**  **(Soru Çöz)** | **14:30-19:30**  **DERSLER** | **19:30-20:20**  **YEMEK DİNLENME** | **20:30-21:20**  **Ders Tekrarı**  **(15 er dk.)** | **21:30-22:20**  **Ders Çalışma**  **Saati**  **KENDİN BELİRLE**  **(Soru Çöz)** | **22:30-23:00**  **Kitap oku**  **Müzik**  **Resim**  **İngilizce video izle** | **23:00**  **En geç**  **UYKU SAATİ** |
| ÇARŞAMBA | **14:30–16:30**  **Yemek Dinlenme** | **16:30-17:20**  **Ders Tekrarı**  **(15 er dk.)** | **17:30-18:20**    **Meslek Dersi**  **Çalışması** | **18.30-19:30**  **YEMEK DİNLENME** | **19:30-20:20**  **Ders Çalışma**  **Saati**  **KENDİN BELİRLE**  **(Soru Çöz)** | **20:30-21:20**  **Ders Çalışma**  **Saati**  **KENDİN BELİRLE**  **(Soru Çöz)** | **21:30-22:30**  **Kitap oku**  **Müzik**  **Resim**  **İngilizce video izle** | **23:00**  **En geç**  **UYKU SAATİ** |
| PERŞEMBE | **10:00-11:00**  **Meslek Dersi**  **Çalışması** | **11:20-12:10**  **Ders Çalışma**  **Saati**  **KENDİN BELİRLE**  **(Soru Çöz)** | **14:30-19:30**  **DERSLER** | **19:30-20:20**  **YEMEK DİNLENME** | **20:30-21:20**  **Ders Tekrarı**  **(15 er dk.)** | **21:30-22:20**  **Ders Çalışma**  **Saati**  **KENDİN BELİRLE**  **(Soru Çöz)** | **22:30-23:00**  **Kitap oku**  **Müzik**  **Resim**  **İngilizce video izle** | **23:00**  **En geç**  **UYKU SAATİ** |
| CUMA | **14:30–16:30**  **Yemek Dinlenme** | **16:30-17:20**  **Ders Tekrarı**  **(15 er dk.)** | **17:30-18:20**    **Meslek Dersi**  **Çalışma** | **18.30-19:30**  **YEMEK DİNLENME** | **Dinlen**  **Serbest** | | **21:30-22:30**  **Kitap oku**  **Müzik**  **Resim**  **İngilizce video izle** | **23:00**  **En geç**  **UYKU SAATİ** |
| CUMARTESİ | **10:00-11:00**  **Meslek Dersi**  **Çalışması** | **11:20-12:10**  **Ders Çalışma**  **Saati**  **KENDİN BELİRLE** | **14:30-19:30**  **DERSLER** | **19:30-20:20**  **YEMEK DİNLENME** | **20:30-21:20**  **Ders Tekrarı**  **(15 er dk.)** | **Dinlen**  **Serbest** | | **En Geç Uyku Saati**  **00:00** |
| PAZAR | **10:00-11:00**  **Meslek Dersi**  **Çalışması** | **11:00-16:00**  **SERBEST** | **16:00-18:00**  **HAFTALIK TEKRAR**  **SORU ÇÖZ** | **19:30-20:20**  **YEMEK DİNLENME** | **20:30-21:30**  **HAFTALIK TEKRAR**  **SORU ÇÖZ** | **Dinlen**  **Serbest** | | **23:00**  **En geç**  **UYKU SAATİ** |

-BU PROGRAMIN SAATLERİ VE DERSLERİN GÜNLERİ, BULUNDUĞUNUZ ŞARTLARA GÖRE DEĞİŞTİRİLEBİLİR.

Kendinize GÖRE!!! UYARLAYINIZ..

PROGRAMINIZDA TEMEL VE VAZGEÇİLMEZ OLAN……..HAFTA İÇİ HERGÜN

DERS TEKRARI (1 DERS SAATİ/50 DK.)-HAFTA SONU DA OLACAK

MESLEK DERSİ (1 DERS SAATİ/50DK.)-HAFTA SONU DA OLACAK

KÜLTÜR DERSLERİ (2 DERS SAATİ/100 DK.)

MUTLAKA OLMALI…!!!!

-Çalışma masası, önceden hazırlanacak, kitap ve defter, diğer malzemeler önceden masaya koyulabilir,

-Sabah kalkış ve akşam yatış saatlerine dikkat edilmeli,

-Dersler sessiz bir odada, masada çalışılmalı,

-Ders aralarında, tv ve internetten uzak durulmalı,

-Müzikle ya da TV açıkken ders çalışılmamalı,

-Her ders çalışma sonrasında en az 15 soru çözülmeli…

-Programınızın bir örneğini bana ulaştırınız. En az bir hafta uyguladıktan sonra…..Bir aksilik olduğunda ya da ihtiyaç hissettiğinizde, rehber öğretmen ile görüşebilirsiniz.

