

Haftalık Çalışma Programı

Haftayı pazar akşamı doldur, her akşam işaretle, pazar tekrar bak.

koçunu seç

AD SOYAD

HAFTA

ALAN

BU HAFTANIN TEK HEDEFİ

Her kutuya dersi, konuyu ve hedef soru sayısını yaz. Bitirince kutunun köşesini işaretle.

SAAT	PZT	SAL	ÇAR	PER	CUM	CMT	PAZ
Sabah 07.00-12.00							
Öğleden sonra 13.00-17.00							
Akşam 18.00-21.00							
Gece 21.00-23.00							
Günün toplamı soru / süre							

Bu haftanın denemeleri

Denemeyi haftaya önceden yerleştir. Sonuç hanesini deneme biter bitmez doldur.

Deneme / tarih

net

Tekrar listesi

Denemede veya soru çözerken yanlış yaptığın konular. Gelecek haftanın programı buradan çıkar.

Pazar değerlendirme

Üç soru, üç satır. Uzun yazma.

YAPABİLDİKLERİM

AKSAYAN VE NEDENİ

GELECEK HAFTA İLK İŞ

Boş kalan kutu suçluluk değil, planın gerçekçi olmadığına işarettir. Ertesi hafta o kutuyu küçült.

kocunusec.com

Örnek: doldurulmuş bir hafta

Okula giden 12. sınıf öğrencisi, sayısal. Bir koçun öğrencisiyle kurduğu tipik bir hafta.

koçunu seç

ÖRNEK

AD SOYAD

Zeynep D.

HAFTA

6 – 12 Ekim

ALAN

Sayısal

BU HAFTANIN TEK HEDEFİ

Türev bitecek

✓ işareti tamamlanan kutuyu gösterir. Perşembe akşamı boş kaldı, nedeni aşağıda yazıyor.

SAAT	PZT	SAL	ÇAR	PER	CUM	CMT	PAZ
Sabah 07.00–12.00	Okul Derste TYT Matematik tekrarı, defterden					TYT Deneme ✓ 10.00 başla, tek oturum 135 dk	Serbest
Öğleden sonra 13.00–17.00	Dinlenme	Dinlenme	AYT Matematik ✓ Türev · kural tekrarı 30 soru	Dinlenme	Dinlenme	Deneme analizi ✓ Yanlışları konuya böl 60 dk	AYT Fizik ✓ Elektrik · eksik konu 25 soru
Akşam 18.00–21.00	AYT Matematik ✓ Türev · alma kuralları 40 soru	TYT Türkçe ✓ Paragraf 30 soru	AYT Kimya ✓ Mol kavramı 25 soru	AYT Matematik Türev · maks–min 40 soru	AYT Biyoloji ✓ Sinir sistemi 20 soru	Yanlış tekrarı ✓ Denemedeki 8 yanlış 45 dk	Hafta planı ✓ Gelecek haftayı yaz 20 dk
Gece 21.00–23.00	TYT Matematik ✓ Problemler 20 soru	AYT Matematik ✓ Türev · soru çözümü 20 soru	Erken uyku	Okul sınavı vardı, çalışamadı	TYT Fen ✓ Karışık 20 soru	Serbest	Erken uyku
Günün toplamı soru / süre	60 · 4s	50 · 4s	55 · 3s	0 · 0s	40 · 4s	Deneme · 4s	25 · 3s

Bu haftanın denemeleri

TYT Deneme 7 · 11 Ekim	72,5
Geçen hafta	68,0
Fark	+4,5

Tekrar listesi

Matematik · problemler, hız–zaman

Fizik · elektrik devreleri

Türkçe · anlatım biçimleri

Kimya · mol hesabı, 3 yanlış

Pazar değerlendirmesi

YAPABILDIKLERIMTürev bitti, deneme netim 4,5 arttı.

AKSAYAN VE NEDENİPerşembe okul sınavı vardı, akşam bloğu gitti.

GELECEK HAFTA İLK İŞElektrik devreleri, perşembeyi boş bırak.

Bir hafta programın tamamı tutmaz. Tutmayan kutunun nedenini yazmak, o kutuyu silmekten daha çok işe yarar.

kocunusec.com