



9. Gün

KISA SÜRELİ HAFIZA GELİŞTİRME ÇALIŞMALARI - Pratik Hafıza Geliştirme Çalışmaları

Başlangıç Düzey

Egzersiz-2: Sayı Kodlama Çalışması	Seviye: 2	Süre: 2	Tekrar: 1 dakika boyunca yap
Egzersiz-2: Sayı Kodlama Çalışması	Seviye: 3	Süre: 2	Tekrar: 1 dakika boyunca yap
Egzersiz-2: Sayı Kodlama Çalışması	Seviye: 4	Süre: 2	Tekrar: 1 dakika boyunca yap
Egzersiz-2: Sayı Kodlama Çalışması	Seviye: 5	Süre: 2	Tekrar: 1 dakika boyunca yap
Egzersiz-2: Sayı Kodlama Çalışması	Seviye: 6	Süre: 2	Tekrar: 1 dakika boyunca yap
Egzersiz-2: Sayı Kodlama Çalışması	Seviye: 7	Süre: 2	Tekrar: 1 dakika boyunca yap

En Az 10 Dakika yada En Fazla 1 Saat Ara Ver!

KISA SÜRELİ HAFIZA GELİŞTİRME ÇALIŞMALARI - Pratik İşlem Geliştirme Çalışmaları

Başlangıç Düzey

Egzersiz-2: Eşleştirme Oyunu	Seviye: 4	Süre: 10 ve 8	Tekrar: Her süreden 3 oyun oyna
Egzersiz-2: Eşleştirme Oyunu	Seviye: 5	Süre: 10 ve 8	Tekrar: Her süreden 3 oyun oyna
Egzersiz-2: Eşleştirme Oyunu	Seviye: 6	Süre: 10 ve 8	Tekrar: Her süreden 3 oyun oyna

En Az 10 Dakika yada En Fazla 1 Saat Ara Ver!

KISA SÜRELİ HAFIZA GELİŞTİRME ÇALIŞMALARI - Kelime-Cümle-Atasözü Çalışmaları

Başlangıç Düzey

Egzersiz-2: Atasözlerini Hafızalama Çalışması	Seviye: 4 / TEKLİ	Süre: 8	Tekrar: 3 oyun oyna
Egzersiz-2: Atasözlerini Hafızalama Çalışması	Seviye: 8 / TEKLİ	Süre: 8	Tekrar: 3 oyun oyna
Egzersiz-2: Atasözlerini Hafızalama Çalışması	Seviye: 4 / TEKLİ	Süre: 6	Tekrar: 3 oyun oyna
Egzersiz-2: Atasözlerini Hafızalama Çalışması	Seviye: 8 / TEKLİ	Süre: 6	Tekrar: 3 oyun oyna

En Az 10 Dakika yada En Fazla 1 Saat Ara Ver!

UZUN SÜRELİ HAFIZA GELİŞTİRME ÇALIŞMALARI - Eğitimde En Çok Kullanılan Hafıza Teknikleri

Başlangıç Düzey

Egzersiz-9: Leitner Kutusu Tekniği	Seviye:	Süre:	Tekrar: 1 kez izle
------------------------------------	---------	-------	--------------------

DİKKAT! Programı 1 günde (aynı gün içerisinde) bitirmeye çalışın.

DİKKAT! Zorlandığınız yerlerde bırakmayın devam edin! Kendinizi zorlayın!

DİKKAT! Tekrar sayılarını yazılanın dışında istediğiniz kadar yapabilirsiniz!

DİKKAT! 1. günün programını bitirdikten sonra 1 gün ara verin ve 2. günün çalışmalarına başlayın!

DİKKAT! Çalışma listesindeki zorluk dereceleri (seviyeler) size kolay geldiyse, arttırabilir ve zorlaştırabilirsiniz.