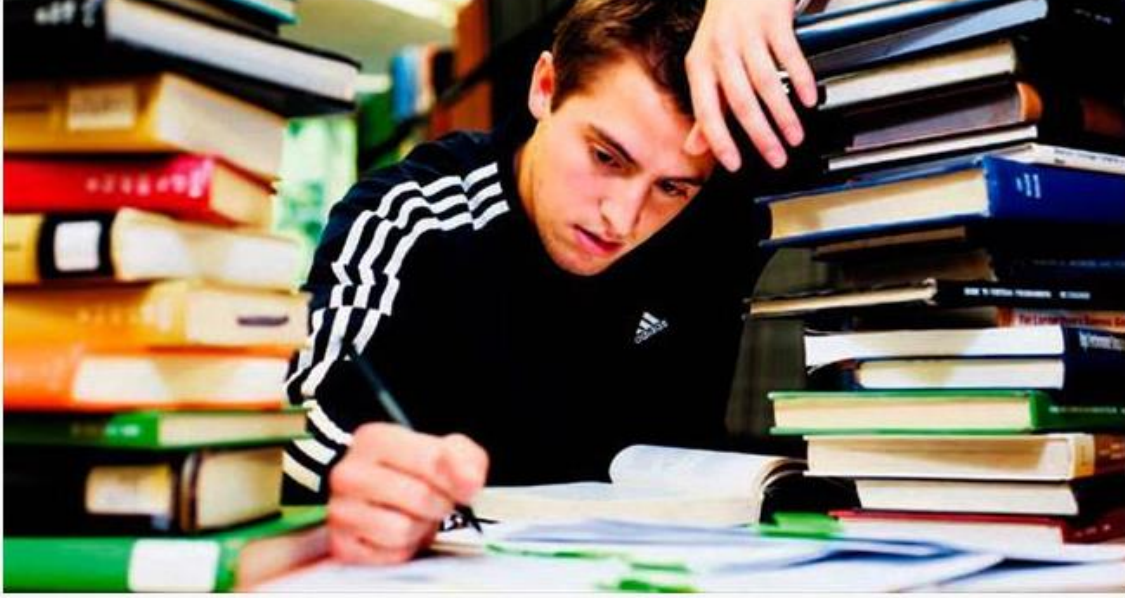


## DENEME SINAVLARINA DEVAM



8-3-2016 14:32

**Sınava 5 gün kaldı. Uzmanlar bu süre içinde bol bol kısa sorulu deneme sınavları çözmeyi öneriyor. Omega 3 ağırlıklı beslenmek de sınav başarınızı artıracaktır**

**Sınava 5 gün kaldı. Uzmanlar bu süre içinde bol bol kısa sorulu deneme sınavları çözmeyi öneriyor. Omega 3 ağırlıklı beslenmek de sınav başarınızı artıracaktır**

Üniversiteye girişin ilk basamağı olan YGS'ye sayılı günler kala uzmanlar konu tekrarı yerine bol bol deneme sınavı çözümlerini öneriyor. Bu süreçte beden sağlığının da korunması gerektiğine vurgu yapan Yaşar Üniversitesi MYO Gıda Teknolojisi Program Sorumlusu Dr. Eylem Ezgi Fadiloğlu omega 3 ağırlıklı beslenmenin sınav başarısını artıracaklarını söyledi. Fadiloğlu, "Omega 3 yönünden zengin olan sardalya, ton, somon gibi balıklar, koyu yeşil yapraklı sebzeler, et, yumurta, ceviz, fıstık, badem gibi protein kaynakları, stresi azaltan brokoli, ıspanak, domates gibi besinler tercih edilmeli. Sınav döneminde günde bir adet muz yemek ise dikkat dağınıklığını engeller" dedi.

### **STRATEJİ BELİRLEYİN**

Bilfen Antalya Anadolu ve Fen Lisesi Müdürü Ece Özel ise, başarı için iyi bir sınav stratejisine ihtiyaç olduğunu kaydederek, "Hangi dersten başlayacağınıza, soru okuma hızınıza, yapamadığınız soru olursa nasıl hareket edeceğinize, zaman azaldığında nasıl davranmanız gerektiğine, soruları bitirdiğinizde geri dönüp hangi derse bakmanız gerektiğine önceden karar vermelisiniz. Kendiniz için en ideal olana ulaşip bunu uygulamalısınız" dedi.