

#خواندنی

فرمان امتحانت رایه دست بگیر

قسمت دوم



ممکن است شما هم از آن دسته افرادی باشید که در روزهای نزدیک امتحان و شب امتحان تمام خلاقیت و ابتکارتان رشد می‌کند و به کارهای هنری علاقه‌مند می‌شوید. دوست دارید همه کتاب‌های غیردرسی دنیا را بخوانید و کلی ایده فرهنگی به سراغ ذهنتان می‌آید.

در این موقعیت باید هر جایی که بیشتر جلوی چشمتان است این جمله را بنویسید که درس خواندن مهم‌ترین کار امروز شماست و هیچ جایگزینی ندارد. بعد هم یک کاغذ و قلم کنار دستتان بگذارید و هر کار و ایده‌ای را که به ذهنتان می‌رسد، یادداشت کنید و به خودتان قول بدهید بلافاصله بعد از امتحانات به موارد این لیست یکی یکی و با دقت رسیدگی کنید.

خلاصه به دست باشید

خلاصه نویسی هایی را که از ابتدای سال داشتید، چند بار بخوانید و حتی خلاصه ترشان کنید. یک نقشه کلی از مباحث بکشید که با نگاه کردن به آن جزئیات هم به ذهنتان برسد. همین خلاصه ها را دائم به دست گرفته و مرورشان کنید. لازم نیست برای خلاصه نویسی وسواس به خرج دهید، همین که هم بخوانید و هم بنویسید برای یادگیری کمک بسیار بزرگی است. فقط کلیدواژه های اصلی را یادداشت کنید. فراموش نکنید که شب امتحان بیشتر باید به مرور درس ها اختصاص پیدا کند.

لطفاً حالتان خوب باشد

برای اینکه در امتحاناتتان موفق باشید، باید حال جسمتان هم خوب باشد. اینکه بخواهید از وقت شام و ناهار بزنید و در آن زمان هم درس بخوانید، کار منطقی و هوشمندانه‌ای نیست. تغذیه سالم و کافی داشته باشید، با ورزش و استراحت کافی نشاطتان را حفظ کنید. اینکه روز امتحان به خاطر کم‌خوابی یا خواب نامناسب چشم‌هایتان آلبالوگیلاس بچینند تقصیر هیچ‌کس جز خودتان نیست.

ممکن است وسوسه شوید که از زمان خوابتان برای مطالعه استفاده کنید، اما بدانید که ذهن خسته و خواب‌آلود آمادگی چندانی برای یادگیری مطالب ندارد. از طرفی زمان امتحان یادآوری آنچه یاد گرفته‌اید حسابی سخت می‌شود. حواستان باشد کم‌خوابی دست‌وپای حافظه‌تان را می‌بندد؛ حتی ممکن است که وسط امتحان به‌کل خوابتان ببرد و با صدای مراقب بیدار شوید.

پپرس تا بگم

سعی کنید در روز و شب‌های باقی‌مانده تا امتحان حتماً تعداد زیادی نمونه سؤال حل کنید. جواب‌ها را تحلیل کنید و سؤال‌های جدید را دوباره حل کنید. این کار هم شما را با سبک سوالات آشنا می‌کند و هم نگرانی‌تان بابت اینکه جواب آن‌ها را می‌دانید یا خیر برطرف می‌شود.

البته حل کردن نمونه سؤال همیشه به صورت کتبی نیست
گاهی لازم است با خواهر و برادرهایتان مسابقه
پرسش و پاسخ برگزار کنید. آن‌ها از شما بپرسند و شما
هم از درسی که آن‌ها امتحان دارند سؤال کنید. به این ترتیب،
هم سرعت یادآوری مطالب در ذهنتان زیاد می‌شود
و هم با نقطه ضعف‌هایی که دارید آشنا شده و
تا دیر نشده جبران‌شان می‌کنید.

خوب یاد بگیرید

بعضی از مباحث در کتاب درسی پایه سایر مطالب محسوب می‌شوند. وقتی آن‌ها را یاد بگیرید کارتان راحت‌شده و روند مطالعه بهتر پیش می‌رود؛ پس، اول سراغ این مباحث بروید، خوب یاد بگیرید و اشکالاتتان را از هم‌کلاسی‌هایتان سؤال کنید. آنچه معلم برای یادگیری آن تأکید کرده حتماً بخوانید.

لازم نیست درس‌ها را موبه‌مو حفظ باشید، بلکه باید
درس را به خوبی فهمیده و بتوانید به خوبی منتقل کنید.
زمان را صرف حفظ کردن خط‌به‌خط کتاب نکنید.

