



موضوع : پرورش مطالعه کردن

دبیر مربوطه : جناب آقای خسروی

تهیه کننده : حجت درودی

کلاس دوم
دبیرستان رسا

زمستان 87

مهارت‌های خواندن خود را پرورش دهیم

حافظه انسان طوری است که پس از چند دقیقه قسمتی از مطالب را فراموش می‌کند، و بعد از یک شبانه روز فقط رئوس مطالب را به خاطر می‌آورد. اما اگر در روش‌های مطالعه خود تجدید نظر کنید، می‌توانید بر این ضعف ذاتی حافظه غلبه کنید. در این مقاله شما را با تعدادی از این روش‌ها آشنا خواهیم کرد.

یک خواننده خوب کسی است که تا جایی که ممکن است :

نکات اصلی مطلب را بگیرد.

در مورد آنچه نویسنده می‌گوید، فکر کند.

فعال باشد نه منفعل.

بر روی چیزی که می‌خواند تمرکز کند.

هر چیزی را به آن موضوع مربوط است به خاطر بیاورد.

آنچه را می‌خواند با زندگی شخصی خود مرتبط کند.

با استفاده از روشهای زیر و تمرین بیشتر به زودی به نتیجه خوبی می‌رسید.

۱- در مورد موضوعی که قرار است بخوانید فکر کنید:

در مورد این موضوع چه می‌دانم؟

چه چیزی می‌خواهم یاد بگیرم؟

بعد از خواندن، چه چیزی یاد گرفته‌ام؟

۲- ابتدا بخشی را که می‌خواهید بخوانید سریع نگاه کنید:

چه مطلبی به نظرتان آشناست؟

چه چیزهایی به نظرتان تازگی دارد؟

درک کلی شما از موضوع چیست؟

۳- این بار مطالب را به دقت بخوانید و از نکات مهم یادداشت بردارید:

نکات مهم و اصطلاحات خاص را روی برگه‌های یادداشت و یا کارتهای کوچکی بنویسید

این کار در دوره مطالب به شما کمک می‌کند.

مطالبی را که کاملاً متوجه نشده‌اید، دوباره بخوانید.

فکر کنید که از کجا می‌توانید راجع به این موضوع اطلاعات بیشتری به دست بیاورید.

-این موضوع با کدامیک از موضوعات درسی دیگر شما ارتباط دارد؟

۴- آنچه را که خوانده‌اید، دوره کنید:

بعد از هر قسمت مطالبی را که خوانده‌اید، برای خود تکرار کنید.

در پایان هر بخش نکات مهم را مرور کنید.

مطالبی را که خوانده‌اید برای خود یا یکی از دوستانتان یا یکی از اعضای خانواده به زبان خود بیان

کنید. این کار ذهن شما را منظم می‌کند.

تونی بوران در کتاب " چگونه از مغز خود بهتر استفاده کنیم؟ " می‌گوید: منحنی حافظه انسان طوری است که به فاصله چند دقیقه قسمتی از مطالب را فراموش می‌کند، و بعد از ۲۴ ساعت تقریباً فقط رئوس مطالب را به خاطر می‌آورد، رئوس مطالب هم بعد از مدتی فراموش می‌شود مگر اینکه:

فرد پس از ۱۰ دقیقه یک بار مرور، پس از 24 ساعت یک بار مرور، و پس از یک هفته یک بار مرور انجام دهد و از مطالبی که یاد گرفته است در عمل استفاده کند.

چگونه باید برای کنکور درس بخوانیم؟

یکی از بزرگترین دغدغه‌های ذهنی داوطلبان این است که به چه روشی باید برای کنکور، درس بخوانند.

آیا باید متفاوت از دوران مدرسه درس بخوانند؟

آیا حتماً باید از کلاسهای کنکور و روشهای تستی استفاده کنند؟

یکی از بزرگترین دغدغه‌های ذهنی داوطلبان این است که به چه روشی باید برای کنکور، درس بخوانند. آیا باید متفاوت از دوران مدرسه درس بخوانند؟ آیا حتماً باید از کلاسهای کنکور و روشهای تستی استفاده کنند؟ آیا باید از کتابها و جزوات خاصی استفاده کنند؟ آیا باید خط به خط مطالب را حفظ کنند؟ آیا باید شب و روز درس بخوانند؟ آیا باید از خواب و خوراک و ورزش و تفریح بگذرند؟ چه باید کرد؟ کدام راه به موفقیت در کنکور ختم می‌شود؟ و.....

از این به بعد سعی می‌کنم، جواب این سوالات را به همراه مطالب جدید و دانستنی‌های مفید در مقاله بگنجانم. ولی برای شروع، اضطراب بحث چگونگی درس خواندن، بیش‌تر محسوس است. اولاً به علت مهم بودن معدل در کنکورهای سال آینده، باید در طول تحصیل بسیار خوب و عمیق درس بخوانید و با معدل عالی دیپلم بگیرید، در راستای همین برنامه سازمان سنجش هم با مفهومی کردن سوالات در یکی دو سال اخیر داوطلبان کنکور را به خواندن دقیق کتب درسی و عدم استفاده از روش‌های کوتاه و تستی تشویق کرده است. این جملات را شاید خیلی شنیده باشید: کنکور خیلی سخت بود!!! سوالات وقت گیر بود، هر چی حل می‌کردم به جواب نمی‌رسیدم !!! همه‌ی اونا رو حفظ بودم ولی نمی‌تونستم از 4 گزینه یکی رو انتخاب کنم!!! بعضی سوالات اصلاً از کتاب نبود!!! و.... چرا؟ چرا این گونه شده؟ چرا داوطلبان نمی‌توانند آن طور که باید و شاید به سوالات جواب دهند؟ بعد از بررسی سوالات 10 سال گذشته کنکور و مقایسه و تحلیل روند سوالات به این نتیجه رسیدیم که سوالات به سمت مفهومی و دقیق شدن پیش می‌روند، یعنی کاملاً از کلیشه‌ای بودن خارج شده‌اند. هم چنین سازمان سنجش تصمیم گرفته است دقیقاً فقط از متون، مثال‌ها و تمارین کتب درسی و مطالب مفهومی وابسته به آنها سوال طرح کند. گزینه‌ها را طوری طراحی می‌کنند که فقط کسانی که آن مطلب را کامل فهمیده و یادگرفته‌اند، بتوانند از بین گزینه‌ها درست‌ترین را انتخاب کنند. در سوالات، کاملاً مشهود است که داوطلبان باهوش‌تر، پرتلاش‌تر، ماهرتر، دقیق‌تر و بهتر غربال خواهند شد. متأسفانه چون برخی مراکز پیش‌دانشگاهی و دبیرستان‌ها و مخصوصاً کلاس‌های کنکور دانش‌آموزان را به سوی سطحی خواندن و حفظ کردن مطالب سوق می‌دهند و دانش‌آموزان به جای این که دروس را تشریحی و دقیق‌تر بیاموزند و نقاط ضعف خود را مرتفع کنند، روش تستی خواندن و نحوه‌ی تست زدن را می‌آموزند. در این میان سازمان سنجش برای مقابله با این نظام غلط و غیر اصولی، سیاست‌هایی (مفهومی‌تر کردن سوال‌ها و تأثیر معدل نهایی سال سوم متوسطه) را در پیش گرفته‌است تا داوطلبان برای فراگیری دقیق و عمیق درس‌ها ارزش بیشتری قائل شوند. سازمان سنجش ادعا کرده: سوالات به طور متوسط در سطح پاسخگویی 20 تا 25 درصد از داوطلبان است که از سطح علمی خوبی برخوردارند و برای ما توان پاسخگویی آنها مهم است. در حقیقت در کنکور سراسری سوالاتی خوب و استاندارد است که در یک گروه آزمایشی بین 10 تا 30 درصد داوطلبان

بتوانند به آن پاسخ صحیح بدهند. حال با این اوصاف ، پس باید برای موفقیت در کنکور 85 چگونه درس بخوانیم !!!؟

در ادامه‌ی صحبت‌های قبل ، حال به اینجا می‌رسیم که آیا در واقع، راهکارهای عملی برای درس خواندن وجود دارد که منجر به موفقیت در کنکور شود؟
بله!!!

الف) باید در طول سال تحصیلی حداکثر استفاده را از مدرسه ، کلاسها ، معلمین و دانش آموزان زرنگ کلاس بکنیم.
چگونه؟؟؟

- 1- اقبل از کلاس ، روزنامه وار درسي را که قرار است تدریس شود را می‌خوانیم.
 - 2- خيلي خوب و دقيق به درس و صحبت‌های معلم (که باعث بهتر جا افتادن مطلب می‌شود (گوش می‌کنیم و فعالانه نکات مهم و اشکالات خود را یادداشت می‌کنیم.
 - 3- در آخر کلاس تمام اشکالاتی را که در ذهنمان است را می‌پرسیم.
(تا اینجا 60% یادگیری انجام شده است) حال 40% بقیه:
 - 4- دروس آن روز را همان روز می‌خوانیم و برخی تمرین‌های کلیدی را انجام می‌دهیم تا درس و کاربرد آن کاملاً جا بیفتد و به بهترین وجه در حافظه حک شود.
 - 5- دوره ی دروس و تکمیل تمرین‌های حل نشده را به روزی که فردای آن ، این دروس را داریم موکول می‌کنیم .
 - 6- حل تست‌ها و تمرین بیشتر را به روزهای تعطیل و جمعه موکول می‌کنیم.
 - 7- برخی مطالب (مانند لغات زبان ، مترادف‌های فارسی، تاریخ ادبیات، نام اشخاص و مکان‌ها و تاریخ حوادث مهم ، فرمول‌های ریاضی و فیزیک و...) را یادداشت کرده، در وقت‌های تلف شده (داخل مترو یا اتوبوس ، زنگ تفریح و زنگ‌های بی‌کاري ، منتظر ماندن در مکان‌های مختلف) مرور می‌کنیم.
- ب) باید از منابع موثق و مفید برای درس خواندن استفاده کنیم.**

چگونه؟؟؟

به تاکید موکد سازمان سنجش، طراحان سوالات کنکور باید از متن کامل کتاب‌های درسی تدریس شده در دبیرستان و پیش دانشگاهی سوال دربیآورند، مخصوصاً در 2-3 سال اخیر که از قسمت‌های بسیار ساده‌ی کتاب‌ها (فیزیک ، در کنکور 84) چند سوال مفهومی درآورده بودند که نزدیک به 85% دانش آموزان نتوانسته بودند به آن جواب دهند.

پس واضح و مشخص است که اکثریت داوطلبان به متن کتاب‌ها اصلاً اهمیت نمی‌دهند .
اکثر داوطلبان با متن کتاب‌ها اینگونه برخورد می‌کنند:

زبان و ادبیات فارسی:

- از تاریخ ادبیات ، فقط اسم نویسنده و نام کتاب‌ها را حفظ می‌کنند.
 - در مورد نثرها فقط کلمات مهم و خود آزمایی‌ها را می‌خوانند.
 - در مورد شعرها به معنی شعر و اصطلاحات مهم اکتفا می‌کنند.
- درحالی که ، برای پاسخ دادن به سوالات ادبیات (به خصوص در 3-4 سال اخیر)
باید به همه‌ی کتاب مسلط می‌بودیم ، چگونه؟؟؟

1- تمام درآمدها و تاریخ ادبیات‌ها را خط به خط می‌خوانیم و به هم‌هی نکاتش از قبیل املا، نگارش، صنایع ادبی اشاره شده، نام مکان‌ها، اشخاص و سبک ادبی آن‌ها، کتب، تاریخ حوادث و وقایع و... توجه می‌کنیم، و موارد مهم را فیش برداری می‌کنیم.

2- متن تمام درس‌ها چه شعر، چه نثر، چه داستان و... را خط به خط می‌خوانیم و موارد زیر را در هنگام خواندن بکار می‌بریم:

- دور کلمات مهم از نظر املايي خط می‌کشیم .
- زیر کلمات مهم از نظر معنایی خط می‌کشیم .
- صنایع ادبی(مخصوصاً تشبیهات ، تلمیحات ، کنایه ها ، مجازها و...) موجود در متن را با مداد کنار هر جمله می‌نویسیم .
- قسمت توضیحات را دقیق و کامل می‌خوانیم و تمام معانی آورده شده برای يك کلمه یا اصطلاح را حفظ می‌کنیم ، نه يك یا دو معنی را.

3- از معلم خود می‌خواهیم تمام خود آزمایی‌ها و پرسش‌های آخر درس را تك به تك حل کند و در مورد آنها سر کلاس صحبت کند!!! چون در کنکور 2 سال پیش دقیقاً از شعری که اصلاً در کتاب‌های درسی نبود سوالی داده بودند که حتماً باید آن شعر را همراه با معنی و مفهوم آن بلد می‌بودی تا بتوانی پاسخ آن تست را بدهی، بعد از بررسی متوجه شدیم که در یکی از خودآزمایی‌ها فقط گفته بود فلان شعر را در کلاس بخوانید و در مورد آن بحث کنید.

4- اعلام و فهرست منابع و اشخاص و مکان‌ها را از آخر هر کتاب بخوانید و فیش برداری کنید.

5- کتاب زبان فارسی (دستور یا گرامر) را خط به خط بخوانید (فقط به خواندن تعریف اکتفا نکنید) و تمام مثال‌ها و تمرین‌های موجود را حل کنید، قواعد را حفظ نکنید بلکه یاد بگیرید تا بتوانید در هنگام نوشتن و خواندن متون دیگر از این قواعد استفاده کنید و برای جلوگیری از پدیده‌ی فراموشی، به دوره، از روی کتاب درسی خودتان، فیش برداری‌های خودتان و تست‌های سال‌های قبل بردارید.

عربی:

اکثر داوطلبان به هیچ عنوان از کتاب درسی استفاده نمی‌کنند، چون این درس در پیش دانشگاهی (به جز در رشته‌ی انسانی) تدریس نمی‌شود، کتب عربی به فراموشی سپرده می‌شوند و همه به خواندن يك کتاب كمك درسی یا جزوه و زدن تست‌های طبقه بندی قناعت می‌کنند، در حالی که در سال‌های اخیر خیلی به ترجمه و درك مطلب در عربی اهمیت داده شده‌است و خیلی از تست‌های قواعد هم در صورت معنی کردن درست سوال و گزینه‌ها حل می‌شوند.

پس باید به کل کتاب اشراف داشته باشید. اما چگونه؟؟؟

1- ابتدا باید قواعد هر درس را از روی کتاب و جزوه‌ی مدرسه بخوانیم.

2- تمرین‌های هر درس را بدون نگاه کردن به پاسخ‌ها حل می‌کنیم و تك تك آن‌ها را در طول حل کردن معنی می‌کنیم.

3- بعد از جا افتادن قواعد، متن آن درس را خط به خط می‌خوانیم و جملات را تجزیه و تحلیل و معنی می‌کنیم.

4- سعی کنید معنی کلمات را در جمله یاد بگیرید تا بهتر در ذهن بماند.

5- تست‌های عربی را به صورت مخلوط بزنید نه به صورت طبقه بندی، زیرا مثلاً وقتی شما در حال زدن تست مجرورات هستید، مسلماً ناخودآگاه گزینه‌ای که کسره دارد را انتخاب می‌کنید و متوجه نمی‌شوید بالاخره آن درس را یاد گرفته اید یا نه!!!

6- در حین زدن تست، سوال‌ها و تك تك گزینه‌ها را معنی کنید حتی اگر تست ترجمه نباشد و فقط قواعد را در نظر داشته باشد.

بینش اسلامی:

خوشبختانه کتب درسی بینش، بیشترین مورد استفاده را بین داوطلبان دارد، ولی باز هم اشکالاتی در مطالعه‌ی آن دیده می‌شود، مثلاً اکثر داوطلبان به کتاب‌های قرآن 2 و 3 توجه نمی‌کنند در حالی که بین 5 تا 6 سوال از آن‌ها مطرح خواهد شد.

خود کتاب بینش را هم کاملاً "سطحی"، طوطی وار حفظ می‌کنند.

به همه‌ی اسم‌ها و کتاب‌ها و تاریخ‌ها و آیه‌ها توجه نمی‌کنند، پس حتی همین بینش به ظاهر ساده را هم باید بهتر از این‌ها بخوانیم، چگونه؟؟؟

1- همه‌ی درس‌های کتاب بینش را خیلی خوب می‌خوانیم و یاد می‌گیریم.

2- سعی می‌کنیم عربی و فارسی تمام آیه‌ها را و این که این آیه یا حدیث در مورد چه موضوعی است را خوب یاد بگیریم و به خاطر بسپاریم.

3- تمام اسمی و نام کتاب‌ها و تاریخ‌های مهم (خصوصاً دروس امام‌ها در بینش دوم) را که حتی در زیرنویس آمده، به خاطر می‌سپاریم.

4- قرآن 2 و 3 را خوب و بخش به بخش عربی و فارسی باهم، می‌خوانیم و یاد می‌گیریم. تمام سرفصل‌ها و این که کدام سوره مربوط به کدام موضوع است را خوب به خاطر می‌سپاریم.

5- بسیار مهم: مسأله‌ی اصلی بسیاری از داوطلبان برای بینش فراموش کردن آن است نه خواندن آن. برای جلوگیری از این پدیده به دستورات زیر عمل کنید:

• زود به زود دروس خوانده شده را دوره کنید و تست‌های آنها حداقل یک هفته پس از آخرین دوره بزنید.

• بهتر است دوره فقط از روی کتاب درسی خودتان باشد، چون وقتی شما برای اولین بار از روی کتاب درسی مطلب را حفظ کرده‌اید، دقیقاً در حافظه‌ی بینایی شما شکل و رنگ و طرح و مطالب آن صفحه حک می‌شود، پس اگر دوره هم همیشه از روی یک منبع باشد، می‌تواند به یاد آوری توسط حافظه‌ی بینایی کمک کند.

• از خواندن جزوات خلاصه شده و گلچین شده‌ی بینش بپرهیزید، زیرا خط به خط کتاب و حتی زیرنویس‌ها مهم هستند و مورد سوال واقع خواهند شد.

• احکام را خوب یاد بگیرید بعد حفظ کنید، زیرا که جملات دروس احکام کمی ثقیل هستند و اگر شما درست حکم را متوجه نشوید، قطعاً تست را اشتباه خواهید زد.

زبان انگلیسی:

کتاب زبان هم تقریباً محروم واقع شده است. اکثر داوطلبان گرامر را از روی جزوات می‌خوانند و معنی لغات را هم از آخر هر درس و یا لغت‌های نوشته شده، همراه با معنی (به صورت فلش کارت و) حفظ می‌کنند.

در حالی که لغات زبان بسیار زیاد و فرارند و باید راهکارهای بهتری برای یادگیری آن‌ها به کار گیریم. چگونه؟؟؟

1- کتاب زبان (مخصوصاً پیش دانشگاهی) را از ابتدا شروع می‌کنید به خواندن و در آوردن معنی لغات از دیکشنری (زیرا لغتی که در جمله یاد گرفته شود و با پیدا کردن به حافظه سپرده شده

باشد، خیلی عمیق‌تر و بهتر از لغتی که خارج از جمله با معنی حاضر و آماده حفظ شده است، در ذهن باقی می‌ماند).

2- تمام بخش‌های کتاب زبان از جمله لغات، متن‌ها، صورت و پاسخ تمرین‌ها و... را باید بخوانید و لغاتش را در آورید نه اینکه به لغات آخر هر درس اکتفا کنید.

2- از معلم خود بخواهید تمام تمرین‌ها را حل کند.

3- لغت‌ها را سعی کنید با یک یا چند مترادف انگلیسی یاد بگیرید.

4- لغت‌های مترادف و متضاد در کنار هم بسیار راحت‌تر به خاطر سپرده می‌شوند.

5- تست‌های زبان را به صورت مخلوط بزنید نه طبقه بندی.

6- در هنگام زدن تست چه گرامر باشد، چه درک مطلب و چه تست لغت، صورت تست و گزینه‌ها را معنی کرده و لغات جدید را فیش برداری کنید. این کار به شما کمک می‌کند دایره ی لغاتتان بسیار وسیع شود. مخصوصاً اگر داوطلب شرکت در کنکور منحصراً زبان هم هستید، این یکی از کارهای واجب بر شما خواهد بود.

7- صحبت کردن در کلاس با همکلاسی‌ها یا در خانه با یکی از افراد تحصیل‌کرده، به زبان انگلیسی دشوار ولی بسیار مفید خواهد بود.

8- لغات زبان را، از روی کتاب درسی خودتان و در جمله دوره کنید.

9- لغات مهم را فیش برداری کنید تا در وقت‌های تلف شده (اتوبوس، مترو، مطب دکتر یا صف‌های مختلف) بتوانید مروری بر آن‌ها داشته باشید.

اخطار!!!

داوطلبان علاقمند به زبان، فقط به شرکت در کنکور منحصراً زبان اکتفا نکنید.

حتماً "کنکور رشته ی اصلی خود را بدهید و در کنار آن در کنکور منحصراً زبان هم شرکت کنید. چرا که ظرفیت پذیرش و تنوع رشته در منحصراً زبان بسیار پایین است.

درس ریاضی برای رشته ی ریاضی، مباحث بسیار گسترده و مهمی را شامل می‌شود که بیش‌ترین ضریب را دارد و در بالا و پایین شدن تراز خیلی موثر است. مواردی که باید در یادگیری ریاضی در نظر گرفته شود، به قرار زیر است:

1- بهتر است ریاضیات را از همان اول دبیرستان کم‌کم و پله پله سر کلاس خوب یاد بگیریم، زیرا که ریاضی، درسی زنجیروار است و وقتی سنگ بنای یک مبحث را بد بگذارید، روی فهمیدن و یادگیری خیلی از موارد دیگر تأثیر جبران ناپذیری می‌گذارد (قابل توجه بچه های سال اول یا دوم که می‌خواهند از الان خود را برای کنکور آماده کنند)

2- کتب درسی ریاضی بسیار مهمند، و این در حالی است که 99 درصد دانش آموزان ریاضی را فقط از روی جزوه و کتاب‌های کمک آموزشی می‌خوانند.

3- برای شروع، از کتاب اول دبیرستان شروع کنید (البته چون مباحث آن بسیار ساده است و اکثراً در سال‌های بالا تکرار شده است، لزومی ندارد خط به خط کتاب را بخوانید و مثال‌ها را حل کنید. فقط به دوره‌ی فرمول‌های ارائه شده و حل تمرین‌های سخت آخر هر مبحث بپردازید).

4- با این کار قشنگ روی غلثک می‌افتید و متوجه می‌شوید که چگونه باید با کتاب درسی ریاضی کنار بیایید و چقدر مفید است.

5- خوب حالا کتاب‌های سنگین‌تر مثل: ریاضی سال دوم، آمار، حسابان، جبر و احتمال، هندسه، دیفرانسیل، گسسته، هندسه تحلیلی (برای رشته ی ریاضی)، ریاضی سال دوم و سوم و پیش دانشگاهی (برای رشته‌ی تجربی و انسانی) را به ترتیب زیر بخوانید:

تمام متن کتاب را خط به خط بخوانید .

- مثالهاي داخل متن را بدون نگاه كردن به حل آن‌ها حل كنيد، سپس حل خود را با حل كتاب مقايسه كنيد .
- تمرين‌هاي كتاب را دانه به دانه بدون نگاه كردن به حل المسائل حل کرده، سپس اشكالات خود را از معلمان ، همكلاسي‌ها ويا ... بپرسيد، در غير اين صورت به دفتر حل تمرين يا حل المسائل مراجعه كنيد .
- هيچگاه فرمولها را حفظ نكنيد ، زيرا بزودي فراموش مي‌كنيد ، تازه اگر هم فراموش نكنيد، نمي‌توانيد در حل تست‌ها از آنها استفاده كنيد، چون فقط آنها را حفظ کرده‌ايد و نمي‌دانيد كجاها کاربرد دارند .
- وقتي مطلب را از روي كتاب خوانديد و مثال‌ها و تمرين‌ها را حل كرديد، بايد آنقدر از آن مبحث تست بزنييد تا فرمول‌ها و راه حل‌ها به همراه کاربردشان ملكه‌ي ذهنتان شوند .
- براي دوره و تمرين تست زدن ، از تستهاي كنكورهاي گذشته استفاده كنيد.

مثال : شما مبحث تابع را كامل از كتاب خوانده‌ايد، حدود 50 تست از اين مبحث را انتخاب مي‌كنيد، 25 تست اول را بدون گرفتن زمان و نگاه كردن به پاسخ‌هاي تشريحي حل كنيد، يعني دقيقاً " ذهن خود را درگير سوالات نماييد و راه حل‌هاي مختلف را براي رسيدن به پاسخ درست، امتحان كنيد، بعد از تمام شدن اين 25 سوال به پاسخ تشريحي مراجعه كنيد و پاسخ‌هاي خود را مقايسه كنيد.

مهم : كنار هر کدام از سوالات كه نتوانسته بوديد هيچ راه حلي براي آن‌ها ارائه دهيد علامت منفي و كنار سوالاتي كه كامل حل كرديد ولي به پاسخ غلط رسيديد علامت ضربدر و كنار سوالاتي كه نصف راه حل را رفته‌ايد ولي بالاخره هيچ کدام از گزينه‌ها را درنياورديد، علامت مثبت بگذاريد و دست آخر، كنار سوالاتي كه با راه حل درست به پاسخ درست رسيده‌ايد ، هيچ علامتي نگذاريد.

خوب اين كار به چه دردي مي‌خورد ؟ به درد دوره كردن مفيد و سريع ، يعني در دور دوم كه شما خواستيد اين تست‌ها را دوباره بزنييد ، (حداقل بعد از دو هفته) به حل تست‌هاي علامت‌دار مي‌پردازيد و هر کدام را كه توانستيد حل كنيد، علامت كنارش را پاك مي‌كنيد.

وقتي مي‌توانيد بگوييد كه من به كل اين 25 تست با نكاتش مسلط شده‌ام ، كه هيچ علامتي كنار هيچ تستي باقي نماند.

با اين فرم خواندن و تست زدن، نه نيازي به حفظ كردن فرمول‌ها و نه نيازي به حفظ كردن نكات تست‌ها خواهد داشت، و نه احساس مي‌كنيد آن تست‌ها و نكاتشان را پس از مدتي فراموش کرده ايد.

هشدار:

درس رياضي براي رشته‌هاي تجربي و انساني هم بسيار مهم و نمره آور است ، در حالي كه خيلي از بچه‌هاي تجربي و مخصوصاً انساني كل درس رياضي و يا بخش عظيمي از آن را كنار مي‌گذارند، يعني اصلاً به سراغ رياضي نمي‌روند .

شما حتي اگر هم، بدون توجه به رياضي از سد كنكور رد شويد و در هر رشته‌اي كه قبول شويد، به خاطر ضعيف بودن درس رياضي‌تان در دانشگاه با مشكلات زيادي روبرو خواهيد شد.

در مورد درس فيزيك هم قضيه تقريباً مشابه است، فقط شما بايد به متن كتب فيزيك و تعريف‌ها و مثال‌ها هم كاملاً توجه كنيد، مثال‌هاي داخل متن و تمرين‌هاي آخر هر فصل هميشه عينا و يا با كوچكترين تغيير ي صورت تست‌هاي كنكور بوده‌اند. اين در حالي است كه 99% بچه‌ها اصلاً" توجهي به كتاب درسي فيزيك ندارند و وقت گذاشتن روي حل تشريحي مثالها و تمرينها را اتلاف وقت مي‌دانند. آمار سازمان سنجش در كنكور 84 نشان مي‌دهد كه فقط 3% از كل بچه‌ها به چند سوال مفهومي- تعريف ي فيزيك كه مستقيماً از متن كتاب طرح شده بود ، پاسخ صحيح داده‌اند.

توصیه:

البته در مورد دروس ریاضی و فیزیک، این که شما درس را سرکلاس خوب گوش دهید و بفهمید هم مهم است، یعنی فکر نکنید که اگر درس را سر کلاس نفهمیدم، بعداً خودم می‌خوانم و یاد می‌گیرم. قبل از کلاس درسی را که قرار است داده شود، روزنامه وار بخوانید تا پیش زمینه‌ی ذهنتان آماده‌ی دریافت باشد، و در هنگام توضیح مبحث آمادگی پرسیدن اشکالات و فهمیدن کامل درس را داشته باشد.

بچه ها!!!

این قدر دنبال فرمول‌های طلایی و نکات نقره‌ای و راه‌حل‌های کوتاه و کتاب تست‌های معجزه آسا نباشید، بلکه کتاب درسی‌تان را خوب مطالعه کنید!!!!!!

مهارت‌های خواندن خود را پرورش دهیم

چکیده:

حافظه انسان طوری است که پس از چند دقیقه قسمتی از مطالب را فراموش می‌کند، و بعد از یک شبانه روز فقط رئیس مطالب را به خاطر می‌آورد. اما اگر در روش‌های مطالعه خود تجدید نظر کنید، می‌توانید بر این ضعف ذاتی حافظه غلبه کنید. در این مقاله شما را با تعدادی از این روش‌ها آشنا خواهیم کرد.

یک خواننده خوب کسی است که تا جایی که ممکن است:

- نکات اصلی مطلب را بگیرد.
- در مورد آنچه نویسنده می‌گوید، فکر کند.
- فعال باشد نه منفعل.
- بر روی چیزی که می‌خواند تمرکز کند.
- هر چیزی را به آن موضوع مربوط است به خاطر بیاورد.
- آنچه را می‌خواند با زندگی شخصی خود مرتبط کند.
- با استفاده از روش‌های زیر و تمرین بیشتر به زودی به نتیجه خوبی می‌رسید.
- 1- در مورد موضوعی که قرار است بخوانید فکر کنید:
 - در مورد این موضوع چه می‌دانم؟
 - چه چیزی می‌خواهم یاد بگیرم؟
 - بعد از خواندن، چه چیزی یاد گرفته‌ام؟

2- ابتدا بخشی را که می‌خواهید بخوانید سریع نگاه کنید:

- چه مطالبی به نظرتان آشناست؟
- چه چیزهایی به نظرتان تازگی دارد؟
- درک کلی شما از موضوع چیست؟

- 3- این بار مطالب را به دقت بخوانید و از نکات مهم یادداشت بردارید:
- نکات مهم و اصطلاحات خاص را روی برگه های یادداشت و یا کارتهای کوچکی بنویسید. این کار در دوره مطالب به شما کمک می‌کند.
 - مطالبی را که کاملاً متوجه نشده اید، دوباره بخوانید.
 - فکر کنید که از کجا می‌توانید راجع به این موضوع اطلاعات بیشتری به دست بیاورید.
 - این موضوع با کدامیک از موضوعات درسی دیگر شما ارتباط دارد؟

- 4- آنچه را که خوانده اید، دوره کنید:
- بعد از هر قسمت مطالبی را که خوانده اید، برای خود تکرار کنید.
 - در پایان هر بخش نکات مهم را مرور کنید.
 - مطالبی را که خوانده اید برای خود یا یکی از دوستانتان یا یکی از اعضای خانواده به زبان خود بیان کنید. این کار ذهن شما را منظم می‌کند.

تونی بوران در کتاب " چگونه از مغز خود بهتر استفاده کنیم؟ " می‌گوید:

منحنی حافظه انسان طوری است که به فاصله چند دقیقه قسمتی از مطالب را فراموش می‌کند، و بعد از 24 ساعت تقریباً فقط رئوس مطالب را به خاطر می‌آورد، رئوس مطالب هم بعد از مدتی فراموش می‌شود مگر اینکه :

فرد پس از 10 دقیقه یک بار مرور، پس از 24 ساعت یک بار مرور، و پس از یک هفته یک بار مرور انجام دهد و از مطالبی که یاد گرفته است در عمل استفاده کند.

منابع:

<http://www.learningcenter.com>

<http://www.how-to-study.com>

www.ucc.vt.edu

www.classkonkoor.com