

طرق الدراسة الناجحة

إن عملية الدراسة الناجحة تبدأ من استعداد الطالب في الصف إذ يجب أن تتوفر لديه الأمور التالية:

- 1- الرغبة الحقيقية والصادقة في التعلم وتحسين الذات.
- 2- الانتباه لشرح المعلم وفهم المادة.
- 3- الاستفسار لدى المعلم حول ما لم يفهمه من المادة.
- 4- الابتعاد عن الأصدقاء الذين يشتتون الذهن أثناء الحصة.
- 5- المشاركة الفعالة في الصف لأن ذلك يساعد في زيادة التركيز والحفظ.
- 6- تسجيل الواجبات المفروضة على الطالب لانجازها أولاً بأول.
- 7- الاستعداد للدراسة اليومية لتلافي تراكم المواد.

** قبل البدء بالدراسة

- يفضل قبل أن يبدأ الطالب بالدراسة أن يأخذ قسطاً من الراحة - خاصة بعد الدوام المدرسي - بحيث لا يقل عن ربع ساعة ولا يزيد عن نصف ساعة.
- يضع الطالب هدفاً أمامه يسعى لتحقيقه كحصوله على معدل أفضل من السنة السابقة.
- التخلص من جميع الوسائل المشتتة كالهاتف ، الانترنت ، الألعاب الالكترونية وغير ذلك.

** عند البدء بالدراسة

- تجنب تكديس الواجبات أمام الطالب لأن من شأن ذلك أن يحبط الطالب بل عليه القيام بتكديس ما تم انجازه من الفروض.
- التنوع في الدراسة كأن يبدأ أولاً بدراسة مادة علمية كالرياضيات ثم مادة حفظية كالتاريخ ثم الفيزياء فالجغرافيا وهكذا لكسر الملل والروتين ولتجنب حشو العقل بالمعلومات.
- أخذ فترات استراحة على أن لا تقل عن عشرة دقائق ولا تزيد عن نصف ساعة ويفضل أخذ هذه الاستراحة بعد مضي ساعة إلى ساعتين من الدراسة المتواصلة.

- تجنب الأكل أثناء الدراسة، ويفضل في وقت الاستراحة أن يتناول الطالب حفنة من المكسرات أو العصير الطازج لتنشيط العقل وإعادة حيويته.
- عند دراسة المواد الحفظية يفضل أن يقوم الطالب بوضع خط تحت العبارات المهمة أو كتابة النقاط التي قد حفظها في هامش الصفحة ، وربط ما تم دراسته بما حوله من الأمور الحياتية ليسهل عليه تذكره.
- عند دراسة المواد العلمية على الطالب أولاً أن يستوعب المفاهيم والمصطلحات الواردة في تلك المواد للتدرب عليها وتسهيل حل التمارين والأسئلة المتعلقة بها.
- ويفضل بعد استيعاب هذه المفاهيم أن يحل الأمثلة الواردة في الكتاب سواء أكانت محلولة أم غير محلولة، وعليه محاولة حل الأسئلة التي يراها معقدة بدلاً من تركها بحجة أنه لم يعرف الحل.

** قبل الامتحانات

- يضع الطالب جدولاً لمراجعة المادة وعدم تكديسها لليوم الذي يسبق تقديم الامتحان.
- أخذ وقت كافٍ للنوم والراحة وعدم السهر حتى ساعات الصباح الأولى لأن ذلك سيؤدي إلى إرهاق الطالب أثناء تأدية الامتحان.
- الاستيقاظ باكراً لمراجعة المادة وعدم مراجعتها لحظة الامتحان لأن ذلك يزيد من توتر الطالب ويمنع التركيز.

** عند الامتحان

- الراحة والهدوء والاستعداد التام للامتحان بالدراسة المسبقة والثقة بالنفس بناءً على الجهد الذي تم بذله أثناء الدراسة.
- قراءة أسئلة الامتحان قراءة سريعة ، والبدء بالأسئلة السهلة وعدم إضاعة الوقت في التفكير في الأسئلة الصعبة حيث يؤثر ذلك على ما يلي ذلك السؤال من الأسئلة التي لم يتم الإجابة عنها.

- عند الارتباك أو الخوف من الامتحان ينبغي على الطالب قلب الورقة لمدة لا تزيد عن دقيقة وأخذ نفس عميق والتفكير في موقف يبعث السعادة والفرح والاطمئنان، ثم العودة إلى ورقة الامتحان والتدرج في حل الأسئلة من الأسهل إلى الأصعب.
- إجراء تقييم للنفس بعد الامتحان بمراجعة الكتاب نفسه للتأكد من إجابات الامتحان أو محاولة تعويض ما تم خسارته من علامات في المواد الأخرى ببذل المزيد من الجهد والطاقة أثناء الدراسة.