

تلاطمه تهریس

با مطالعه ی یک مطلب و درک آن می توان خلاصه ای از آن را با در نظر گرفتن کلمات اصلی و کلیدی یادداشت کرد. تا در هنگام مطالعه منبع فوری برای یادآوری مطالب باشد. متن کامل مطالب را هیچگاه نباید در خلاصه ها یادداشت کرد. بلکه نکات مهم و کلیدی را که با دیدن آن بتوان مطالب را به خاطر آورد، باید نوشت.

برداشت از مطالعه

نکات اصلی

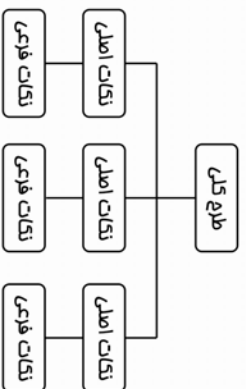
برای این کار روش های زیر پیشنهاد می شود:

۱- روش تی: مطابق شکل

در ستون اول نکات اصلی را یادداشت کنید. در ستون بعدی هر برداشتی که از مطالعه داشتید به زبان خود در یک جمله کوتاه بنویسید.

۲- نقشه برداری ذهنی

برای این کار بعد از مطالعه، باید نکات اصلی و فرعی را در مبحث درسی تشریح دهید و برای کشیدن نقشه:



۱- عنوان اصلی را در مرکز یا رأس صفحه بنویسید و یک کار دور آن بکشید. (عنوان مطالب درسی)

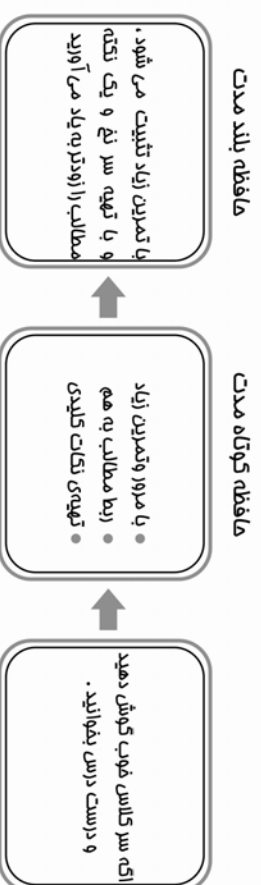
۲- نکات اصلی در متن را توسط فلش ها به عنوان اصلی وصل کنید. (سرفصل های مهم درس و موضوع اصلی)

۳- نکات فرعی مربوط به هر نکته اصلی را در زیر کار مربوطه بنویسید.

۴- اگر نکات فرعی، زیرمجموعه هایی داشتند در نقشه خود مشخص کنید. می توان از شکل های مختلف و رنگ های متنوع استفاده کرد. از فلش های متنوع می توان برای ارتباط خانه های نقشه استفاده کرد.

مرور کردن

تا حالا شده سر کلاس یا سر جلسه امتحان با این که درسی را خوب خواندید ولی فراموش کنید و یادتان نیاید در این حالت که باید به اهمیت مرور کردن پی ببرید. زیرا با گذشت زمان مطالب به تدریج فراموش می شوند. می دانید مطالب چه طوری وارد ذهن می شوند؟



مرور درس های همان روز یک نکته طلایی است. اگر از ابتدای سال به آن توجه کنید تا پایان سال به طایی بودن آن پی خواهید برد.

مراحل مرور کردن:

۱- بعد از یادگیری مطلب درسی، بعد از مدرسه و مطالعه درس ۲- یک روز بعد، اگر خلاصه تهیه کرده باشید راحت تر مرور می کنید.

۳- یک هفته بعد، روزهای جمعه و تعطیلات بهترین زمان است. ۴- یک ماه بعد، آماده شدن برای آزمون که می توان با گرفتن یک تست جامع، بهترین مرور را انحصار داد.