



# یک تیر و دو نشان

## یادگیری و سرعت عمل در تست زدن

■ بهروز فمی تفرشی (پیروز)

اشکال‌های شماروی چه مسائل و مباحثی متمرکز است. اشکال‌های «موردی» را به اشکال‌گیری «موضوعی» تبدیل کنید.

۳. برای رفع اشکال و ترمیم یادگیری سه راه پیش‌رو دارید. اول: ممکن است به بازخوانی دقیق‌تر مطالب نیاز داشته باشید. در این صورت بهتر است به کتاب درسی، جزوه یا یک کتاب کمک‌آموزشی مراجعه کنید. دوم: گاهی می‌توانید با پرکاری و تمرین بیشتر مشکل را حل کنید. آخرین راه آن است که با کمک معلم یا یک دوست، اشکال‌ها را برطرف سازید. خودتان تشخیص دهید که به کدام یک از این موارد نیاز دارید.

۴. به هر دسته‌ای که تست‌هایی که پاسخ می‌دهید نمره دهید، (درصد بگیری) اگر نمره‌تان کم‌تر از ۸۷ درصد باشد آن مطلب را خوب یاد نگرفته‌اید، بهتر است ادامه تست زدن را متوقف کنید، به درس بازگردید و آن را با دقت بیشتر تری بخوانید و یادگیری‌تان را کامل‌تر کنید.

۵. اگر نمره‌ای که از تست‌ها به دست می‌آورید بین ۸۷ تا ۹۲ درصد باشد به احتمال زیاد می‌توانید اشکال‌های خود را با حل تمرین یا تست بیشتر برطرف سازید. پس به تست زدن ادامه دهید.

۶. مادامی که اشکال‌های موجود در یک گروه تست را برطرف نکرده‌اید، به سراغ تست‌های جدید نروید. بدترین رفتار آن است که تست‌ها را تا انتها حل کنید

نکنید یادگیری رابطه‌ای معکوس با سرعت دارد. در شروع یادگیری نباید روی زمان‌بندی و سرعت عمل خود سخت‌گیری کنید. رفتار سرعتی مانع تامل و یادگیری می‌شود.

۴. با حل تست‌های فرد، نواقص یادگیری‌تان را شناسایی و برطرف سازید. از نکات جدید و اشکالات خود یادداشت بردارید و تست‌های اشکال‌دار را نشانه‌دار کنید.

### اشکال‌گیری در تست زدن

۱. هنگام بررسی پاسخ‌نامه، مستقیم به سراغ پاسخ‌های تشریحی نروید. ابتدا پاسخ‌نامه کوتاه تست‌ها را بررسی کنید. اشکالات را مشخص سازید و مجدد تلاش کنید تست‌های نادرست را پاسخ دهید. حالا هوشیارتر از قبل عمل می‌کنید. در پایان به سراغ پاسخ تشریحی بروید. تمام پاسخ‌ها حتی آن‌هایی را که درست جواب داده‌اید، بخوانید و بررسی کنید. شاید راه اصلی متفاوت یا کوتاه‌تر از راه حل شما ارائه کرده باشد. در این صورت پاسخ کامل‌تر و آسان‌تر را در ذهن‌تان جایگزین کنید و از آن‌ها یادداشت بردارید.

۲. بیش‌تر بچه‌ها فکر می‌کنند برای اشکال‌گیری، خواندن پاسخ‌نامه کافی است. این نوع اشکال‌گیری عمیق نیست و شما را باسواد نمی‌کند. باید علت اشکال‌ها را بیابید و آن‌ها را تحلیل کنید. ببینید

بر اساس انتظاراتی که از حل تست دارید باید رفتار متفاوتی با تست داشته باشید. اگر برای تکمیل یادگیری تست می‌زنید در این حالت هر تست حکم یک مثال و پرسش را دارد و نباید با آن رفتار سرعتی داشت. گاهی به منظور آمادگی در یک آزمون زمان‌دار (سرعتی) تست می‌زنید، در این صورت مسلط شدن، رفتار آزمونی و سرعتی اهمیت دارد.

### تکنیک تست‌های فرد و زوج

با استفاده از تکنیک تست‌های فرد و زوج می‌توانید دو هدف یادگیری و رسیدن به تسلط را در کنار هم دنبال کنید. برای استفاده از این تکنیک مراحل زیر را با دقت دنبال کنید:

۱. هر موقع مطمئن بودید که درس را خوب یاد گرفته‌اید؛ اقدام به تست زدن کنید. یادگیری اصلی با خواندن کتاب درسی به همراه جزوه یا کتاب کمک‌درسی انجام می‌شود. نباید تصور کنید که اصل یادگیری با تست زدن به دست می‌آید.

۲. تست‌های مربوط به یک موضوع را به دو گروه شماره‌های فرد و زوج تقسیم کنید و در دو مرحله جداگانه پاسخ دهید.

۳. تست‌های فرد را در دسته‌های ۱۵ تا ۲۰ تایی (نه بیش‌تر) بدون زمان‌بندی حل کنید. فراموش

و در پایان به اشکال گیری و بررسی تست‌ها بپردازید. در این صورت اشکال‌های شما در تست‌های بعدی تصحیح نخواهند شد.

۷. پس از آن که از یادگیری خود مطمئن شدید یعنی تست‌های فرد را حداقل به نمره ۸۷ درصد رساندید بعد از دو یا سه روز به سراغ تست‌های زوج بروید.

### سرعت در تست‌زدن

چند عامل بر سرعت تست‌زنی موثر است. اول، قبل از هر چیز سرعت در تست‌زدن به تسلط در مطلب بستگی دارد، بدون یادگیری کامل به تسلط نخواهید رسید. دوم، مهارت خواندن و قدرت درک مسئله است. سوم، نوع روحیه شما یعنی شادابی، آرامش، اضطراب و...، چهارم، ویژگی‌های شخصیتی مانند وسواسی، تکانشی بودن و...، پنجم، سبک یادگیری و نوع تفکر تان و ششم، میزان تمرین و پرکاری در تست‌زدن است. همه این‌ها در کنار هم بر سرعت عمل تان اثر می‌گذارند.

سرعت در تست‌زدن به معنای تندخواندن، استفاده از مهندسی معکوس! و... نیست. معمولاً در بسیاری از دروس، تست‌زدن به تسلط بالاتری نیاز دارد. همان‌طور که گفته شد بدون یادگیری کامل به این تسلط نخواهید رسید پس گام اول برای تسلط شدن، یادگیری عمیق و دقیق مطالب درسی است.

سرعت عمل در تست‌زدن و رسیدن به مرحله تسلط را می‌توانید به ترتیب زیر در تست‌های زوج تمرین کنید:

۱. تست‌های زوج را به دسته‌های ۱۰ تا ۱۵ تایی (نه بیش‌تر) تقسیم کنید. اگر دسته‌های تست را بیش از این اندازه انتخاب کنید سرعت عمل شما دیرتر شکل می‌گیرد چون افزایش

**هر موقع مطمئن بودید که درس را خوب یاد گرفته‌اید؛ اقدام به تست زدن کنید. یادگیری اصلی با خواندن کتاب درسی به همراه جزوه یا کتاب کمک‌درسی انجام می‌شود. نباید تصور کنید که اصل یادگیری با تست زدن به دست می‌آید.**

تعداد تست، رفتار سرعتی شما را تغییر می‌دهد.

۲. هنگام پاسخ به تست‌های زوج، باید رفتار سرعتی داشته باشید یعنی در مرحله اول به تست‌هایی که آسان هستند و به آن‌ها مسلط هستید، پاسخ دهید. در مرحله بعد به سراغ تست‌های وقت‌گیر که آن‌ها را بلد هستید بروید. تست‌هایی را که نمی‌دانید، قاطعانه و بدون درنگ کنار بگذارید.

۳. برای اجرای توصیه بالا به دو نکته مهم توجه داشته باشید. اولاً: بین «مسلط بودن» و «بلد بودن» فرق قائل شوید. ممکن است پاسخ تستی را بدانید ولی به آن مسلط نباشید. نیاز به فکر کردن، امتحان کردن راه‌حل و... داشته باشید. به همین جهت تاکید می‌کنیم ابتدا به تست‌هایی که مسلط هستید، پاسخ دهید. ثانیاً: برای رد تست‌های دشوار باید قدرت تشخیص داشته باشید. قدرت تشخیص، خود نشانه تسلط است. یعنی باید قبل از آن که درگیر حل تست شوید، مشخص کنید از پس کدام تست بر می‌آید، درست مانند وقتی که پشت ویتترین مغازه قرار می‌گیرید و بدون پوشیدن لباس می‌گویید «این لباس اندازه تن من نیست».

۴. برای پاسخ‌گویی اولین گروه تست زوج، مهلت زمانی در نظر نگیرید یعنی وقت نگیرید و تست بزیند ولی در پایان ببینید در چه مدت به تست‌ها پاسخ داده‌اید. برای مثال ممکن است برای هر تست همدسه ۳ دقیقه وقت صرف کرده باشید.

۵. برای دسته‌های بعدی مانند ورزشکاران رکوردگیری کنید. هر چه مسلط‌تر می‌شوید زمان را کاهش دهید و رکورد تان را کم‌تر کنید. برای مثال از ۳ دقیقه به ۲ دقیقه و نیم، سپس به ۲ دقیقه و... برسید. به طوری که در دروس عمومی به شاخص زمانی میانگین ۴۵ ثانیه برای هر تست و در دروس ریاضی و فیزیک به یک دقیقه و برای هر تست دروس شیمی و زیست به رکورد ۵۰ ثانیه دست پیدا کنید.

۶. پس از جواب دادن به تست‌های هر گروه ۱۰ تا ۱۵ تایی، پاسخ‌نامه را کنترل کنید. در تست‌های فرد به دنبال اشکال‌ها و نادانسته‌ها بودید ولی در تست‌های زوج باید سوال‌هایی را که کند جواب داده‌اید، مشخص و نشانه‌دار کنید. در این مرحله (تسلط)، کند بودن یک اشکال محسوب می‌شود. قبل از ادامه تست‌زدن، علت کند بودن خود را پیدا کنید. ببینید به تمرین بیش‌تری نیاز دارید یا راه‌حل‌های شما بیش از اندازه طولانی است و باید دنبال راه‌حل‌های مناسب‌تری باشید. به هر حال برای رفع مشکل «کند بودن» اقدام کنید.

با استفاده از تکنیک تست‌های فرد و زوج می‌توانید در کنار یادگیری به مطلب مسلط شوید و خود را برای شرکت در آزمون‌های سرعتی آماده سازید.