

الاستعداد لامتحان



◀ إليكم بعض النصائح والإرشادات استعداداً للامتحان:

- 1- اتّباع أسلوب الدراسة بعيداً عن مكان تجمع أفراد العائلة وعن التلفاز والابتعاد عن المشاكل، الدراسة في غرفة متجدّدة الهواء والابتعاد عن المدفأة؛ الجلسة الصحيحة أثناء الدراسة؛ الدراسة بعد تناول وجبة الغداء المناسبة وتوفير الإضاءة الكافية بالغرفة.
- 2- عمل برنامج دراسي للمراجعة قبل موعد الامتحانات بفترة كافية.
- 3- أهميّة استغلال أيّام العطل في المراجعة.
- 4- اللجوء لمعلّم المادة لشرح وتوضيح ما يصعب عليك.
- 5- التقليل أو الابتعاد عن متابعة التلفاز أثناء فترة الامتحانات.
- 6- ما يجب عليك عمله ليلة الامتحان: الدراسة بتركيز والاستعانة بأسئلة الامتحانات اليومية والشهرية ومعرفة الإجابة الصحيحة عليها ولا تحاول التنبؤ ببعض الأسئلة وتترك أجزاء من الدرس بلا مراجعة؛ خذ قسطاً من النوم بما لا يقل عن ثمان ساعات لتكون مرتاحاً جسدياً ونفسياً و ذهنياً،

ولتدخل الامتحان بكامل يقظتك.

7- ما يجب عمله صباح الامتحان: الاستيقاظ مبكراً للصلاة والمراجعة النهائية على النقاط الهامة، تناول وجبة الفطور وتأكد أن جميع ما يلزمك للامتحان موجود معك، لا تحاول النقاش مع زملائك في المادة حتى لا تنشئت أفكارك ولا تحاول المراجعة أثناء الطابور الصباحي.

8- ما يجب عمله عند تسليم ورقة الامتحان: افهم المطلوب منك بدقة في كل سؤال، ابدأ بالأسئلة التي أنت واثق من قدرتك على الإجابة عليها بصفة ممتازة، اترك السؤال الصعب في النهاية، التزم بالزمن المحدد للامتحان. ►