

برخورد امتحانی

آشنایی با چگونگی امتحان‌دادن و مدیریت آن



امتحان از آن‌چه می‌بینید به شما نزدیک‌تر است

تا چند روز دیگر امتحانات پایان سال فرا می‌رسند و باید در کشاکشی سخت با غولی غالباً دوست‌نداشتنی گلاویز شویم. چه بخواهیم چه نخواهیم، «امتحان» مدرسه و نیز «امتحان»‌های زندگی، بخشی از حیات ما را شکل می‌دهند. بحث ما در این شماره از مجله، «امتحان» و مدیریت بهینه آن است؛ امتحان‌دادن و روش‌های برخورد با آن، برنامه گام به گام برای آمادگی در امتحان و شرکت در جلسه و انجام آزمون. این مطلب دست‌نامه‌ای است برای آن‌که بتوانید امتحان‌دادن خود را مدیریت کنید.

انواع برخورد با امتحان

۱. دانش‌آموزانی که اصلاً درس نخوانده‌اند، شب قبل از امتحان خیال‌بافی می‌کنند و بدون آن‌که مطالعه‌ای کنند، منتظر یک حادثه مانند توفان، آتش‌فشان و سیل برای لغوشدن امتحان می‌مانند. این دانش‌آموزان کمترین موفقیتی به دست نمی‌آورند و پایین‌ترین نمره‌ها مربوط به آن‌هاست.
۲. دانش‌آموزانی که در طول دوره تحصیلی زحمت نکشیده‌اند، شب قبل از امتحان تصمیم می‌گیرند یک‌شب همه درس‌های انبارشده را مطالعه کنند. این افراد گرد و خاک کتاب‌ها را پاک می‌کنند و در شب امتحان با ترس و دلهره فراوان و با خستگی زیاد خود را برای امتحان فردا آماده می‌کنند. این‌ها شاید بتوانند نمره‌ای بالاتر از حد متوسط به دست آورند، ولی بیشتر نمره‌های آن‌ها نزدیک به متوسط است.
۳. دانش‌آموزانی که با برنامه‌ریزی مطالعه می‌کنند، ولی نه برای اولین بار. چنین دانش‌آموزانی یادداشت‌ها و کتاب‌های درسی را بازبینی و مرور می‌کنند، پرسش‌های روز بعد را حدس می‌زنند، اطلاعات آموخته‌شده قبلی را به خاطر می‌آورند و درباره شرکت در آزمون روز بعد احساس اطمینان می‌کنند. برخی از این دانش‌آموزان حتی آن قدر فرصت پیدا می‌کنند که مجله‌ای بخوانند یا حتی به تلویزیون نگاه کنند. این دانش‌آموزان بهترین نتیجه امتحان و بالاترین نمره‌ها را می‌گیرند.

برنامه گام به گام آمادگی در امتحان

- * از معلمان خود پرسید از چه مطالبی امتحان می‌گیرند و در خواندن آن بخش‌ها دقت بیشتری داشته باشید.
- * شکل امتحان را از معلمان خود پرسید: یک‌جوابی، چندجوابی، تشریحی، درست و غلط، عملی، شفاهی و ...
- * در روزها و هفته‌های قبل از امتحان به اشاره‌ها و تأکیدهای معلمان خود توجه و نکته‌های مهم و مشخص را علامت‌گذاری کنید. خیلی از معلمان، در روزهای منتهی به امتحان، ناخواسته هنگام تدریس روی پرسش‌های امتحانی تأکید می‌کنند و چندباره به توضیح و حل آن‌ها در کلاس می‌پردازند.
- * به‌منظور آماده‌شدن برای شرکت در یک امتحان بزرگ مانند نهایی، ورودی مدرسه‌های خاص و کنکور برنامه‌ریزی ویژه بکنید. این برنامه‌ریزی‌ها چنین هستند:
- درس‌های نخوانده را مطالعه کنید. یادداشت‌ها را بخوانید و

نکته‌های مهم را با معلمان خود در میان بگذارید.

- تمامی ورقه‌های امتحان‌های قبلی را بررسی کنید و در هر سؤال یا مبحثی که اشکال داشته‌اید، تلاش بیشتری کنید.
- یادداشت‌های کلاسی خودتان را با مطالب هماهنگ و آن‌ها را با هم مقایسه کنید.
- یادداشت‌های ناقص را با استفاده از یادداشت دوستان هم کلاسی خود کامل کنید.
- یک هفته قبل از امتحان کلیه وسایل آموزشی را فراهم کنید. خلاصه درس، فهرست نکته‌های مهم و چکیده مطالب جزو وسایل ضروری برای آماده‌شدن هستند.
- دو شب قبل از امتحان را صرف آمادگی نهایی کنید.
- در این فرصت حواستان جمع باشد تا بتوانید فکر خود را درباره مطالب مهم امتحانی متمرکز کنید. هر نکته، اندیشه یا مطلبی را که بر آن تأکید شده است، با دقت بخوانید.
- شب قبل از امتحان، پرسش‌هایی را که فکر می‌کنید جزو امتحان خواهند بود، مطرح کنید و بکشید در ذهن خود به آن‌ها پاسخ دهید. یعنی خود را به جای معلمان و طراحان سؤال بگذارید.
- شب قبل از امتحان به خوبی بخوانید.
- روز امتحان به آرامی خلاصه مطالب را مرور کنید.
- کمی زودتر به جلسه امتحان بروید.
- تمام وسایل لازم برای شرکت در امتحان را همراه خود ببرید.
- برای شرکت در امتحان‌های ساده‌تر (کلاسی، ماهانه و نیم‌سال اول) مراحل قبل را به شکل فشرده‌تر اجرا کنید.

شرکت در جلسه و انجام آزمون

برای شرکت در جلسه امتحان و نحوه انجام آزمون، توصیه‌های زیر را به خاطر بسپارید:

۱. به موقع و مجهز به جلسه امتحان بروید.
۲. قبل از رفتن به جلسه، یادداشت‌هایتان را کنار بگذارید و فکرتان را مجهز کنید.
۳. پس از نشستن بر جای خود، برای لحظه‌هایی پلکتان را روی هم بگذارید و چشمان خود را ببندید.
۴. روی ورقه، نام و نام خانوادگی، نام درس و مشخصاتی را که از شما خواسته شده است، بنویسید.
۵. وقتی برگه امتحانی را دریافت کردید، با دقت به توصیه‌های مراقبان یا معلمان خود گوش دهید.
۶. رهنمودهای امتحان را به دقت بخوانید تا از آنچه از شما

خواسته شده است، اطلاع پیدا کنید. زیر نکته‌های مهم خط بکشید و آن‌ها را برای بارهای دوم و سوم بخوانید تا بتوانید در تمام مدت آزمون دستورالعمل‌ها را در نظر داشته باشید. در این خصوص موارد زیر مهم هستند:

- * نحوه انتخاب سؤالات را مشخص کنید. یعنی همه را باید جواب دهید یا سؤال انتخابی دارد.
- * شکل پرسش‌ها چگونه است: تشریحی، علامت زدنی، خط کشیدنی و چهار جوابی).
- * شرایط استفاده از وسایل آموزشی را دارید یا نه؟ یعنی می‌توانید از کاغذ چرک‌نویس، یادداشت، فرهنگ لغت، ماشین حساب و خط‌کش استفاده کنید؟
- * وقت آزمون را برای خود تقسیم‌بندی و برنامه‌ریزی کنید.
- * اول همه پرسش‌ها را مرور کنید تا با اندیشه اصلی طراح و جواب‌های مورد نظر او آشنا شوید.
- * اگر نمره سؤالات یکسان است، ابتدا به ساده‌ترین‌ها پاسخ دهید.
- * هر پرسش را سه بار بخوانید و زیر کلمات اصلی آن خط بکشید.
- * اگر پاسخی را کامل نمی‌دانید و جواب غلط یا ناکافی از نمره شما کم نمی‌کند، هر چه را می‌دانید، بنویسید.
- * ورقه را چند بار مرور کنید و به سؤال‌هایی که پاسخ نداده‌اید، جواب بدهید.
- * پاسخ‌های داده‌شده را دوباره مرور و کنترل کنید.
- * به پرسش‌های آخر هر صفحه و اگر سؤالات در دو یا چند صفحه تنظیم شده‌اند، به پرسش‌های اول صفحه بعد، دقت کنید و مطمئن شوید متن همه سؤالات در ورقه شما درج شده باشد.
- * مواظب سؤالاتی باشید که متن کوتاهی دارند و غالباً لابه‌لای سؤالاتی با متن‌های متوسط و بلند گم می‌شوند.
- * آفت امتحان، خارج شدن از جلسه، زودتر از وقت مقرر است. بدانید که معلم شما یا طراح سؤال، برای مثال وقت ۳۰ دقیقه‌ای را با محاسبه و دقت طراحی کرده است و اگر شما در ۱۰ دقیقه به سؤالات پاسخ دهید، به احتمال زیاد اشتباهات فراوانی خواهید داشت.
- * از اشتباهات خود پند بگیرید. بعد از تصحیح هر ورقه امتحانی، آن را با دقت بخوانید و به خطاهای خود فکر کنید و در صدد رفع آن اشتباهات و کامل کردن یادگیری خود باشید.
- * ورقه‌های امتحانی خود را نرسد خویش نگه دارید؛ به غیر از امتحانات نهایی و آخر سال که نگهداری ورقه‌ها به عهده مدرسه است.