

چند توصیه کاربردی مشاور



چه نکاتی در رابطه با آزمون جامع رعایت شود ؟

آزمون جامع نمره منفی دارد پس اگر نسبت به سوالها در حد 70 درصد اطمینان دارین میتوانید آن را حل کنید در غیر اینصورت بهتر است بی جواب بگذارید .

سوالها را با دقت و تا انتها بخوانید و به کلماتی همچون هست یا نیست یا قسمتی و توجه کنید .

حتما از معلومات خودتان استفاده کنید تا بتوانید نسبت به مواردی که مسلط نیستید با کمک مشاور برنامه ی دقیق تری داشته باشید .

آزمونهای جامع میتواند نقاط قوت و یا ضعف در هر درس را زمینه ای برای یادگیری مراحل دیگر تعیین کند .

قبل از شروع آزمون، حتما یک تغذیه مناسب کوچک (شکلات یا بیسکوئیت و ...) به همراه یک بطری آب در کنار خود قرار دهید تا در طول آزمون در صورت نیاز استفاده کنید.

چند توصیه کاربردی مشاور

سعی کنید فضایی را برای آزمون دادن انتخاب کنید که ساکت، آرام و با تهویه مناسب باشد و عوامل حواسپرتی مانند گوشی را از دسترس خود خارج کنید. شب قبل آزمون به موقع بخوابید تا سر آزمون پرانرژی و سرحال باشید

چند تکنیک مهم در زمان آزمون جامع

تکنیک رعایت زمان هر درس :

رعایت تعادل در دروس بسیار مهم است. این رعایت تعادل علاوه بر زمان مطالعه دروس، در هنگام آزمون نیز بسیار مهم است. بسیاری از دانش آموزان به دلیل تسلط بالاتر در یک درس یا علاقه بیشتر ممکن است زمان بیشتری را در آزمون به حل تست‌های درس مورد نظر اختصاص دهند. این اتفاق ممکن است نتایج زیر را در بر داشته باشد :

به دلیل توقع بالا در دروسی که زمان بیشتری می‌گذارید، تعداد غلط‌های شما افزایش می‌یابد. در صورتیکه درس مورد نظر شما سخت باشد ممکن است بهم بریزید و نتوانید با تمرکز به سایر دروس پاسخ دهید. ممکن است سوالات درسی که به دلیل تسلط کمتر، وقت کمتری را به آن‌ها اختصاص داده‌اید، ساده باشند و شما از میانگین کل فاصله بگیرید.

بنابراین پیشنهاد می‌شود، زمان هر درس را فقط به همان درس اختصاص دهید و براساس تسلط و یا علاقه زمان دروس را مشخص نکنید.

تکنیک زمان نقصانی :

داشتن زمانی برای مرور در انتهای هر دفترچه به شما کمک می‌کند تا بتوانید درصدهای خود را تغییر دهید برای اینکار بهتر است زمان استاندارد پاسخ گویی به سوالات هر درس را کمی کاهش دهید تا در انتهای آزمون ، زمانی برای مرور ایجاد شود .
اینکه از زمان هر درس چه میزان کم می‌کنید بر عهده خودتان است و به توانایی‌های شما مربوط می‌شود اما مهم این است که حدود 10-20 دقیقه در دروس عمومی و 25-40 دقیقه در دروس اختصاصی زمان مرور داشته باشید .
با این روش، پس از پاسخگویی به سوالات دروس یک دفترچه، با اطلاع از میزان سختی سوالات درس‌ها زمان مرور را به درسی که لازم است اختصاص می‌دهید .

ترتیب دفترچه سوالات :

بهتر است، ترتیب سوالات دفترچه های آزمون را رعایت کنید. اما اگر فکر می‌کنید ترتیب دیگری برای شما بهتری است حداقل آن را در پنج آزمون آزمایشی امتحان کنید. نکته مهمی که باید به آن توجه داشت این است که چینش دروس در دفترچه آزمون اهمیت زیادی دارد.

تکنیک نوشتن زمان هر درس در ابتدای آن :

برای اینکه بتوانید زمان را بهتر کنترل نمایید، می‌توانید زمان هر درس را در صفحه ابتدایی همان درس بنویسید. اینکار را ابتدای آزمون انجام دهید و زمان هر درس را در ابتدای همان درس بنویسید. با استفاده از این تکنیک می‌توانید به راحتی زمان خود را مدیریت نمایید و از هدر رفتن وقت برای یک درس خاص جلوگیری خواهد شد .

چند توصیه کاربردی مشاور

همچنین دقت نمایید که باید پس از اتمام زمان هر درس، حتی در صورت پایان نیافتن سوالات، باید درس را رها کرده و درس بعدی را آغاز نمایید تا در زمان مرور به آن ها پردازید ترتیب دفترچه سوالات بهتر است، ترتیب سوالات دفترچه های آزمون را رعایت کنید. اما اگر فکر می کنید ترتیب دیگری برای شما بهتری است حداقل آن را در پنج آزمون آزمایشی امتحان کنید. نکته مهمی که باید به آن توجه داشت این است که چینش دروس در دفترچه آزمون اهمیت زیادی دارد.

ترتیب دفترچه سوالات :

بهتر است، ترتیب سوالات دفترچه های آزمون را رعایت کنید. اما اگر فکر می کنید ترتیب دیگری برای شما بهتری است حداقل آن را در پنج آزمون آزمایشی امتحان کنید. نکته مهم

که باید به آن توجه داشت این است که چینش دروس در دفترچه آزمون اهمیت زیادی دارد.

تکنیک کنترل :

باید هر 10 سوال یکبار به دلیل تقسیم بندی پاسخنامه در آزمون ها، شماره سوال خود را با شماره سوال پاسخبرگ و زمان فعلی را با زمان درس بعدی که با روش قبلی یادداشت نموده اید مقایسه کنید. این کار باعث می شود: از اشتباه در شماره سوالات جلوگیری شود. زمان خود را بسنجید تا در صورت نیاز روند خود را تغییر نمایید. از روش X و O حداقل سوالات و ... استفاده کنید

چند توصیه کاربردی مشاور

روش کنترل ، عامل ایجاد استرس نخواهد شد. اگر در حین کنترل متوجه شدید زمان کمی در آن درس برایتان باقی مانده است ، تمرکز خود را حفظ نمایید و صرفاً تکنیک X و O را سریع تر انجام دهید .

تکنیک زمان مرور :

بسیاری از دانش آموزان اذعان دارند در صورتیکه در آزمون ها زمانی برای مرور تست های نرزه داشته باشند درصد بالاتری کسب خواهند کرد . همانطور که قبلاً توضیح داده شد ، باید زمان شروع هر درس را در ابتدای همان درس با استفاده از زمان های نقصانی یادداشت نمایید .

همچنین باید روش O و X را رعایت نمایید تا وضعیت تست ها مشخص شود . توضیح داده شد که زمان خود را هر 10 سوال یکبار چک نمایید . حتماً ساعت (ترجیحاً عقربه‌ای) همراه داشته باشید و خودتان مراقب وقت آزمون باشید . پس از اتمام سوالات متناسب با زمان های نقصانی قطعاً شما زمان کافی برای مشاهده سوالات علامتدار را خواهید داشت . در انتهای هر دفترچه : ابتدا سوالات خوانده نشده را حل کنید . (ممکن است زمان نقصانی شما به انتها رسیده باشد و شما نتوانسته باشید سوالات را کامل مطالعه نمایید) . سپس در مورد سوالات X و O دار فکر کنید . لازم به ذکر است : تکنیک X برای سوالاتی که اصلاً بلد نیست کنار شماره سوال ، ضربدر بزنید

تکنیک O برای سوالاتی که بلدین ولی یادتون نمیداد . اول سراغ سوالات با علامت دایره بروید و بعد سوالات ضربدر دار در پایان جلسه آزمون ، ذهن و حافظه شما خسته خواهد بود ، بنابراین به پاسخ هایی که داده اید شک نکنید و آنها را تغییر ندهید

باآرزوی موفقیت

واحد مشاوره فرزنانگان 2

چند توصیه کاربردی مشاور