

نحوه مطالعه صحیح دروس کنکوری

علاوه بر نکات خاص مطالعه و مرور هر درس، یک سری نکات روند خاص مطالعه است که مخصوص درس خاصی نیست و برای تمام دروس قابل اجرا می باشد. اولین قدم مراقبت از زمان است یا به عبارت دیگر باید مدیریت زمان داشت. از وقت به خوبی استفاده کرده و شبانه روز را به چند قسمت تقسیم کنید: استراحت، مطالعه، ورزش، خانواده. هیچکدام از این موارد را نباید حذف کرد. اما باید اولویت بندی کرد. باتوجه به زمان مانده به کنکور و با صلاحدید پشتیبان این تقسیم بندی متفاوت است. اما حداقل روزی ۶ ساعت باید به مطالعه دروس اختصاص داده شود. بهتر است بعد از خواندن هر بازه زمانی، بین ۱۵ تا ۳۰ دقیقه به تست زدن از همان مبحث مطالعه شده زمان اختصاص داده شود. بهتر است آخر هفته ها به تست زدن از مطالب پیشین و دروس هفته و همچنین جمع بندی و نکته برداری اختصاص یابد. تمام نکات مهم و سخت را یادداشت کرده تا در هفته جدید مرور شود. اما نحوه دقیق اجرای این کار باید با نظر پشتیبان باشد. کلمه های مهم زبان روی یک برگه کوچک یادداشت کرده و به همراه داشته باشید. در مسیرهای خانه تا کتابخانه و یا حتی تفریح و خرید با این روش روزانه ۲ کلمه را حفظ کنید. زمان خواب و ساعت خواب بسیار مهم است. حداقل ساعت خواب در شبانه روز ۶ ساعت و حداکثر ۹ ساعت باید باشد. اگر این زمان تنظیم نشود موجب بروز مشکلات جدی برای مغز و عدم تمرکز می شود که به تدریج باعث کلافگی و استرس در فرد می شود. مطالعه اصولی و با برنامه گروهی به شدت توصیه می شود. درس خواندن با دوستان با انگیزه نه تنها باعث ایجاد روحیه و پشتکار در فرد شده بلکه باعث بهتر یادگیری و رفع اشکال طرفین می شود. مورد دیگر تمرکز در هنگام مطالعه است. یک ساعت درس خواندن با تمرکز بهتر از یک روز درس خواند با حواس پرتی است. هنگام مطالعه حتماً سعی شود مکان ساکت و بی تنش باشد. گوشی باید تا پایان مطالعه خاموش باشد. در ماه های منتهی به کنکور از استرس و تنش دوری شود. حتی از دیدن سریال های تنش زا خودداری شود.

در زیر به کتب خوب رای هر درس اشاره شده است:

زیست شناسی: نشر الگو، جامع گاج - فیزیک: خیلی سبز (جامع و پیش دانشگاهی) - شیمی: واجب مبتکران (نفرات برتر کنکور تست های کتاب IQ گاج را نیز می زنند) - ریاضی: سه سطحی تخته سیاه، مهر و ماه - ادبیات: لغت: الگو، املاء: املاي کنکور خیلی سبز موضوعی، تاریخ ادبیات: مهر و ماه (لقمه) - عربی: جامع خیلی سبز (بهترین کتاب)، جامع مبتکران - دین و زندگی: راه اندیشه - زبان انگلیسی: جامع مبتکران

نویسنده: امید محمودی

مرداد ۱۳۹۶