



نصائح هامة للنجاح والتفوق

٣- تابع نفسك في المراجعة عن طريق فهرس كل مادة وذلك بوضع علامة (صح) على كل جزء ذاكرته فإذا نظرت إلى فهرس أي مادة تعرف كم قطعت في هذه المادة وكم تبقى منها فيسهل عليك تقييم نفسك ووقتك.

٤- حاول أن تفهم من مدرسك طبيعة الأسئلة التي تأتي في امتحانات آخر العام وكيفية الإجابة عنها.

٥- استعرض الامتحانات السابقة استعراضاً تتبين منه الآتي:

أ- الموضوعات التي كثرت فيها الأسئلة لتذاكرها بقدر أكبر من التركيز والفهم.

ب- نظام الامتحان.

ج- نوعية الأسئلة التي تأتي في كل موضوع.

٦- اسأل مدرسك عن طريقة الإجابة في مختلف أنواع الأسئلة.

٧- اقرأ الأسئلة قراءة متأنية ولا تتسرع في الإجابة وخطط للإجابة وحاول استرجاع كل المعلومات المرتبطة بإجابة كل سؤال وإذا لم تستطع الإجابة الكاملة عن أي سؤال أجبته راجعه في كتابك لتبين ما نسيت منه أو أخطأت فيه، إن إجابتك على أسئلة الأعوام السابقة هي بمثابة تدريب على إجابة أسئلة امتحان آخر العام.

٨- اختيار ما قبل الامتحان:

عليك أن تعتبر نفسك في لجنة امتحان وخصص لنفسك الوقت المطلوب لحل امتحان وتختره عشوائياً من امتحانات الأعوام

المراجعة والامتحان

قد يذاكر الطالب طوال العام ولكنه يخفق في المراجعة فيتسبب ذلك في عدم حصوله على ما يتمنى من نجاح أو تفوق، إذ إن المراجعة طوال العام مطلوبة لتتذكر ما نذاكره وكذلك المراجعة النهائية قبل الامتحان هي بمثابة حجر الزاوية للإجابة فيه.

أنواع المراجعة:

١- مراجعة دورية
أي أن الطالب يراجع دروسه بصفة دورية، فكلما بدأ في موضوع راجع ما قبله وهذه المراجعة مهمة لتذكر ما مضى وكذلك لربط الموضوعات ببعضها.

٢- مراجعة شهرية
مرتبطة بامتحانات الشهور، وهي تعتبر من أهم المحطات التي تقف فيها لتراجع ما درست وما ذاكرت خلال الشهر وتستطيع أن تقيم نفسك وتحصيلك وكذلك ما نفذت من جداول للمذاكرة هل هي كافية أم لا؟ وهل تحتاج إلى تعديل أم لا؟

٣- المراجعة النهائية
قبل امتحان التيرم وآخر العام وهي أهم المراجعات وستتكمّل عنها إن شاء الله بالتفصيل

١- اعط نفسك وقتاً كافياً قبل موعد الامتحان بحيث لا يقل عن ثلاثة أو أربعة أسابيع.

٢- قم بعمل جدول يومي للمراجعة لتستفيد من وقتك أكبر استفادة.

١- عليك عزيزي الطالب أن تأخذ قسطاً من النوم يومياً لأن ذلك يمنحك التركيز واليقظة، فساعة تذاكرها بتركيز خير من الساعات التي تذاكرها والتركيز عنك غائب، ولا تفكر لحظة أن ساعات النوم ضائعة بل هي خير عون على المذاكرة، ويجب ألا يقل النوم يومياً عن ٦ ساعات ولا يزيد عن ٨ ساعات.

٢- حاول أن تتخذ من الفهم طريقة للحفظ فإنك إذا فهمت موضوعاً معيناً يمكنك التعبير عنه بلغتك وكذلك فإن تذكره يكون عليك أسهل.

٣- التكرار والمراجعة خير وسيلة لمداومة الحفظ.

٤- عدم القراءة بصوت عالٍ للأسباب الآتية:

أ- ينصح علماء التربية بالصوت المنخفض أو الصمت أثناء المذاكرة.

ب- الصوت العالي قد يسبب الصداع.

ج - الصوت العالي قد يؤدي إختوك أو زملاءك الذين يذكرون معك في نفس المكان.

٥- احرص على أخذ فترات من الراحة بين المادة والمادة في أثناء المذاكرة وخذ قسطاً من الراحة في نهاية الأسبوع.

٦- نم مبكراً واستيقظ مبكراً فإنها فطرة الله في خلقه ولكننا نحن نغيرها للأسوأ فتسهر طويلاً ونستيقظ مدرستنا فتلحقها ونحن نلهث لنمضي بها الساعات بين نوم يداعب جفوننا وعقل قل تركيزه.

٥- ادخل لجنة الامتحان وأنت هادئ الأعصاب مطمئن القلب ، واجلس على الكرسي والمنضدة وقم بالدعاء والتسبيح .

٦- عند استلامك ورقة الإجابة (توزع أولاً) قم بكتابة اسمك وبياناتك بصورة واضحة فإن نسيان كتابة بياناتك يسقط حقك في هذه المادة وكتابتها بصورة غير واضحة قد جلب المشاكل ، وقم بعد ذلك بتسطير الصفحات .

٧- عند استلامك ورقة الأسئلة ادعو الله عند أول نظرة إليها « اللهم لا سهل إلا ما جعلته سهلاً وإنك تجعل الحزن (أي الصعب) ، إن شئت سهلاً ، اللهم إني أودعك ما علمتني فأرده إلى وقت الحاجة إليه . »

٨- تأكد من الزمن المخصص للإجابة عن الأسئلة وتأكد من التعليمات المكتوبة على ورقة الأسئلة وورقة الإجابة .

٩- اقرأ جميع الأسئلة قراءة متأنية دقيقة وابدأ بإجابة أسهل الأسئلة الذي تستطيع الإجابة عليه إجابة كاملة متقنة وإذا كانت هناك أسئلة اختيارية فاختر الأسئلة السهلة بالنسبة لك .

١٠- احسب وقتك جيداً ولا تسهب في إجابة سؤال معين حتى لا يُستهلك منك الوقت فتضطر لترك سؤال بدون إجابة أو تجيب بلا إتيان مع وجود عامل السرعة نظراً لضيق الوقت .

١١- يمكنك أن تكتب النقاط الرئيسية لإجابة أي سؤال بالقلم الرصاص على هامش ورقة الإجابة لتسترشد بها في أثناء الإجابة وامسحها بعد إتمام الإجابة .

١٢- إذا توقفت في إجابة سؤال عند نقطة معينة فلا تضيع وقتك فيها وأجب عن غيره ثم عد إليه .

١٣- عند نسيان أي جزئية فاتجه إلى الله سبحانه وتعالى بالدعاء بأن يذكرك ما نسيت وأن يفتح عليك .

(وماذا بعد خروجك من الامتحان ؟)

١- أودع ورقتك أمانة في يد الله سبحانه وتعالى وادعوه أن يرزقك أعلى الدرجات .

٢- حاول تجنب المناقشة مع زملائك حول الامتحان حيث إنه لا يمكن أن تتوافق إجاباتكم تماماً مع إجاباتهم مما قد يصيبك بالقلق والإحباط بلا داع .

٣- لا تفكر في الامتحان الذي امتحنته بل فكر في الامتحان القادم .

٤- خذ قسطاً من الراحة ثم ابدأ في الاستعداد للامتحان القادم .

ثانياً: الصلاة وتلاوة القرآن يزيلان الرهبة

(ليلة الامتحان)

١- مراجعة سريعة للعناصر الأساسية لكل موضوع .

٢- مراجعة ما يراه الطالب مهماً من واقع الامتحانات السابقة

٣- على أفراد الأسرة محاولة إدخال البهجة والسرور على الطالب ليخرجوه من الضغط النفسي للامتحان .

- صلاة ركعتين قبل النوم وقراءة بعض الآيات القرآنية تبعثان على الطمأنينة .

٥- النوم مبكراً مع توفير الهدوء اللازم .

(يوم الامتحان)

١- الاستيقاظ مبكراً والصلاة .

٢- مراجعة لبعض النقاط الهامة .

٣- صلاة ركعتين للحاجة والدعاء بعدهما بالتوفيق في الامتحان مع تلاوة سورة « يس » والإكثار من ترديد الآية القرآنية : لا إله إلا أنت سبحانك إني كنت من الظالمين- الأنبياء ٧٨ .

فقد روي عن سعد بن أبي وقاص رضي الله عنه قال : سمعت رسول الله صلي الله عليه وسلم يقول « إني لأعلم كلمة لا يقولها مكروب إلا فرج الله عنه : كلمة أخي يونس عليه السلام » نادي في الظلمات أن لا إله إلا أنت سبحانك إني كنت من الظالمين » وفي رواية أخرى قال رسول الله صلي الله عليه وسلم « دعوة ذي النون إذ دعا ربه وهو في بطن الحوت : لا إله إلا أنت سبحانك إني كنت من الظالمين ، لم يدع به رجل مسلم في شيء قط إلا استجيب له »

٤- الحرص على أن تكون موجوداً أمام لجنة الامتحان قبل موعد الامتحان بوقت كافٍ حتى لا تحدث مفاجآت تكون سبباً في التأخر عن الامتحان .

السابقة وقم بإجابته بدون الرجوع لأي كتاب وقم بتصحيح إجاباتك بالمقارنة بكتابك أو بإجابات نموذجية تكون مرفقة بامتحان (كما يوجد في بعض الكتب) .

رهبة ما قبل الامتحانات

يكاد لا يكون هناك شخص لم يمر بخوف ورهبة ما قبل الامتحان ، ولكن تتفاوت درجات هذه الرهبة من رهبة حميدة تعيدنا إلى الله وتذكرنا بيوم الامتحان الأكبر ونحن بين يدي المولي سبحانه وتعالى ، وهذه الرهبة قد تعيننا على المذاكرة والتركيز لكسر هذه الرهبة وإتمام الاستعداد للامتحان . وهناك رهبة خبيثة يسيطر فيها الشيطان على الإنسان وتسيطر أيضاً عليها نفسه الأمارة بالسوء ، فيخيّل له أن النجاح في هذا الامتحان من رابع المستحيالات وضرب من ضروب الخيال فيفقدانه حماسه ويصل هذا الخوف إلى حد الإحباط ناهيك عما يسببه من أرق وتعب .

ولكن كيف نتقي هذه الرهبة :

أولاً : يجب أن يكون هناك جلسة مع النفس أو مع الأب أو الأم ، ولكن ما الذي يجب أن يدور في هذه الجلسة؟ في هذه الجلسة يتذكر الإنسان أنه لا داعي للخوف والقلق لأن كل شيء بيد الله والامتحان بيد الله وأن نتيجة الامتحان يكتبها الله له ويتذكر قوله تعالى « قل لن يصيبنا إلا ما كتب الله لنا هو مولانا وعلى الله فليتوكل المؤمنون » التوبة ١٠

ويتذكر حديث الرسول صلي الله عليه وسلم « احفظ الله يحفظك احفظ الله تجده تجاهك ، إذا سألت فاسأل الله وإذا استعنت فاستعن بالله واعلم أن الأمة لو اجتمعت على أن ينفعوك فلن ينفعوك إلا بشيء قد كتبه الله لك وإن اجتمعت على أن يضروك فلن يضروك إلا بشيء قد كتبه الله عليك ، رفعت الأقلام وجفت الصحف » ، فإن تذكر هذه الأشياء يزيل عنه الرهبة والخوف ويقوي إيمانه وعزمته .

