

ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಒತ್ತಡ ತಾಳಲಾರದೆ ಆಕೆಗೊಂದು ಮರು ಪರೀಕ್ಷೆಯನ್ನು ಪರಿಣತರ ಸಮ್ಮುಖದಲ್ಲಿ ಏರ್ಪಡಿಸಿತು. ಫಲಿತಾಂಶ? ಫಸ್ಟ್ ರ‍್ಯಾಂಕಿನಿಂದ ಫೇಲಿಗ್ ಬದಲಾಯಿತು! ಫೇಲಾದ ತಕ್ಷಣ ಆಕೆಯನ್ನು ಬಂಧಿಸಲಾಯಿತು. ಇನ್ನೂ ಕೋರ್ಟ್‌ನಲ್ಲಿ ಮೂಕಧಮೆ ನಡೆಯುತ್ತಿದೆ.

ಹೋದ ವರ್ಷ ಅಂದರೆ 2015ರಲ್ಲಿ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಅವ್ಯಯ - ಅಮ್ಮಂದಿರು ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಕಾಪಿ ಹೊಡೆಸಲು ಗೋಡೆಗಳನ್ನು ಕಳ್ಳತನದಿಂದ ಹತ್ತುವ ಕೆಲಸದಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿದಾಗ ಪತ್ರಕರ್ತರು ಕ್ಷಿಪಿಸಿದ ಫೋಟೋ ಪತ್ರಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರಕಟವಾದವು.

ಕರ್ನಾಟಕದಲ್ಲಿ, ಉತ್ತರ ಕರ್ನಾಟಕದಲ್ಲಿ ಕಾಪಿಯ ಹಾವಳಿ ಹೆಚ್ಚಿದಂತೆ ಅಂಕಿ-ಅಂಶಗಳು ತೋರಿಸುತ್ತವೆ. ಆದರೂ ಕರ್ನಾಟಕ 'ಕಾಪಿ' ಯಲ್ಲಿ ಬಿಹಾರ, -ಉತ್ತರ ಪ್ರದೇಶಗಳಷ್ಟು ಮುಂದಿಲ್ಲವೆಂಬುದೇ ಸಮಾಧಾನಕರ ಅಂಶ. ಕಾಪಿಯ ಬಗೆಗಿನ ಶಿಕ್ಷೆಯನ್ನು ಕರ್ನಾಟಕ ಸರ್ಕಾರ ಕಠಿಣವಾಗಿಸಿದೆ. ಪರೀಕ್ಷೆಗಳಲ್ಲಿ ಸಿಕ್ಕಿಬಿದ್ದರೆ ಮುಂದಿನ ಮೂರು ವರ್ಷಗಳವರೆಗೆ ಮತ್ತೆ ಪರೀಕ್ಷೆ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವಂತಿಲ್ಲ. ಗುಜರಾತಿನಲ್ಲಿಯಂತೂ ಕಾಪಿ ಹೊಡೆಯುವುದರಲ್ಲಿ ಸಿಕ್ಕಿಬಿದ್ದರೆ 50,000 ರೂ. ಜುಲ್ಮಾನೆ ಮತ್ತು 10 ವರ್ಷಗಳವರೆಗೆ ಜೈಲು! ಕಾಪಿ ಹೊಡೆಯುವುದು ಯಾವ ಶಿಕ್ಷೆ ತರಬಹುದು ಎಂಬುದನ್ನು ಎಲ್ಲಾ ಮಕ್ಕಳೂ ಅರಿತಿರಬೇಕು.

ಕಾಪಿ ಹೊಡೆಯುವುದರಿಂದ ಅಂಕಗಳು ಬರಬಹುದಾದರೂ, ಅದರಿಂದ ಯಾವ ಜ್ಞಾನವೂ ಬರಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಅಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲ, ಸತತವಾಗಿ ಒಳ್ಳೆಯ ಗುಣಮಟ್ಟ ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳಲೂ ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಬಂದಂಥ ಹೆಚ್ಚಿನ ಅಂಕಗಳಾಗಲೀ, ಆ ಅಂಕಗಳಿಗಾಗಿ ಬಂದ ಹೊಗಳಿಕೆಯಾಗಲೀ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಯಾವ ಸಂತಸವನ್ನೂ ತರಲಾರವು. ಬದಲಾಗಿ ಮನಸ್ಸಿನ ಅಳುಕನ್ನೇ ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತವೆ.

ಇಲ್ಲವಾಗುತ್ತದೆ. ಕಾಲೇಜಿಗೂ ಪರೀಕ್ಷೆಗೆ ಓದಲು ರಜೆ. ಅಥವಾ ರಜೆ ಕೊಡದಿದ್ದರೂ, ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ತಾವೇ ರಜೆ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಮನೆಯಲ್ಲೂ ಆರಾಮವಾಗಿರುವಂತಹ ಪರಿಸ್ಥಿತಿ ನಿರ್ಮಾಣವಾಗುತ್ತದೆ. 'ಮಾನಸಿಕ ದಣವು' ಅಲ್ಲಿ ಯವರೆಗೆ ಓದಿ ಓದಿ ಉಂಟಾಗಿರುತ್ತದೆಯಷ್ಟೆ. ಮೆದುಳಿಗೆ ಮನರಂಜನೆ ಬೇಕೆನಿಸುತ್ತದೆ.

ಈ ಹಂತದ ಬಗೆಗೆ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಯೂ ಬಹು ಎಚ್ಚರದಿಂದಿರಬೇಕು. ಮೊದಲಿನಿಂದ 'ಮಾನಸಿಕ ದಣವು' ನ್ನು ನಿರೀಕ್ಷಿಸಿ, ಪ್ರತಿನಿತ್ಯ ಅರ್ಧ ಗಂಟೆಯ ಸಮಯ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಸಂತಸ ತರುವ ಚಟುವಟಿಕೆಗಾಗಿ ಮೀಸಲಿಡಬೇಕು. ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಹಠಾತ್ ಅತಿ ವಿಶ್ರಾಂತ ಸ್ಥಿತಿ (Over relaxation) ಪರೀಕ್ಷೆಯ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಉಂಟಾಗುವುದನ್ನು ಇದು ತಡೆಗಟ್ಟುತ್ತದೆ. ಪರೀಕ್ಷೆಯ ಸಮಯ ಹತ್ತಿರವಾದಂತೆ ಪ್ರತಿ ವಾರಕ್ಕೊಂದು ವೇಳಾಪಟ್ಟಿ ಇರಲೇಬೇಕು. ಅದನ್ನು ನೀವು ಪೂರ್ತಿ ಪಾಲಿಸಲಾಗದಿದ್ದರೂ ಪರವಾಗಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಪಾಲಿಸಲಾಗದು ಎಂಬ ಕಾರಣಕ್ಕೆ ವೇಳಾಪಟ್ಟಿ ತಯಾರಿಸದಿರಬೇಡಿ. ಅದರಲ್ಲಿ ಅಗತ್ಯವಾಗಿ ಪ್ರಶ್ನೆ ಪತ್ರಿಕೆಗಳನ್ನು ಉತ್ತರಿಸುವುದು ಅಡಕವಾಗಿರಬೇಕು. ಬರೆಯುವುದು ಸಹಜವಾಗಿ ಹೆಚ್ಚು ಗಮನವನ್ನು ಅಪೇಕ್ಷಿಸುವುದರಿಂದ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಅದು ಪರೀಕ್ಷೆಯ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ವಿಶ್ರಮಿಸದಂತೆ ಕಾಪಾಡುತ್ತದೆ. ಪರೀಕ್ಷೆಯ ದಿನ ನೀವು ಆತಂಕಕ್ಕೆ ಒಳಗಾಗದಂತೆಯೂ, ಪರೀಕ್ಷೆಯ ಮುನ್ನಾದಿನಗಳ ಉತ್ತಮ ತಯಾರಿಯನ್ನೂ ಮಾಡಬಲ್ಲೆ.

3. ಪರೀಕ್ಷೆಯಲ್ಲಿ ಸಮಯದ ಹೊಂದಾಣಿಕೆ

“ಮೇಡಂ ನಾನು ಎಲ್ಲಾ ಓದಿದ್ದೆ, ಆದರೆ ಟೈಮ್ ಸಾಲಲಿಲ್ಲ. ನಾನು ಎಟಿಮ್ಸ್ ಮಾಡಿದ್ದೇ 80 ಮಾರ್ಕ್ಸ್‌ಗೆ ಅದಕ್ಕೆ 75 ಬಂದಿದೆ. ಟೈಮ್ ಸಾಲದಿರೋದೇ ನನ್ನ ಪ್ರಾಬ್ಲಂ”.

—ಇದು ತುಂಬಾ ಜನ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಸಮಸ್ಯೆ. ಪರೀಕ್ಷೆಗಳು ಹಾಗೆ ನೋಡಿದರೆ ಮುಖ್ಯವಾಗುವುದೇ ಅವುಗಳಿಗಿರುವ ಸಮಯದ ಮಿತಿಯಿಂದ. ಹೆಚ್ಚು ಅಂಕ ಗಳಿಸುವ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಕೇವಲ



Unpolished ಎಥ್ನಿಕ್ ಮಿಲ್ಲೆಟ್ಸ್

REININD TO ಪರಿಚಯ FORWARD ಆಗುತ್ತೆ ಆರೋಗ್ಯ

Unpolished Ethnic Millets



Barnyard Millet



Little Millet



Proso Millet



Brown Rice



Kodo Millet



Foxtail Millet





Bamboo Rice



100% Natural



SHOP ONLINE
at our exclusive online store for the complete range of Healthy Manna products

For Trade Enquiry: BANGALORE: +91 98802 36272 | +91 9900750075
HUBLI: +91 90606 59804 | MANGALORE: +91 98454 45087
OFF: +91 2628 3991 / 6620
www.mannafoods.in | info@mannafoods.in | [fb.com / mannafoodsindia](https://fb.com/mannafoodsindia)