

ತಜ್ಞರ ಟಿಪ್ಸ್

ನಿಮ್ಮ ಉತ್ತರಗಳು ಹೀಗಿರಲಿ

'ಈ ಮಕ್ಕಳು ಅದೇನು ಬರೀತಾರೋ, ಓದೋಕೆ ಆಗಲ್ಲ. ಹೀಗಾಗಿಯೇ ಒಂದಷ್ಟು ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಸೊನ್ನೆ ಸುತ್ತಿದೆ' ಎಂದು ಪರೀಕ್ಷಾ ಮೌಲ್ಯಮಾಪನಕ್ಕೆ ಬಂದಿದ್ದ ಶಿಕ್ಷಕರೊಬ್ಬರು ತಮ್ಮ ಅನುಭವ ಹಂಚಿಕೊಂಡರು.

ಪರೀಕ್ಷೆಯನ್ನು ನಾವು ಬರೆದೇ ಸಾಧಿಸಬೇಕು. ಬರವಣಿಗೆಯಲ್ಲಿ ಅಕ್ಷರಗಳ ಅಂದ, ವೇಗ, ಸಮಯಪಾಲನೆಯ ಸೂತ್ರ ಅಳವಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಅಂದದ ಬರವಣಿಗೆಯೂ ಒಂದು ಕಲೆ. ಅದನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿಯೇ ಸಿದ್ಧಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಹೀಗೆ ಮಾಡಿದರೆ ಕನಿಷ್ಠ ಓದಲು ಸಾಧ್ಯವಿರುವಷ್ಟರ ಮಟ್ಟಿಗಾದರೂ ನಿಮ್ಮ ಅಕ್ಷರಗಳು ಚಂದ ಆದಾವು.

- ಸಮಾಧಾನವಾಗಿ ಬರೆಯಿರಿ: ವಿಪರೀತ ವೇಗ, ಅತಿ ನಿಧಾನ ಸಲ್ಲದು.
- ಹುಡುಗಾಟಿಕೆ ಬೇಡ: ಪುಟಗಳನ್ನು ತುಂಬಿಸಬೇಕೆಂದು ಅತಿ ದವ್ವನಾಗಿ ಬರೆಯುವುದು, ಕಣ್ಣಿಗೆ ಕಾಣಿಸದಂತೆ ಬರೆದರೆ ಹೆಚ್ಚು ಮಾರ್ಕ್ಸ್ ಸಿಗುತ್ತೆ ಎಂದು ಕೊರೆಯುವುದು ತಪ್ಪು. ಹೀಗೆ ಮಾಡಿದರೆ ನಿಮ್ಮ ಸರಿಯುತ್ತಿರುವನ್ನೂ ಮೌಲ್ಯಮಾಪಕರು ಗಮನಿಸದಿರುವ ಅಪಾಯ ಇರುತ್ತೆ.
- ಅಂತರ ತಿಳಿದಿರಲಿ: ಅಕ್ಷರದಿಂದ ಅಕ್ಷರಕ್ಕೆ, ಪದದಿಂದ ಪದಕ್ಕೆ ಎಷ್ಟು ಅಂತರ ಕೊಡಬೇಕು ಎಂಬುದನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿ ಸಾಧಿಸಿ.
- ನಿರಂತರ ಅಭ್ಯಾಸ: ಓದಿದ್ದನ್ನು ಬರೆದು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುವುದನ್ನು ರೂಢಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ನೀವು ಬರೆದದ್ದನ್ನು ಮತ್ತೊಬ್ಬರಿಗೆ ತೋರಿಸಿ.

ಬರೆಯುವ ಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ತಪ್ಪುಗಳಿದ್ದರೆ ತಿದ್ದಿಕೊಳ್ಳಿ.

- ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಚಿಂತನೆ: ನನ್ನಿಂದ ಚೆನ್ನಾದ ಬರೆಯಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ ಎನ್ನುವ ತಪ್ಪುಕಲ್ಪನೆಯಿಂದ ಹೊರಬನ್ನಿ. ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿದರೆ ಮತ್ತೊಬ್ಬರಿಗೆ ಅರ್ಥವಾಗುವಂತೆ ಬರೆಯಲು ಸಾಧ್ಯ ಎನ್ನುವ ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸ ನಿಮ್ಮ ದಾಗಲಿ.
- ಬರಹ ಸಾಮಗ್ರಿ: ಪರೀಕ್ಷೆಗೆ ಮೊದಲೇ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಕಂಪನಿಯ ಪೆನ್ ಗುರುತಿಸಿಕೊಂಡು ಅದರಲ್ಲೇ ಬರವಣಿಗೆ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುವುದು ಕ್ಷೇಮ. ಜೆಲ್, ಇಂಕ್‌ಪೆನ್‌ಗಳಿಗಿಂತ ಆಯಿಲ್ ಬೇಸ್ಡ್ ಗ್ರಿಪರ್ ಪೆನ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ಅಕ್ಷರಗಳು ದುಂಡಾಗಿರುತ್ತವೆ.
- ಬೆರಳುಗಳಿಗೆ ವ್ಯಾಯಾಮ ಮಾಡಿಸಿ: ಅಮ್ಮ ಚಪಾತಿ ಅಥವಾ ರೊಟ್ಟಿ ಹಿಟ್ಟು ಕಲೆಸುವಾಗ ತುಸು ಹಿಟ್ಟನ್ನು ಅಂಗೈಗೆ ಅಂಟಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ಇನ್ನೊಂದು ಕೈ ನೆರೆವಿಲ್ಲದೆ ಅದನ್ನು ಬಿಡಿಸಲು ಯತ್ನಿಸಿ. ಹೀಗೆ ಮಾಡಿದರೆ ಬೆರಳುಗಳಿಗೆ ಚೆನ್ನಾಗಿ ವ್ಯಾಯಾಮವಾಗಿ ಹೆಚ್ಚು ಬರೆಯುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಬರುತ್ತದೆ. ನರಗಳು ಚುರುಕಾಗಿ, ಮಿದುಳು ಸಕ್ರಿಯವಾಗುತ್ತದೆ.
- ಕಾಗುಣಿತ, ವ್ಯಾಕರಣ, ಉದ್ಧರಣ ಚಿಹ್ನೆಗಳ (ಪಂಕ್ಚುಯೇಷನ್) ಕಡೆಗೆ ಗಮನಕೊಡಿ.
- ಒಂದು ಪ್ರಶ್ನೆಗೆ ಉತ್ತರ ಬರೆದ ನಂತರ ಒಂದು ಗೆರೆ ಖಾಲಿ ಬಿಡಿ.
- ಉತ್ತರದಲ್ಲಿರುವ ಮುಖ್ಯ ಅಂಶಗಳತ್ತ ಮೌಲ್ಯಮಾಪಕರ ಗಮನ ಸೆಳೆಯಲು ಅಂಡರ್‌ಲೈನ್ ಮಾಡಿ.



ಆಶಾ ಭಾರದ್ವಾಜ್

ಶಿಕ್ಷಕಿ, ಮೇರಿ ಇಮ್ಯಾಕ್ಯುಲೇಟ್ ಹಿರಿಯ ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಶಾಲೆ, ತಿವಮೊಗ್ಗ

ನಮ್ಮ ಬರವಣಿಗೆ ಮತ್ತೊಬ್ಬರಿಗೆ ಅರ್ಥವಾಗುವಂತಿದ್ದರೆ, ಕಾಗುಣಿತ, ಸ್ಟೆಲ್ಲಿಂಗ್ ಮಿಸ್ಟೇಕ್ ಇಲ್ಲದ ಬರಹ ನಮ್ಮ ದಾಗಿದ್ದರೆ ಅರ್ಥ ಪರೀಕ್ಷೆ ಗೆದ್ದಂತೆ. ಉತ್ತಮ ಬರವಣಿಗೆ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಯ ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸವನ್ನೂ ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತದೆ.



ಶ್ರುತಿ ಚಂದ್ರಶೇಖರ್

ಕೈಬರಹ ತಜ್ಞೆ, ಬೆಂಗಳೂರು

ಕೆಲವು ಮಕ್ಕಳು ನಾಲ್ಕೈದು ಬೆರಳುಗಳನ್ನು ಮುಷ್ಟಿ ಕಟ್ಟಿಕೊಂಡು ಬರೆಯುವುದುಂಟು. ಇದು ಮಿದುಳಿನ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಣೆ ಮೇಲೆ ಕೆಟ್ಟ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುತ್ತದೆ. ಹೆಬ್ಬೆರಳು, ತೋರುಬೆರಳು ಮತ್ತು ಮಧ್ಯಮ ಬೆರಳನ್ನು ಮಾತ್ರ ಬರೆಯಲು ಬಳಸುವುದು ಒಳಿತು. ಬರೆಯುವಾಗ ಕೆಲವು ಮಕ್ಕಳ ಕೈ ಬೆವರುತ್ತದೆ. ಇಂಥವರು ಕಡ್ಡಾಯವಾಗಿ ಗ್ರಿಪ್ಪರ್ ಇರುವ ಪೆನ್ ಬಳಸಬೇಕು.



ಡಾ. ಗುರುಪ್ರಸಾದ್

ಮನಃಶಾಸ್ತ್ರಜ್ಞ, ಬೊರಿಂಗ್ ಆಸ್ಟ್ರೆ, ಬೆಂಗಳೂರು

ಬಾಂಧವ್ಯವೂ ಬೆಳೆಯುತ್ತೆ. ಮಗುವಿಗಾಗಿ ಸಮಯ ಕೊಡಲು ಇಷ್ಟವಿಲ್ಲದೆ 'ಏಯ್ ಓದೋ ಹೋಗೆ' ಎಂದು ಅದನ್ನು ರೂಮಿನಲ್ಲಿ ಕೂಡಿಹಾಕಿ ನೀವು ಟಿವಿ ನೋಡಿದ್ದೆ ಏನು ಪ್ರಯೋಜನ ಆಯ್ತು? ಎಂದು ಆ ತಂದೆಯನ್ನು ಪ್ರಶ್ನಿಸಿದರು ಪಾಪಟೆ.

ಮಾತನಾಡಿದ್ದೆ ಲಾಭ ಹೆಚ್ಚು...

ಓದಿದ್ದನ್ನು ಮತ್ತೊಬ್ಬರ ಜೊತೆಗೆ ಶೇರ್ ಮಾಡುವುದು ಅಗತ್ಯ. ಗುಂಪು ಚರ್ಚೆಗಳಲ್ಲಿ ಓದಿದ ಪಾಠಗಳನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವುದರಿಂದ ಅದು ನೆನಪಿನಲ್ಲಿ ಉಳಿಯುವ ಸಾಧ್ಯತೆಯೂ ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತೆ. ಚೆನ್ನಾಗಿ ಓದಿಕೊಂಡ ಮಗುವಿಗೆ, ತನ್ನ ಬಗ್ಗೆ ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸ ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತೆ. ಸರಿಯಾಗಿ ಓದದ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗೆ ಕಠಿಣ ರೂಪದಲ್ಲಿ

ಪಾಠವನ್ನು ನೆನಪಿನಲ್ಲಿ ಇರಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಅವಕಾಶ ಸಿಗುತ್ತೆ. ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಈ ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ನಾನು ಫೇಲಾಗಿಬಿಟ್ಟೆ ಅನ್ನೋ ಭೀತಿ ದೂರವಾಗುತ್ತೆ.

'ಪರೀಕ್ಷಾ ಭಯ ಎನ್ನುವುದು ಪರೀಕ್ಷಾ ಭಯ ಅಲ್ಲವೇ ಅಲ್ಲ. ಅದು ಫೇಲಾಗಿಬಿಟ್ಟೆ ಅನ್ನೋ ವೈಫಲ್ಯದ ಭಯ' ಎಂದು ವಿಶ್ಲೇಷಿಸುತ್ತಾರೆ ಬೆಂಗಳೂರು ಬೊರಿಂಗ್ ಆಸ್ಟ್ರೆಯಲ್ಲಿ ಮನಃಶಾಸ್ತ್ರಜ್ಞರಾಗಿರುವ ಡಾ. ಗುರುಪ್ರಸಾದ್.

'ಈ ಭಯ ಮಕ್ಕಳಿಗಿಂತ, ಪೋಷಕರನ್ನೇ ಹೆಚ್ಚು ಕಾಡುತ್ತದೆ. ಪರೀಕ್ಷೆಯನ್ನು ಎದುರಿಸಬಲ್ಲೆ ಎನ್ನುವ ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸ ಹೆಚ್ಚಾದಂತೆ ಈ ಭಯ ಹೋಗುತ್ತೆ. ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸ ಬೆಳೆಯುವ ವಾತಾವರಣವನ್ನು ಮನೆ ಮತ್ತು ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ ರೂಪಿಸಬೇಕು' ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ ಅವರು.