

ಪರೀಕ್ಷೆ ಹತ್ತಿರ ಬಂತು. ಓದಿರುವುದನ್ನು ನೆನಪಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುವುದು ಹೇಗೆ? ರಿವಿಷನ್ ಹೇಗೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು?

ಇಡೀ ವರ್ಷ ಓದಿದ್ದನ್ನು ಮೂರು ತಾಸಿನಲ್ಲಿ ಹೇಗೆ ಬರೆಯಬೇಕು ಎನ್ನುವ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳನ್ನು ಕಾಡುವುದು ಸಹಜ. ಇಂಥ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಉತ್ತರ ನೀಡಿದ್ದಾರೆ ಶಿಕ್ಷಣ ತಜ್ಞ ನಿರಂಜನ ಆರಾಧ್ಯ.

ತೀರ್ಮಾನಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ಇರುವ ಹತ್ತು ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಲ್ಲಿ ನಾಲ್ಕು ಪ್ರಶ್ನೆಗೆ ಬಹಳ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಉತ್ತರ ಬರುತ್ತದೆ ಎಂದುಕೊಂಡರೆ, ಅವುಗಳಿಗೆ ಮೊದಲು ಉತ್ತರ ಬರೆಯಲು ಶುರು ಮಾಡಿ.

ಅದೇ ರೀತಿ, ಪ್ರಶ್ನೆಪತ್ರಿಕೆಯ ಕೊನೆಯ ಪುಟವನ್ನು ವರ್ಕ್ ಶೀಟ್ ರೀತಿ ಬಳಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ದೀರ್ಘ ಪ್ರಶ್ನೆಯೊಂದಕ್ಕೆ ಉತ್ತರಿಸುವ ಮೊದಲು ಬರೆಯಬೇಕಾದ ಅಂಶಗಳನ್ನು ಗುರುತು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ. ಉತ್ತರ ಪತ್ರಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿ ಅಂಶವನ್ನೂ ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ಬರೆಯಿರಿ. ಚೆನ್ನಾಗಿ ಉತ್ತರ ಗೊತ್ತಿರುವ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಂದಲೇ ಉತ್ತರ ಬರೆಯುವುದನ್ನು ಶುರುಮಾಡಿ. ಅದು ನಿಮ್ಮ ಆತ್ಮಸ್ಥೈರ್ಯವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತದೆ. ಆತಂಕವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಚೆನ್ನಾಗಿ ಗೊತ್ತಿಲ್ಲದಿದ್ದರೂ, ಅಲ್ಪ-ಸ್ವಲ್ಪ ಗೊತ್ತಿದೆ ತಿಳಿದಿದೆ ಎಂಬಂತಹ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ನಂತರ ಉತ್ತರ ಬರೆಯಲು ಆರಂಭಿಸಬೇಕು. ಕೊನೆಗೆ, ಎಲ್ಲ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೂ ಉತ್ತರ ಬರೆಯಲು ಆಗಲಿಲ್ಲವೆಂದರೂ ತಲೆಕೆಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಾರದು. ಎಷ್ಟು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆಯೋ, ಅಷ್ಟು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬೇಕು.

ಉತ್ತರ ಪತ್ರಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಹೊಡೆದು ಹಾಕುವುದು, ಗೀಚುವುದು, ಗೋಜಲು ಗೋಜಲಾಗಿ ಬರೆಯುವುದು ಮಾಡಬಾರದು. ಮೌಲ್ಯಮಾಪಕರು ನೀವು ಬರೆಯುವ ಮೊದಲ ನಾಲ್ಕೈದು ಉತ್ತರಗಳಲ್ಲಿಯೇ ನಿಮ್ಮ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಮತ್ತು ಜ್ಞಾನವನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಹಾಗಾಗಿ, ಅವುಗಳನ್ನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಬರೆಯಬೇಕು. ಬರವಣಿಗೆ ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿರಬೇಕು. ಅಕ್ಷರಗಳು ಓದುವ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಇರಬೇಕು. ವಿಷಯ ಗೊತ್ತಿದೆ ಎಂದು ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಬರೆಯಬಾರದು. ಆ ಪ್ರಶ್ನೆಗೆ ಎಷ್ಟು ಅಂಕಗಳಿಗಿವೆ. ಅದಕ್ಕೆ ಎಷ್ಟು ವಾಕ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ಉತ್ತರಿಸಬೇಕು ಎಂಬುದನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಗೊತ್ತಿದೆ ಎಂದು ಪಾಠವನ್ನೇ ಬರೆಯುತ್ತ ಕುಳಿತರೆ, ಉಳಿದ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಉತ್ತರಿಸಲು ಸಮಯ ಸಾಕಾಗುವುದಿಲ್ಲ.

◆ ಇಂಗ್ಲಿಷ್, ಗಣಿತ ನಿಜಕ್ಕೂ ಕಬ್ಬಿಣದ ಕಡಲೆಯೇ ?

ಯಾರು ಹಾಗೆ ಹೇಳಿದ್ದು? ಪರೀಕ್ಷೆಗಳಿಗೆ ಬಳಕೆಯಾಗುವ ಪ್ರಶ್ನೆಪತ್ರಿಕೆಗಳಿಗೆ ಒಂದು ಸಿದ್ಧ ಮಾದರಿ ಇರುತ್ತದೆ. ಆ ನಮೂನೆ ಪ್ರಕಾರವೇ ಪರೀಕ್ಷೆ ನಡೆಯುತ್ತದೆ. ಯಾವ ಭಾಗವನ್ನು ನಾನು ಸಮರ್ಪಕವಾಗಿ ಉತ್ತರಿಸಬಲ್ಲೆ

ಎಂಬುದನ್ನು ಮಕ್ಕಳು ಅರಿತುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಆ ಭಾಗದ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಆದ್ಯತೆ ಮೇರೆಗೆ ಸರಿಯಾಗಿ ಉತ್ತರಿಸಬೇಕು. ಕಠಿಣವಾದ ವಿಷಯದಲ್ಲಿಯೂ 100ಕ್ಕೆ 100 ಅಂಕ ತೆಗೆಯಬೇಕು ಎಂದೇನೂ ಎಲ್ಲ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಅಂದುಕೊಂಡಿರುವುದಿಲ್ಲ. 60 ಅಂಕಗಳಿಗಾದರೂ ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ಬರೆಯಬೇಕು. ಆಗ 40 ಅಂಕಗಳಾದರೂ ಬರುತ್ತವೆ. ಗಣಿತದ ಪ್ರಶ್ನೆಪತ್ರಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಒಂದೊಂದು ಹಂತ ಪರಿಹರಿಸಿದಂತೆ ಇಂತಿಷ್ಟು ಅಂಕಗಳು



ಖಾತ್ರಿಯಾಗುತ್ತಾ ಹೋಗುತ್ತವೆ. ಈ ಸೂತ್ರ ಅರಿತುಕೊಂಡರೆ ಪಾಸಾಗುವುದು ಕಷ್ಟವಲ್ಲ.

◆ ಪರೀಕ್ಷೆ ಎಂದುಕೂಡಲೇ ಕೆಲವು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಒತ್ತಡಕ್ಕೆ ಒಳಗಾಗುತ್ತಾರೆ. ಪರೀಕ್ಷೆ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಅನಾರೋಗ್ಯ ಉಂಟಾದರೆ ಏನು ಮಾಡಬೇಕು?

ಪರೀಕ್ಷೆಗೆ ಮೊದಲ ಒಂದೆರಡು ತಿಂಗಳು ಆರೋಗ್ಯ ಹಾಳಾದರೆ ಓದಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುವುದಿಲ್ಲ ಎನ್ನಲಾಗದು. ವರ್ಷವಿಡೀ ಪಾಠ ಕೇಳಿರುವ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಸಾಕಷ್ಟು ವಿಷಯ ನೆನಪಿರುತ್ತದೆ. ಅದನ್ನೇ ಬಂಡವಾಳವಾಗಿ ಸಿಕ್ಕೊಂಡು ಪರೀಕ್ಷೆ ಎದುರಿಸಬೇಕು. ಇಂಥ ಮಕ್ಕಳು ಉತ್ತೀರ್ಣ ಆಗುವುದಕ್ಕೆ ಬೇಕಿರುವಷ್ಟು ಅಂಕಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡರೂ, ಪೋಷಕರು ಸಂತೋಷ ಪಡಬೇಕು. ತಮ್ಮ ಮಗು ಶೇ 99 ಅಂಕ ಪಡೆಯಬೇಕು; ಕೆಲವು ವಿಷಯಗಳಲ್ಲಿ 100ಕ್ಕೆ 100 ಅಂಕಗಳನ್ನು ಪಡೆಯಲೇಬೇಕು ಎಂದು ಪೋಷಕರು ಹಚ್ಚಿ ಬಿದ್ದವರಂತೆ ಹೇಳುವುದರಿಂದ ಮಕ್ಕಳು ಒತ್ತಡಕ್ಕೆ ಒಳಗಾಗುತ್ತಾರೆ. ಪೋಷಕರು ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ವಿಶ್ವಾಸ ತುಂಬಬೇಕೆ ಹೊರತು, ಒತ್ತಡ

ಹೇರಬಾರದು.

◆ ಪರೀಕ್ಷಾ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಶಾಲೆ ಮತ್ತು ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಎಂಥ ವಾತಾವರಣ ಇರಬೇಕು?

ಪರೀಕ್ಷೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಭಯ ಅಥವಾ ಆತಂಕ ಅನಗತ್ಯ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಪೋಷಕರು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಮೊದಲಿನಿಂದ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಓದಿದವರಿಗೆ ಪರೀಕ್ಷೆ ಎದುರಿಸುವುದು ಕಷ್ಟವಲ್ಲ ಎಂದು ತಿಳಿಹೇಳಬೇಕು. 'ನಿನ್ನ ಪ್ರಿಪರೇಷನ್ ಹೇಗೆ ಸಾಗಿದೆ?' ಇಂಥ ಪಾಠ ಇನ್ನೊಮ್ಮೆ ಓದು, ಈ ಲೆಕ್ಕಗಳನ್ನು ಇನ್ನೊಮ್ಮೆ ಬಿಡಿಸು' ಎಂದು ಮಕ್ಕಳ ಜೊತೆಗೆ ಬೆರೆತು ಮುಕ್ತವಾಗಿ ಮಾತನಾಡಬೇಕು. ಯಾವುದೇ ಕಾರಣಕ್ಕೂ ಒಂದು ಮಗುವನ್ನು ಮತ್ತೊಂದು ಮಗುವಿನ ಜೊತೆಗೆ ಹೋಲಿಸಬೇಡಿ.

ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ, ಶಿಕ್ಷಕರು ಕೂಡ ಪರೀಕ್ಷೆ-ಪರೀಕ್ಷೆ, ಕಷ್ಟ-ಕಷ್ಟ ಎಂದು ಪದೇಪದೇ ಹೇಳಿ ಆತಂಕ ಸೃಷ್ಟಿಸಬಾರದು. ಪರೀಕ್ಷೆ ಹತ್ತಿರವಿದ್ದಾಗ, ಐದಾರು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಒಂದೊಂದು ತಂಡವನ್ನು ಮಾಡಿ, ಗುಂಪು ಚರ್ಚೆ ಏರ್ಪಡಿಸಬೇಕು. ಒಂದು ಅಧ್ಯಾಯ ಒಂದು ಮಗುವಿಗೆ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಅರ್ಥವಾಗಿದ್ದರೆ, ಮತ್ತೊಂದು ಅಧ್ಯಾಯ ಇನ್ನೊಂದು ಮಗುವಿಗೆ ಚೆನ್ನಾಗಿ ತಿಳಿದುಕೊಂಡಿರುತ್ತದೆ. ಒಬ್ಬ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ ಐದು ಪಾಠಗಳನ್ನು ಓದಲು ಐದು ಗಂಟೆ ವ್ಯಯಿಸುವ ಬದಲು,

ಒಬ್ಬೊಬ್ಬ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ ಒಂದೊಂದು ಪಾಠವನ್ನು ಒಂದೊಂದು ತಾಸು ಓದಿ, ಕೊನೆಗೆ ಐವರೂ ಒಂದೆರಡು ತಾಸು ಚರ್ಚೆ ಮಾಡಿದರೆ, ಎಲ್ಲ ಮಕ್ಕಳಿಗೂ ಐದು ಅಧ್ಯಾಯ ತಲೆಗೆ ಹೋಗುತ್ತದೆ.

ಸ್ನೇಹಿತರ ಜೊತೆಗೆ ಹೋದರೆ ಹಾಳಾಗುತ್ತಾರೆ ಎಂದುಕೊಳ್ಳುವ ಪೋಷಕರು ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಕೋಣೆಯ ಒಳಗೇ ಓದಲು ಕೂರಿಸುತ್ತಾರೆ. ಹಾಗೆ ಮಾಡಬಾರದು. 24 ತಾಸು ಓದುವುದಕ್ಕೆ ಆಗುವುದಿಲ್ಲ. ಸ್ವಲ್ಪ ಆಟವಾಡಿದರೆ, ಸ್ವಲ್ಪ ಹೊತ್ತು ಟಿವಿ ನೋಡಿದರೆ ಮಕ್ಕಳಿಗೂ ನಿರಾಳವಾಗುತ್ತದೆ. ಬಿಡುವಿನ ನಂತರ ಓದಿದರೆ ತಲೆಗೆ ಹತ್ತುತ್ತದೆ. ಈ ನಿಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ಪೋಷಕರು ಗಮನ ನೀಡಬೇಕು. ಕೊನೆಯದಾಗಿ, ಪರೀಕ್ಷೆಗಳೇ ಜೀವನದ ಕೊನೆ ಅಲ್ಲ. ತ್ರೀಡೆಗಳಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸುವಾಗ ಬಹಳಷ್ಟು ಸಿದ್ಧತೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡಿರುತ್ತೇವೆ. ಗೆಲ್ಲಲೇಬೇಕು ಎಂದು ಹೋಗಿರುತ್ತೇವೆ. ಆದರೆ, ಜಯ ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಸಿಗುವುದಿಲ್ಲ. ಪರೀಕ್ಷೆಯನ್ನೂ ಅದೇ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ನೋಡಬೇಕು. ಬೇರೆ ಅವಕಾಶಗಳು ಇದ್ದೇ ಇರುತ್ತವೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಮರೆಯಬಾರದು.