

ಕೇಳಿಸಿಕೊಂಡು ಕಲಿಯುವವರಾದರೆ ಪರೀಕ್ಷೆಗೆ ಬೇಕಾದ ಪಾಠದ ಮುಖ್ಯ ಭಾಗಗಳನ್ನು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ಓದಿ, ಆಡಿಯೋ ಫಾರ್ಮ್ಯಾಟ್‌ನಲ್ಲಿ ರೆಕಾರ್ಡ್ ಮಾಡಿಕೊಂಡು, ಅದನ್ನೇ ಪದೇ ಪದೇ ಕೇಳಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾ ಕಲಿಯುತ್ತಾ, ನೆನಪಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಇನ್ನು ಬರೆಯುವ ಅಭ್ಯಾಸವಿರುವವರು, ಒಮ್ಮೆ ಓದಿದ್ದನ್ನು ಎರಡು ಮೂರು ಸಲ ಬರೆದರೆ ಬರೆದದ್ದಲ್ಲವೂ ನೆನಪಿನಲ್ಲಿಯಿರುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಪರೀಕ್ಷೆಯಲ್ಲಿ ಯಥಾವತ್ತಾಗಿ ಬರೆಯಲು ಅನುಕೂಲವಾಗುತ್ತದೆ. ಪಠ್ಯದಲ್ಲಿರುವ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳಿಗೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಅಂಕಗಳಿಸಲು ನೆರವಾಗುವ ಚಿತ್ರ, ಫ್ಲೋಚಾರ್ಟ್, ಪೈ ಚಾರ್ಟ್, ಗ್ರಾಫ್, ಹಿಸ್ಟೋಗ್ರಾಂ, ರೇಖಾಗಣಿತದ ರಚನೆಗಳನ್ನು ಬರೆದೇ ಕಲಿಯಬೇಕು, ಸುಲಭವಾಗಿ ಚಿತ್ರ ರಚಿಸುವ ವಿಡಿಯೋಗಳು ಯುಟ್ಯೂಬ್‌ನಲ್ಲಿ ಲಭ್ಯವಿರುತ್ತವೆ. ನಿಮ್ಮ ಸಿಲಬಸ್‌ನಲ್ಲಿ ಇರುವುದನ್ನು ಡೌನ್‌ಲೋಡ್ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ಪದೇ ಪದೇ ನೋಡಿ ಬರೆಯುವುದನ್ನು ಪ್ರಾಕ್ಟೀಸ್ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ಕುಗ್ಗಿದ ಸಿಲಬಸ್ - ಹಿಗ್ಗಿದ ಅವಕಾಶ

ಈ ವರ್ಷದ ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಸಾಲಿನ ದಿನಗಳು ತುಂಬಾ ಕಡಿಮೆಯಾದದ್ದರಿಂದ 'ಸಿಬಿಎಸ್‌ಇ' ಮತ್ತು ರಾಜ್ಯ ಪರೀಕ್ಷಾ ಮಂಡಳಿಗಳು ಪಠ್ಯದ ಶೇ 30ರಷ್ಟು ಭಾಗವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಿದ್ದು ಪ್ರಶ್ನೆಪತ್ರಿಕೆಗಳು ಅದಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದಂತೆ ತಯಾರಾಗುತ್ತವೆ. ಸಿಲಬಸ್ ರೆಡ್ಯೂಸ್ ಮಾಡಿರುವುದರಿಂದ ಆದನ್ನಾಧರಿಸಿ ಇಲಾಖೆಯ ವೆಬ್‌ಸೈಟ್‌ನಲ್ಲಿ ಈಗಾಗಲೇ ಪ್ರತಿ ವಿಷಯದ ಎರಡು ಮಾಡೆಲ್ ಪ್ರಶ್ನೆಪತ್ರಿಕೆಗಳನ್ನು ಬಿಡುಗಡೆ ಮಾಡಿದ್ದಾರೆ. ಅವನ್ನು ಡೌನ್‌ಲೋಡ್ ಮಾಡಿ, ಮುದ್ರಿಸಿಕೊಂಡು ಅವುಗಳಲ್ಲಿರುವಂತೆಯೇ ಹೆಚ್ಚುವರಿ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ರಚಿಸಿಕೊಂಡು ಉತ್ತರಿಸುವುದನ್ನು ಕಲಿಯಬೇಕು. ಉತ್ತರ ಪತ್ರಿಕೆಗಳನ್ನು ಶಿಕ್ಷಕರಿಗೆ ತೋರಿಸಿ ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ ಮಾಡಿಸಿಕೊಂಡು ಎಷ್ಟು ಅಂಕ ಬರುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ಬರೆದ ಉತ್ತರಗಳಲ್ಲಿ ಏನೇನು ಸರಿ ಇಲ್ಲ, ಇದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಯಾವ ಸಂಕೋಚವೂ ಇಲ್ಲದೆ ತಿಳಿದುಕೊಂಡು, ಸರಿಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬೇಕು.

ಕಳೆದ ವರ್ಷದ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳಲ್ಲಿ ನೂರಕ್ಕೆ ನೂರು ಅಂಕ ತೆಗೆದ, ರ್ಯಾಂಕ್ ಗಳಿಸಿದ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಉತ್ತರ ಪತ್ರಿಕೆಗಳ ಛಾಯಾಪ್ರತಿಯನ್ನು ಅಪ್‌ಲೋಡ್ ಮಾಡಿರುತ್ತಾರೆ. ಮಾದರಿ ಪ್ರಶ್ನೆಪತ್ರಿಕೆಗಳಲ್ಲಿರುವ ಬಹುತೇಕ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು ಮುಖ್ಯ ಪರೀಕ್ಷೆಯಲ್ಲಿ ರಿಪೀಟ್ ಆಗುವ ಸಂಭವ ಇರುತ್ತದೆಯಾದ್ದರಿಂದ ಅಲ್ಲಿರುವ ನಿಮಗೆ ಉತ್ತರಿಸಲು ಅನುಕೂಲವೆನ್ನಿಸುವ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ತಪ್ಪದೇ ಪಟ್ಟಿ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ಉತ್ತರ ಬರೆಯುವುದನ್ನು ಪ್ರಾಕ್ಟೀಸ್ ಮಾಡಿರಿ.

ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ ಸೇಹಿ ಪ್ರಶ್ನೆಪತ್ರಿಕೆ

ವಾರ್ಷಿಕ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳು ನಿರ್ಣಾಯಕ ಹಾಗೂ ಲಕ್ಷಾಂತರ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ್ದಾದ್ದರಿಂದ ಸಾಮಾನ್ಯ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಯೂ

ಉತ್ತೀರ್ಣರಾಗಬೇಕೆಂಬ ತಳಹದಿಯ ಮೇಲೆ ಪ್ರಶ್ನೆಪತ್ರಿಕೆಯನ್ನು ರೂಪಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. 100 ಅಂಕಗಳಲ್ಲಿ ಶೇ 35ರಷ್ಟು ಸುಲಭ, ಶೇ 55ರಷ್ಟು ಸಾಧಾರಣ ಮತ್ತು ಶೇ 10ರಷ್ಟು ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು ಕಠಿಣವಾಗಿರುತ್ತವೆ. ಅಂದರೆ ಪರೀಕ್ಷೆಯಲ್ಲಿ ಸಾಮಾನ್ಯ ಅಥವಾ ಪ್ರಥಮ ದರ್ಜೆಯಲ್ಲಿ ಸಾಸಾಗುವುದು ಸುಲಭ. ನೂರಕ್ಕೆ ನೂರು ಅಂಕ ತೆಗೆಯುತ್ತೇನೆನ್ನುವ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ ಮಾತ್ರ ಹೆಚ್ಚಿನ ಶ್ರಮ ಪಡಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ.

ಇಡೀ ರಾಜ್ಯದ ಶೇಕಡಾವಾರು ಫಲಿತಾಂಶವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುವುದು ಇಲ್ಲವೆ ಉತ್ತಮ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಸರ್ಕಾರದ, ಶಿಕ್ಷಣ ಇಲಾಖೆಯ ಆದ್ಯತೆ ಮತ್ತು ಜವಾಬ್ದಾರಿ ಎರಡೂ ಆಗಿರುವುದರಿಂದ ಎಲ್ಲ ಪ್ರಶ್ನೆಪತ್ರಿಕೆಗಳೂ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ ಸೇಹಿ ಆಗಿರುತ್ತವೆ. ಪ್ರಶ್ನೆಪತ್ರಿಕೆ ಸಿದ್ಧಪಡಿಸುವವರು ಈ ಹಿಂದಿನ ಪ್ರಶ್ನೆಪತ್ರಿಕೆಗಳನ್ನು ಗಮನಿಸಿಯೇ ಹೊಸ ಪ್ರಶ್ನೆಪತ್ರಿಕೆಯನ್ನು

ಟೀಕ್ ಎ ಸ್ಟಾರ್ಟ್ ಬೇಕ್!

ಪರೀಕ್ಷೆಗೆ ತಯಾರಾಗಲು ಇರುವ ಸಮಯ ಕಡಿಮೆ ಇರುವುದರಿಂದ ಯಾವುದನ್ನು ಓದುವುದು? ಬಿಡುವುದು? ಎಂಬ ಗೊಂದಲ ಇದ್ದೇ ಇರುತ್ತದೆ. ಮುಂದಿನ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಇಂಥದೇ ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡಬೇಕೆಂದು ಮೊದಲೇ ನಿರ್ಧರಿಸಿದವರು ಪೂರ್ಣ ಪಠ್ಯದ ತಯಾರಿ ನಡೆಸಲೇಬೇಕು. ಆದರೆ ಇರುವ ಅಲ್ಪ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುವಾಗ ಮಾನಸಿಕ ಒತ್ತಡ ತುಂಬಾ ಇರುತ್ತದೆ. ದಿನವೊಂದರಲ್ಲಿ ಶಾಲಾ ತರಗತಿಗಳು ಮುಗಿದ ನಂತರ ಎಷ್ಟು ಸಮಯ ಸಿಗುತ್ತದೋ ಅಷ್ಟರಲ್ಲಿ ಎಷ್ಟು ತಾಸು ಓದಬಹುದು, ಏನೆಲ್ಲ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಕವರ್ ಮಾಡಬಹುದೋ ಅಷ್ಟನ್ನೇ ಮಾಡಿ. ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಒಂದೇ ದಿನದಲ್ಲಿ ಮುಗಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬೇಡಿ.

ವಿಶ್ರಾಂತಿಯಿಲ್ಲದೇ ದಿನಗಟ್ಟಲೇ ಓದಬೇಡಿ. ಪ್ರತೀ ಅರ್ಧ ಗಂಟೆ, ಒಂದು ಗಂಟೆಗೊಮ್ಮೆ



ತಯಾರಿಸುತ್ತಾರೆ. ಈಗಾಗಲೇ ಬಂದಿರುವ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು ಪುನರಾವರ್ತನೆಗೊಳ್ಳುವ ಸಾಧ್ಯತೆಗಳು ಹೆಚ್ಚಾಗಿರುತ್ತವೆಯಾದ್ದರಿಂದ ಹಿಂದಿನ ಎಲ್ಲಾ ಪ್ರಶ್ನೆಪತ್ರಿಕೆಗಳನ್ನು ಬಿಡಿಸುವುದನ್ನು ಕಲಿತಿರಬೇಕು. ಕಳೆದ ವರ್ಷಗಳ ಪ್ರಶ್ನೆಪತ್ರಿಕೆ ಹಾಗೂ ಮಾದರಿ ಪ್ರಶ್ನೆಪತ್ರಿಕೆಗಳನ್ನು ಕೂಲಂಕಷವಾಗಿ ನೋಡಿ ಯಾವ ವಿಷಯ/ಪಾಠದ ಬಗ್ಗೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿವೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಮೊದಲು ಗಮನಿಸಿ, ನಂತರ ನಿಮಗೆ ಸುಲಭವೆನ್ನಿಸುವ ವಿಭಾಗಗಳ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಉತ್ತರ ಬರೆಯುವುದನ್ನು ಕಲಿಯಿರಿ. ಪಠ್ಯಪುಸ್ತಕದಲ್ಲಿ ಬಿಡಿಸಲಾದ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳೇ ಪ್ರಶ್ನೆಪತ್ರಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಬರುವ ಸಾಧ್ಯತೆಗಳು ಹೆಚ್ಚು. ಆದ್ದರಿಂದ ಟೆಕ್ಸ್‌ಟ್ ಬುಕ್‌ನ ಎಲ್ಲಾ ವರ್ಕ್ ಎಕ್ಸಾಂಪಲ್‌ಗಳನ್ನು ಪ್ರತ್ಯೇಕವಾಗಿ ಬರೆದುಕೊಂಡು ಅಭ್ಯಸಿಸಿರಿ.

ಕುಳಿತಲ್ಲಿಯೇ ಎದ್ದು ನಿಂತು, ಕೈಕಾಲುಗಳನ್ನು ಉದ್ದಕ್ಕೆ ಚಾಚಿ, ಕತ್ತು ಬೆನ್ನನ್ನು ನೆಟ್ಟಗೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡು, ನಾಲ್ಕು ಹೆಜ್ಜೆ ಓಡಾಡಿ ರಿಲ್ಯಾಕ್ಸ್ ಮಾಡಿರಿ. ಒತ್ತಡದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಮೆದುಳಿಗೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಪ್ರಮಾಣದ ಆಪ್ಲೋಜನಕದ ಅವಶ್ಯಕತೆ ಇರುತ್ತದೆ. ಪ್ರತೀ ಎರಡು ಗಂಟೆಗಳಿಗೊಮ್ಮೆ ಎದ್ದು ಓಡಾಡಿರಿ. ರಜಾದಿನಗಳಂದು ನಿಡ್ಡೆ, ಊಟ, ತಿಂಡಿ, ಸ್ನಾನ ಹೊರತುಪಡಿಸಿ ಕನಿಷ್ಠ 12 ಗಂಟೆಗಳು ಪರೀಕ್ಷಾ ತಯಾರಿಗೆ ಲಭ್ಯವಿರುತ್ತವೆ. ತಯಾರಿಯ ಪ್ರತೀ 2-3 ಗಂಟೆಗಳಿಗೊಮ್ಮೆ ದೀರ್ಘ ಉಸಿರಾಟ ಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು 5 ನಿಮಿಷಗಳವರೆಗೆ ಮಾಡಿದರೆ ಮನಸ್ಸು ಪ್ರಶ್ನೆಗೊಂದು ಒತ್ತಡ ಕ್ಷಣ ಮಾತ್ರದಲ್ಲಿ ಮರೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ನಂತರದ ಐದು ನಿಮಿಷಗಳವರೆಗೆ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಒಂದೆಡೆ ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸಿ