

شاید شما هم مثل بسیاری از دانش‌آموزان با ریاضی آبتان در یک جوی نرود! اما بدانید که دانش‌آموزان موفق می‌توانند مدیر برنامه‌های یادگیری خود باشند و دقیق آن را اجرا نمایند تا به هدف مورد نظر خود برسند.

اگر می‌خواهید مدیریت یادگیری ریاضی خود را برعهده بگیرید نکات زیر را در نظر گرفته و برای خودتان قانون در نظر بگیرید، انگار که ناظم خود باشید.

یک دفترچه یادداشت بردارید و پا به پای ما بیایید:



۱. یک دفترچه مشخص به درس ریاضی اختصاص بدهید.

دفترچه خود را به سه قسمت یادداشت‌های سر کلاس، موارد و نکته‌های مطالعه شده و حل تمرینات تقسیم کنید. فراموش نکنید نکات مهم در هر تمرین را در زیر آن تمرین، بنویسید.



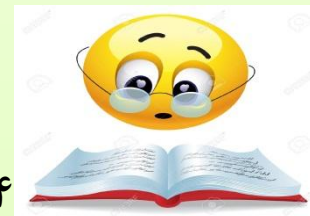
۲. اختصاص دادن زمان مشخص در روز به حل تمرینات ریاضی مطالعه هر روز ریاضی حتی در بازه زمانی کوتاه کمک می‌کند مباحث در ذهن تثبت شود و سرعت یادآوری مطالب افزایش یابد.





۳. باید نگاه کلی بر مباحث درس جدید قبل از درس دادن معلمتان داشته باشید.

این امر به شما کمک می کند یک دید کلی نسبت به محتوی جدید و پیش نیازهایی که برای یادگیری آن مبحث مورد نیاز است، پیدا کنید. در نتیجه در روز تدریس مبحث جدید نه تنها آگاهی لازم از محتوی را دارید، بلکه به اعتماد به نفس بالاتری دست پیدا می کنید. به طور مثال زمانی که قرار است مبحث توان و جذر تدریس شود بهتر است نکات اصلی توان در پایه هفتم را مرور کنید.



۴. مرور مباحث روزهای گذشته را فراموش نکنید.

مطالعه یادداشت‌های دروس قبلی به شما کمک می کند ارتباط ضروری بین مباحث جدید با قبلی را درک کنید و محتوا جدید را بهتر یاد بگیرید.



حالا دیگر چه کنیم!!!



۱. حضوری با انگیزه همراه با دیدی مثبت

با انگیزه و دیدی مثبت سر کلاس حضور پیدا کنید. بر روی نقاط ضعف خود و سخت بودن مبحث درسی تمرکز نکنید و نگذارید این امر بر ذهن شما تسلط پیدا کند. این دید مثبت را داشته باشید که آمادگی برای یادگیری مبحث جدید را کاملا دارید.



۲. یادداشت برداری

نکات مهم و مثال‌ها را یادداشت کنید. اگر تمرینی سر کلاس داده می‌شود، کامل انجام دهید و از درستی انجام آن اطمینان پیدا کنید.

۳. سوال پرسیدن

از سوال پرسیدن در مورد قسمت‌هایی که متوجه نشده‌اید یا مبهم است، نترسید.



بعد از این که یادگرفتیم چه کنیم؟!



۱. اختصاص زمان و مکان مشخص برای تمرین

یک زمان و مکان مشخص برای تمرین مباحث یادگرفته شده اختصاص دهید. این امر در شکل‌گیری یک عادت ثابت برای مطالعه ریاضی و یاد آوری به خود که اکنون زمان تمرین ریاضی است، در افزایش تمرکز و روحیه یادگیری ریاضی موثر می‌باشد.



۲. در نظر گرفتن برنامه تشویقی

برای پایان مطالعه خود یک برنامه تشویقی از هر کاری که دوست دارید، در نظر بگیرید. این امر به شما روحیه مثبتی می‌دهد.



۳. در نظر گرفتن زمان استراحت

استراحت بعد از یک بازه زمانی تمرین فراموش نشود. حل تمرینات ریاضی مداوم و پشت سرهم به مدت طولانی تمرکز شما را کاهش می‌دهد.





۴. در نظر گرفتن یک شیوه مطالعاتی منظم

داشتن یک شیوه مطالعاتی منظم با توجه به توانایی‌هایتان، شیوه تمرین کردن شما را جهت می‌دهد. برای تنظیم شیوه مطالعاتی خود:

- صورت سوالات را به طور دقیق بخوانید و روی کاغذ مرحله به مرحله سوالاتی را که باید پاسخ دهید، جداگانه یادداشت نمایید. نکته‌ها و فرمول‌های مورد نیاز را هم در نظر بگیرید.
- نکات، فرمول‌ها و موارد مهم مربوط به حل تمرینات بعد از مطالعه هر مبحث را بر روی کارت‌های کوچک و مشخصی یادداشت کنید. این امر به دسترسی سریع‌تر هنگام مرور مباحث برای حل تمرینات مخصوصا زمان امتحانات کمک می‌کند.
- مرحله به مرحله حل تمرینات را یادداشت کنید. پراکنده راه‌حل‌های هر تمرین را روی کاغذ ننویسید. مرتب و پشت سرهم حل کردن تمرین به شما کمک می‌کند اگر مشکلی در حل تمرین وجود دارد مراحل را مرتب از بالا به پایین بررسی کنید.

تمرینات را ذهنی حل نکنید.

اینگونه نباشد برای حل یک مسئله برخی مراحل را ذهنی و برخی دیگر را بر روی کاغذ بیاورید. همه مراحل را یادداشت کنید، حتی اگر تسلط کامل بر آن دارید.





۵. چک کردن مراحل حل مساله و مرور تمرین‌های حل شده در این روی قسمت‌هایی که مشکل داشتید و نیاز به بررسی و مطالعه بیشتر دارد، تمرکز کنید.



۶. ارتباط و فعالیت گروهی

با دوستان خود که تسلط بیشتری بر روی مباحث ریاضی دارند در ارتباط باشید و بخواهید که با یکدیگر مثال‌های متنوعی را حل نمایید. از این طرق می‌توانید مشکلات خود را حل کنید.

حالا نوبت شماست برنامه مدیریتی خود را تنظیم کنید و یک روز به طور آزمایشی آن را اجرا نمایید و مدیریت خود را نشان دهید.
یادتان باشد اگر بلد باشید مدیریت کنید و برای ریاضی خود برنامه داشته باشید، می‌توانید در سرزمین ریاضیات خودتان مدیر باشید

