

كيف نستعد للإمتحانات؟! منى الشعلان



تعتبر فترة التحضير والاستعداد للإمتحانات فترة مهمة لدى جميع الطلاب حيث أن الاستعداد للإمتحان يحتاج إلى مهارة في تنظيم الوقت للمذاكرة فيمكن من خلاله القيام بمجموعة من الأشياء في الأوقات المحددة لها لإنجازها والفراغ منها.

فالواجب على الطالب تنظيم الوقت وتهيئة النفس أولاً وإلا فسوف يكون الأمر أكثر صعوبة وتعقيداً.

- ومن طرق الاستعداد للإمتحانات والتفوق فيها مايلي :
- الاستعانة بالله عز وجل والتوكل عليه وسؤاله التوفيق والنجاح .
- التخطيط المسبق وتنظيم الوقت .
- اختيار أماكن مخصصة للمذاكرة والتأكد من وجود كافة المصادر التي تعزز كالكاتب والملاحظات والهدوء والإضاءة.
- المذاكرة على فترات وأنسب الأوقات فترة الصباح لقول رسول الله ﷺ (اللَّهُمَّ بَارِكْ لَأَقْتِي فِي بُكُورِهَا) .
- البدء بالمذاكرة مبكراً والتخلص من مشتتات التركيز كألعاب الكمبيوتر والهاتف وغيره.
- قراءة المادة أكثر من مرة حيث أن قراءتها مرة واحدة لا تكفي لتحقيق الفهم الصحيح .
- المذاكرة الجماعية مع الجادين من الطلبة للاستفادة منهم .
- النوم المبكر .

والاستعداد المبكر للإمتحان له فوائد عديدة ومن أبرزها :

- التحصيل الدراسي الجيد .
- زيادة القدرة والفهم والاستيعاب .
- البعد عن الضغط النفسي.
- البعد عن التعجل .
- تحديد الموضوعات الدراسية.
- استيعاب المقرء .
- التأهيل الدراسي وتجهيز المنهج في صورة اختبارات .

ويعد الإستعداد وتنظيم الوقت هو أحد أسباب زيادة فرص النجاح وإنجاز الكثير من الأعمال بجهد يسير ووقت أقل .

دَبَيْتُ لِلْمَجْدِ وَالسَّاعُونَ قَدْ بَلَغُوا
جَهْدَ النُّفُوسِ وَأَلْقُوا دُونَهُ الْأَزْرَا

وكابدوا المجد حتى ملَّ أكثرهم
وعانقَ المجدَ من أوفى ومن صَبْرًا

لا تحسبَ المجدَ تمرًا أنتَ آكلُهُ
لن تبلغَ المجدَ حتى تَلْعَقَ الصَّبْرَا

وختاماً ينبغي أن يكافئ الطالب نفسه على أي إنجاز يقوم به على أكمل وجه، وذلك من أجل تحفيز النفس على مزيد من النجاح والإنجاز والإبداع، ويمكن أن تتنوع تلك المكافأة لتشمل جانب الترويح عن النفس قليلاً وبعد ذلك العودة وبذل المجهود الكافي . وأن يجعل أمامه هدفاً ذا قيمة في حياته يمنحه الثقة ويدفعه للسعي والاجتهاد ، والمثابرة نحو طريق النجاح.

وقد قيل: "من جد وجد، ومن طلب العلاء سهر الليالي".
وقال بعض من السلف الصالح: "إن هذا العلم لا ينال براحة الجسد".

لا يمتطي المجدَ من لم يركبِ الخطرا
ولا ينالُ العلى من قدّمَ الحذرا

ومن أرادَ العلى عفواً بلا تعبٍ،
قضَى ولم يَقْضِ من إدراكها وظرا

لابدٌ للشهدِ من نحلٍ يمنعهُ،
لايجتني النفعُ من لم يحملِ الضرا

لا يُبْلَغُ السُّؤْلُ إلَّا بعدَ مُؤْلَمَةٍ
ولا تَبِمُ المُنَى إلَّا لِمَنْ صَبْرًا

اللهم سدد جميع الطلاب والطالبات في اختباراتهم ووفقهم ، وارزقهم العلم النافع والعمل الصالح والفهم الراجح .

منى الشعلان