

حافظه انسان در موقعیت های مختلف، اطلاعات را در خود جای میدهد به همین دلیل، با تغییر مکان مطالعه، میزان به خاطر سپردن مطالبی که یاد گرفته اید، افزایش می یابد.

۲- مطالعه گروهی:

همیشه در هر کاری تقسیم مسئولیت، یکی از بهترین راه ها برای انجام آن کار است.

وقتی مطالعه گروهی داشته باشید اولین مزیت آن، این نکته است که اگر در فهم مطلبی متوجه نشدید از دوست خود بخواهید که برایتان توضیح دهد به ویژه وقتی روی یک مسئله دشوار کار می کنید. دومین مزیت این نوع روش مطالعه، کاسته شدن حجم مطالب درسی کتاب است. می توانید با دوست خود بخش های کتاب را بطور مساوی تقسیم کرده و هر کدام بخش های تقسیم شده ی خود را بخوانند. پس از مطالعه بخش های خوانده شده را به هم توضیح دهید. این روش بخصوص در درس های مفصلی که امتحان آن به صورت تشریحی است بسیار موثر است.

۳- استفاده از فلش کارت ها:

یک روش قدیمی ذر بین روش های نوین یادگیری است اما همچنان موثر و کارآمد می باشد. نوشتن نکات مهم کتاب، تعاریف و توضیحات در این فلش کارت ها و مرور پیوسته این کارتها، به نقش بستن اطلاعات در حافظه و یادآوری آنها کمک می کند.

۴- شرکت در امتحانات و آزمون های که در طول ترم برگزار می شود:

اکثر دانشجویان از امتحان بیزارند. اما باید گفت امتحاناتی که در طول ترم برگزار می شود، عامل مهمی برای مرور



نحوه درس خواندن دانشجو

نحوه درس خواندن دانشجو باید به چه صورت باشد تا در امتحانات دانشگاه موفق شود؟

بسیاری از دانشجویان در همان سال های اول دانشگاه، نحوه درس خواندن در دانشگاه را نمی دانند.

شیوه هایی مانند حفظ کردن مطالب، سرسری خواندن را خیلی از آنها استفاده می کنند. شیوه هایی که تاثیر گذار نبوده و نتیجه عکس داده است.

در ادامه، به یازده روش صحیح درس خواندن دانشجو در دانشگاه می پردازیم:

۱- تغییر متناوب موقعیت و محیط مطالعه:

دانشمندان علم ادراک معتقدند که تغییر متناوب محیط مطالعه، بر افزایش یادگیری فرد موثر است.

درسها و سنبلیدن میزان معلومات خود و راهی برای آماده کردن خود برای امتحانات اصلی می باشد.

۵- حضور مستمر در کلاس:

برخی از کلاسهایی که در دانشگاه برگزار می شود حضور در آنها اجباری نیست. اما بهتر است که در تمام کلاسهایی که در دانشگاه برگزار می شود شرکت کنید. چون ممکن است استاد راجع به مطالب کتاب درسی مربوطه یا حتی نحوه درس خواندن آن، نکته هایی را بیان کند که نبود شما قطعاً به ضررتان تمام می شود.

۶- تمرکز روی منبع اصلی خود:

از این شافه به آن شافه پریدن اشتباه است. بهتر است در ابتدا بجای اینکه روی موضوعات و منابع مختلف کار کنید، به منبع یا کتاب و یا جزوه اصلی خود اکتفا کرده و آنها را مطالعه کنید. کیفیت همیشه بهتر از کمیت است. بهتر است در ابتدا بجای اینکه روی موضوعات و منابع مختلف کار کنید، به منبع یا کتاب و یا جزوه اصلی خود اکتفا کرده و آنها را مطالعه کنید. مطالعه منابع دیگر برای افزایش سطح علمی در زمینه رشته تحصیلی تان خوب است اما در زمان امتحان بهتر است که روی جزوه و یا کتاب اصلی خود تمرکز کنید.

۷- داشتن یک برنامه هفتگی مناسب و نظم داشتن برای اجرای آن:

سعی کنید همیشه منظم بوده و کارها را در زمان مناسب خود، انجام دهید. انبار کردن درس ها در ایام امتحانات، بیدار ماندن در شب های امتحان برای درس خواندن، مثالی برای نداشتن برنامه برای درس خواندن و بی نظمی تان در انجام وظایفتان است.

۸- داشتن تغذیه و خواب مناسب

۹- خوب گوش کردن در کلاس و خوب جزوه نوشتن

مهم ترین منبع درسی هر دانشجو، جزوات درسی اوست. پس بهتر است که در کلاس خوب گوش کنید تا خوب جزوه بنویسید. چون قرار است شما از روی همین جزوه ها بفخوانید تا امتحان بدهید.

۱۰- تمرین برای افزایش مهارت تندنوایی و تندنویسی:

استاد در کلاس وقت کافی ندارد که در اختیار شما بگذارد که یک جزوه تر و تمیز و کامل بنویسید و یا روی هر مطلبی که می گوید صبر کند تا شما نکته برداری کنید. پس باید مهارت تندنوایی و تند نویسی را تمرین کنید تا بتوانید از بین حرفهای استاد نکته برداری کنید.

۱۱- داشتن تمرکز و توجه کامل هنگام مطالعه:

مثلاً اگر در روز یک ساعت زمان برای مطالعه جزوه خود در نظر گرفته اید پس آن یک ساعت را با دقت کافی و تمرکز زیاد بنفوانید.

معرفی پایگاه SAGE

انتشارات SAGE پنجمین انتشارات بزرگ مجلات علمی است. بیش از ۱۰۰۰ مجله در حوزه های علوم انسانی، علوم اجتماعی، علم و فناوری و پزشکی منتشر کرده است. انتشارات بین المللی و فصولی SAGE به خاطر کیفیت و نوآوری در سرتاسر جهان مشهور شده است. محصولات که این انتشارات ارائه می دهد عبارتند از:

مجلات با بالاترین کیفیت که جزو مجلات برتر جهان محسوب میشوند، کتاب های دانشگاهی و مرصع در زمینه های مختلف علمی، متون آموزشی و دوره های دانشگاهی، کتاب های تخصصی که به موضوعات جدید و پالشی با دیدگاهی کاربردی می نگرند.

دسترسی به این پایگاه از طریق آدرس <https://journals.sagepub.com/> می باشد.

