

عوامل موفقیت در تحصیل راه های دست یابی به موفقیت تحصیلی

۱ - توجه به پیش نیازهای یادگیری: برای دست یابی به پیشرفت تحصیلی ابتدا لازم است پیش نیازهای یادگیری مورد توجه قرار گیرند:

- الف - وجود هدف برای یادگیری
- ب - وجود انگیزه کافی برای یادگیری
- ج - وجود توجه و دقت کافی نسبت به مطلب آموختنی

الف - راه ایجاد هدف برای یادگیری: در فرایند تحصیل، دانش آموزان هنگامی به نتیجه رضایت بخش دست می یابند که هدف از آموختن هر مطلب یا ماده درسی را بخوبی بدانند. برای تحقق این امر لازم است علاوه بر تعیین هدف کلی از آموزش هر درس به تعیین هدف های کوتاه مدت که در فاصله زمانی کمتری به دست می آید اقدام کرد.

ب - راه ایجاد انگیزه: برای ایجاد انگیزه تحصیلی در دانش آموزان می توان از روش های زیر استفاده کرد:

- ۱- طرح آموختنی ها به صورت پرسش های جالب و جذاب
 - ۲- قرار دادن دانش آموزان در تماس مستقیم با آموختنی ها
 - ۳- ایجاد زمینه برای انتقال و ارائه آموخته های دانش آموزان در بین جمع
 - ۴- بیان محاسن آموختن مطالب و معایب ندانستن آن ها .
 - ۵- آگاه نمودن یادگیرنده از میزان پیشرفت خود در جریان تحصیل .
- ۳- استفاده از عوامل بر انگیزنده یا تشویقی مانند تشویق های کلامی (مرحبا، آفرین) و تشویق های غیر کلامی «دادن هدیه، تشویق نامه کتبی».
- شایان ذکر است در به کار بردن روش های تشویقی بایستی به «سن و تفاوت های فردی» دانش آموزان توجه کرد؛ به عنوان مثال فراگیران در دوره پیش از دبستان و دبستان بیشتر با روش های غیر کلامی بر انگیزته می شوند .

ج - راه ایجاد توجه و دقت: دست اندرکاران آموزش و پرورش باید بدانند میزان توجه و دقت در دانش آموزان به عوامل متعددی مانند تفاوت های فردی، علائق، نیازها و سن بستگی دارد؛ مثلاً کودکان ۳ تا ۴ سال به مدت ۵ تا ۱۰ دقیقه و کودکان ۴ تا ۵ ساله، ۱۵ دقیقه و کودکان ۵ تا ۶ ساله، ۲۰ تا ۳۰ دقیقه می توانند حواس خود را برای یادگیری مطلبی متمرکز کنند .

هم چنین لازم است رابطه میان زمان «توجه و دقت» با «نوع درس و فعالیت» در نظر گرفته شود؛ زیرا اگر دانش آموزان مجبور شوند چند درس را که نیاز به کار ذهنی داشته و ویژگی های همسان دارند در یک روز مطالعه کنند به مرور از وسعت و دامنه دقت آن ها کاسته می شود.

برای ایجاد دقت و توجه بیشتر به مطالب آموختنی بهتر است مواد یادگیری تا آن جا که امکان دارد با تصاویر مختلف همراه شود. در ارائه مطلب از محرک های شنوایی (بیان شعر، داستان، مَثَل و همچنین تغییر تن صدا) استفاده کرد .

۲- زمان مناسب برای یادگیری:

هر شخص در ساعات معینی از روز و شب کار ذهنی را بهتر انجام می دهد؛ اما تحقیقات نشان می دهد که در ساعات اول روز آمادگی برای یادگیری بیشتر است، لذا توصیه می شود درسهایی که نیاز به تمرکز و دقت ذهنی بیشتری دارد در «ساعات اول روز» مطالعه شوند. هم چنین تجربه نشان داده است که قدرت فراگیری یک دانش آموز در آغاز، نیمه و پایان جلسه درس یکسان نیست . آن چه در ابتدا و پایان یک جلسه درسی ارائه می شود بهتر در ذهن اثر می گذارد، بنابر این توصیه می شود حتماً در اواخر جلسه، مطالب درسی به طور خلاصه تکرار شود. هم چنین طبق بررسی های انجام شده «رابطه معکوس» بین مدت زمان انجام یک کار و میزان دقت وجود دارد، بنابر این توجه داشته باشید زمان اختصاص داده شده برای هر جلسه یادگیری طولانی نباشد .

۳- پُر یادگیری :

برای این که دانش آموزان آنچه را یاد می گیرند بتوانند زمان طولانی نگه دارند بایستی به جای یادگیری، پُر یادگیری کنند. در پریادگیری، یادگیری زیادت از حد لازم انجام می شود و فراگیرنده به تکرار مجدد مطالب آموخته شده می پردازد .

۴- خواندن با صدای بلند:

اگر دانش آموزان مطالب را با صدای بلند بخوانند (طوری که خود نیز بشنوند) با این عمل از دو حس بینایی و شنوایی به صورت همزمان استفاده می کنند، لذا یادگیری آسانتر می شود .

۵- از بر خواندن مطالب :

از بر خواندن مطالب، میزان کارایی حافظه را در نگهداری و به یادآوری مطالب زیاد می کند. منظور از اصطلاح «از بر خوانی» فقط حفظ کردن عین یک متن؛ مثل شعر و بازگویی آن نیست، بلکه فهمیدن آن و حتی تجسم مطالب در ذهن است .

۶- توجه به مدت زمان هر جلسه آموزش یا تمرین:

روان شناسی یادگیری تأکید می کند که در تعیین مدت جلسه آموزش برای فراگیران حتماً باید به میزان سن و ظرفیت و توانایی آن ها توجه شود. در مورد بزرگسالان دامنه توجه و تمرکز به مطالب درسی نزدیک ۴۵ دقیقه است، لذا توصیه می شود بعد از این مدت فاصله ای برای استراحت در نظر گرفته شود . تجربه ها و پژوهش های انجام شده نشان داده است که میزان یادگیری در جلسات فشرده نسبت به مواردی که بین جلسه های آموزش، فاصله مناسبی وجود دارد، بسیار کمتر است .

۷- استفاده از چند حس:

اگر دانش آموزان برای آموختن مطالب درسی از چند حس (بینایی، شنوایی و ...) استفاده کنند یادگیری عمیقتر و میزان قدرت یادآوری و یادداری بیشتر خواهد شد بخصوص آن که دانش آموزان تا سن ۱۴ سالگی دارای حافظه بصری بسیار قوی هستند و اگر از وسایل کمک آموزشی؛ نظیر لوحه، طرح، منحنی، نمودار، عکس، نقشه و ... که در آنان حس بینایی به کار گرفته می شود، استفاده کنند درجه یادگیری افزایش می یابد .

۸- سازماندهی مطالب :

سازماندهی مطالب درسی یا به اصطلاح طبقه بندی محتوی در ذهن، عامل مؤثری در حفظ و یادگیری محسوب می شود. بهترین روش آن است که بین مطالب درسی ارتباط منطقی و معنی دار ایجاد کرده و هنگام مطالعه، یادداشت برداری شود. مشخص کردن مطالب مهم، برجسته کردن نکات اساسی و توضیح مطالب کلیدی در حاشیه یا در صفحه ای جداگانه به حفظ یادگیری و افزایش زمان یادداری کمک چشمگیری می کند .

۹- مکان مطالعه:

یکی از عوامل مؤثر در یادگیری، مکان مطالعه است. در انتخاب مکان مطالعه نکات زیر توصیه می شود :

از یک مکان نسبتاً ثابت برای مطالعه و انجام تکالیف درسی استفاده شود و مرتب محل مطالعه تغییر نیابد .

✚ مکان مطالعه در جایی انتخاب گردد که متغیرهای مداخله گر؛ مانند: صدا، تصاویر تلویزیون، رفت و آمد افراد خانواده و وجود نداشته باشد .

✚ هنگام مطالعه به وضعیت نشستن توجه شود و به دانش آموزان توصیه گردد که از خمیده کردن ستون فقرات خود خودداری کنند. در حالت خوابیده یا دراز کش مطالعه ننمایید .

✚ به این نکته مهم توجه شود که درجه دمای مکان مطالعه تأثیر چشم گیری در کارایی فعالیت های مغزی و در نتیجه یادگیری دارد . هوای گرم و یا هوای بسیار سرد از یادگیری مطلوب جلوگیری می کند.

واحد مشاوره دبیرستان فرزنانگان ۳