கல்விப் பொதுத்தராதர சாதாரண தரப் பரீட்சைக்கு தோற்றவுள்ள மாணவர்களுக்காக

பரீட்சையை வெற்றி கொள்வதற்காக
மாணவர்கள் எவ்வாறு கற்க வேண்டும்
பெற்றார்கள் எப்படி உதவி அளிக்க வேண்டும் என்பன பற்றிய

வழிகாட்டல் கையேடு



விசேட கல்வி /முறைசாரா கல்வி /ஆலோசனை/ கல்வித் தரநிலை பிரிவு
வடமேல் மாகாண கல்வித் திணைக்களம்
குருணாகல்

உட்படுத்தல் கல்வியினூடாக கற்றல் அடைவை மேம்படுத்துவோம்

www.ikolu.lk

ஏற்பாட்டுக்குழு

- திரு. ஏ.எஸ்.கே. ஜயலத்
  மாகாணக் கல்விப் பணிப்பாளர்
  வடமேல் மாகாண கல்வித் திணைக்களம்

- திருமதி. ஜே.ஏ.எம்.பி. ஜயதிலக
  பிரதிக் கல்விப் பணிப்பாளர் (அபிவிருத்தி)
  வடமேல் மாகாண கல்வித் திணைக்களம்

- திரு. யூ.பி. உயன்கொட
  பிரதிக் கல்விப் பணிப்பாளர் (திட்டமிடல்)
  வடமேல் மாகாண கல்வித் திணைக்களம்

- திரு. எச்.ஏ.எச்.கே. நிமல் ஹெட்டிஆரச்சி
  பிரதிக் கல்விப் பணிப்பாளர் (விசேட கல்வி/ முறைசாரா கல்வி/ ஆலோசனை மற்றும் மாணவர் வழிகாட்டல்/ கல்வித் தரநிலை)
  வடமேல் மாகாண கல்வித் திணைக்களம்

- திரு. எம்.ஏ. றியாஸ் முஹம்மட்
  உதவிக் கல்விப் பணிப்பாளர் (தமிழ் பிரிவு)
  வடமேல் மாகாண கல்வித் திணைக்களம்

வட மேல் மாகாணக் கல்விப் பணிப்பாளரிடமிருந்து...



கோவிட் தொற்று கால கட்டத்தில் வட மேல் மாகாணத்தில் உள்ள பிள்ளைகளின் கற்றல் கற்பித்தல் நடவடிக்கைக்காக வேண்டி வெவ்வேறு பட்ட நிகழ்ச்சித் திட்டங்கள் மாகாண, வலய, பாடசாலை மட்டங்களில் செயல்படுத்தப்படுகின்றன. அதற்கமைவாக தரம் 6, 7, 8, 9, 10 மாணவர்களுக்கு செயற்பாட்டு ரீதியான கை நூல் தயாரிக்கப்பட்டுள்ளது. தரம் 11 மாணவர்களுக்கு வலய ரீதியான நிறைய வேலைத்திட்டங்கள் நடைபெற்று வருகின்றன. அதற்காக நிறைய கல்வி மூலங்களை பல்வேறு விதத்தில் அவர்கள் பெற்றுக் கொள்கின்றார்கள்.

பாட ரீதியாக பல்வேறு விதத்தில் முற்று முழுதான விடயங்களை பெற்றாலும் கல்விப் பொதுத் தராதர சாதாரண தரப் பரீட்சைக்கு முகம்கொடுக்க இருக்கின்ற கால நேரங்களை அழகான முறையில் முகாமைத்துவம் செய்வது அவசியமாகும்.

அதற்கமைவாக நேரசூசியின் பிரகாரம் சிறந்த பெறுபேற்றை பெற்றுக் கொள்வதற்காக வேண்டி மாணவர்களை வழிநடத்துவது மற்றும் அவர்களது வீட்டு சூழல் வீட்டில் உள்ளவர்கள் என்ன விதங்களில் நடந்துகொள்ள வேண்டும் என்பதற்கு இவ்வழிகாட்டல் கையேடு மிகவும் பயன் மிக்கதாக இருக்கும் என்பதே இதன் நோக்கமாகும். 2021 ஆம் ஆண்டு கல்விப் பொதுத் தராதர சாதாரண தரப் பரீட்சையில் தோற்றும் அனைத்து மாணவர்களினதும் வெற்றிக்கு இந்நூல் உதவியாக இருக்கும் என்பது எனது எதிர்பார்ப்பாகும்.

www.lkeguide.lk

எங்களது எதிர்பார்ப்பு



அன்புடைய பெற்றோர்களே, பிள்ளைகளே, நாங்கள் இப்போது கடந்து செல்வது ஒரு சிக்கலான காலகட்டத்தில் ஆகும். உலகில் மற்ற நாடுகளைப் போன்றே எங்களுடைய நாட்டிற்கும் கோவிட் தொற்று காரணமாக நாளாந்த நடவடிக்கைகளை மேற்கொள்ள முடியாத நிலை காணப்படுகிறது. பிள்ளைகளான உங்களுக்கு பாடசாலை சென்று கல்வி கற்க முடியாத நிலை காணப்படுகின்றது. ஆனால் பிள்ளைகளின் எதிர்பார்ப்புக்களை, இலட்சியங்களை ஒரு நாளும் நாங்கள் கைவிட முடியாது. எனவே கட்டாயம் நாங்கள் இந்த சவாலை வெற்றிகொள்ள தயாராக வேண்டும்.

அன்பான பெற்றோர்களே, உங்களுடைய பிள்ளையின் இலட்சியம் என்பது உங்களுடைய இலட்சியமும் தான். அந்த வகையில்,

- ✓ மருத்துவராக
- ✓ பொறியியலாளராக
- ✓ ஆசிரியராக
- ✓ அரச பதவிகளில் இருக்க
- ✓ பொலிஸ், ராணுவம், வங்கி அதிகாரி போன்ற உயர் பதவிகளில் இருக்க
- ✓ சிலவேளை வியாபார நடவடிக்கைகள் சுய தொழிலில் ஈடுபடுவது போன்ற துறைகளை தொழில்களை நாடுவதற்கு உங்கள் பிள்ளை ஆசையாக ஆவலாக இருக்கும்

ஆனால், எல்லாத் தொழில்களுக்கும் ஆகக்குறைந்த தகைமை க.பொ.த. (சா/த) பரீட்சையை வெற்றி கொள்வதாகும். சொந்த வாழ்க்கையில் வெற்றி கொள்வதற்கும் க.பொ.த. (சா/த) பரீட்சையை வெற்றி கொள்வது அவசியமாகும். இப் பரீட்சையில் சித்தி அடையாமல் எங்களுக்கு வெற்றிகரமான ஒரு பாதையை நாட முடியாது. தற்போதைய நிலையில் வீட்டிலிருந்து பரீட்சைக்கு முகம் கொடுப்பதற்கு தயாராகுதல் அவசியமாகும். அதற்காக நாங்கள் நன்கு கற்கக்கூடிய, ஒரு சூழலை அமைத்துக் கொள்வது அவசியமாகும். எங்களுக்கு இருக்கின்ற வளங்களை உச்ச அளவில் பயன்படுத்த வேண்டும். அதற்காக வேண்டி நாங்கள் சுய கற்றல் முறையை பரீட்சார்த்தமாக செய்து பார்க்க வேண்டும் பாருங்கள் க.பொ.த. (சா/த) பரீட்சை மிகவும் குறுகிய காலத்தில் நடைபெற உள்ளது. ஆனால் அதற்காக நாம் ஆயத்தத்துடன் இருந்தால் பரீட்சையில், பாரிய வெற்றியை அடைந்து கொள்ள முடியும்.

www.ikeol.lk

மாணவர்களே, பரீட்சைக்கு சில நாட்கள் அல்லது சில மாதங்கள் மாத்திரமே நாங்கள் முயற்சிக்க வேண்டும். இச்சிறிய காலத்தில் நாங்கள் முயற்சி செய்தால் வாழ்நாள் முழுவதும் நாங்கள் சந்தோஷமாக வாழ்க்கையை அனுபவிக்கலாம். அதனால், வருகின்ற சில மாதங்களில் நாங்கள் கடுமையான பயிற்சியில் ஈடுபடுவோம். எங்களுக்கு பாடசாலை செல்ல முடியாது ஆனால் எங்களுக்கு இருக்கின்ற வளங்களை பற்றி சிந்திப்போம்.

- எங்களுக்கு போதுமான அளவு காலம் உள்ளது.
- வீட்டில் ஒழுங்கான சூழல் காணப்படுகின்றது.
- சிலவேளைகளில் பாடசாலை ஆசிரியர்கள் Online மூலம் அல்லது Whatsapp மூலம் எங்களுக்கு பாடம் கற்பிக்கிறார்கள்.
- எமக்கு இலவச பாடநூல் இருக்கின்றது.
- நவீன தொலைத்தொடர்பு சாதனங்கள் பாவிப்பதன் மூலம் சிறந்த வளங்கள் கிடைக்கின்றன.

மேற்கூறியவைகள் அனைத்தும் எங்களுக்கு இருந்தாலும் எம்மிடம் கற்றுக்கொள்ள வேண்டும் என்ற ஆசையும் அர்ப்பணிப்பும் கட்டாயம் அவசியம். வாழ்க்கையை நாங்கள் வெற்றி கொள்வதற்கும் பரீட்சையில் சித்தி அடைவதற்கும் கட்டாயம் நாங்கள் படிக்கவேண்டும். படிப்பதற்கான அனைத்து வளங்களும் எங்களிடம் காணப்படுகின்றன. என்றாலும் நாங்கள் நேரசூசி ஒன்று அமைத்து பாடங்களை படித்தோமேயானால் மிகவும் இலகுவாக பரீட்சையில் வெற்றி பெறலாம். அது மாத்திரமன்றி எமது இலட்சியத்தை அடைந்து கொள்ளலாம்.

கற்பதற்கான முன்னாயத்தம்

பிள்ளைகளே போட்டித் தன்மை மிக்க சமூகத்தில் வெற்றி தோல்வி இரண்டிற்கும் நாங்கள் முகங்கொடுக்க வேண்டும். வெற்றியின் போது உங்களுக்கு சந்தோஷம், தைரியம், தன்னம்பிக்கை என்பவற்றை நீங்கள் உணர்வீர்கள். வாழ்க்கையை வெற்றி கொள்வதற்கான சந்தர்ப்பம் உங்களுக்கு கிடைத்தால் உங்களுக்கு என்ன கிடைக்கும்? தோல்விகள் பலவற்றுக்கு நீங்கள் முகம் கொடுக்க நேரிட்டாலும் தோல்விகளை வெற்றிப்படிகளாக மாற்றிக் கொள்வதற்கு உங்களுக்குத் தேவை மனவலிமையும் ஆத்ம சக்தியும் ஆகும். இது ஒரே தடவையில் எங்களுக்கு பெற்றுக்கொள்ள முடியாது. படிப்படியாக இதனை வளர்த்துக்கொள்ள வேண்டும் விசேடமாக படிக்கின்ற போது இது மிகவும் முக்கியமானது என்பதை மறந்துவிடகூடாது.

நேர் மனப்பாங்கு மிக்க சூழல்

கற்றல் என்பது நேர் தன்மை மிக்கதாகும். கற்பதினால் கிடைக்கின்ற வெற்றி மற்றும் உயர் பெறுபேறு என்பன எங்களிடம் காணப்படுகின்ற நேர் மனப்பான்மையின் பலனாகும். **"பரீட்சையில் உச்ச பெறுபேற்றை நான் அடைவேன்"** என நேர் எண்ணத்துடன் தனது மனதில் உறுதியை ஏற்படுத்திக் கொண்டால் கிடைக்கின்ற பெறுபேறு சிறப்பாக அமைவதுடன் பெறுபேற்றை அடைவதற்கான பல்வேறு வழிகள் திறக்கப்படும். அதற்கு உங்கள் மனதில் நேர் எண்ணத்தை கொண்ட சூழலை உருவாக்கிக் கொள்ள வேண்டும்.

www.ikeou.lk

பலமான சக்தி

சிறிய கன்று பாரிய விருட்சமாக வளர்வதைப் போல சின்னச் சின்ன எண்ணங்கள் மகா பெரிய செயற்பாடாக மாறுவதை நீங்கள் உணர்வீர்கள். இவ்வெண்ணம் உங்கள் ஆழமான மனதில் இருக்கின்ற பாரிய சக்தியை தட்டி எழுப்பக்கூடியதாக இருக்கும். மனிதனுள் இப்படி சக்தி எழுப்பப்படுகின்றது என விஞ்ஞானிகளால் உறுதிப்படுத்தப்பட்டு இருக்கின்றது.

தன்னம்பிக்கை ஏற்படுத்திக் கொள்ளுங்கள்

தமது வாழ்வின் இலட்சியத்தை, அழகிய சித்திரமாக கற்பனையில் எடுத்துக்கொள்ளுங்கள். அடிக்கடி அதனை பற்றி கனவு காணுங்கள். மனதுடன் கலந்துரையாடுங்கள். அதன் மறை தன்மையை நினைக்காது நேர் பகுதியை மாத்திரம் கருத்தில் கொள்ளுங்கள். மனதுடன் அடிக்கடி பேசுங்கள். தூங்கிக் கொண்டிருக்கின்றன இராட்சதனை தட்டி எழுப்புவது போல உங்களது இலட்சியத்தை தூங்கிக் கொண்டிருக்கும் மனதிற்கு கூறுங்கள், உரத்த சத்தமாக கூறுங்கள், வற்புறுத்தி கூறுங்கள்.

இலட்சியத்தை அமைத்துக் கொள்ளுங்கள்

உருவமாக அழகிய சித்திரமாக உமது இலட்சியத்தை காணுங்கள். மனதால் இரசித்து அனுபவியுங்கள். அதை படம் பார்ப்பது போன்றும் சதா மனதில் நித்தமும் காணுங்கள். அது மாத்திரமன்றி சந்தோஷமாகவும் திருப்தி அடையும் வகையிலும் வெற்றி அடைந்து கொள்வதற்காக வேண்டி அந்த கற்பனை உருவத்தின் பால் உங்களை தயார்படுத்திக் கொள்ளுங்கள். பல படிகள் தாண்டி செல்கின்ற போது உங்களுக்கே உங்களுடைய இலட்சியத்தை நீங்கள் அடைந்து விட்டீர்கள் என்று தெரியும். அதனால் உங்களுடைய முயற்சியை தொடர்ந்து செய்யுங்கள்.

படிப்பதற்கு ஆசைப்படுங்கள்

படிப்பது இடையூறாக அல்ல (வாழ்க்கையை வெற்றி கொள்வதற்காக பயணஞ் செய்கின்ற ஒரு சுற்றுலா என்று நீங்கள் நினைத்துக் கொள்ளுங்கள்) அதன் மகத்துவத்தை உணர்ந்து கொள்ளுங்கள். அது மிகப்பெரிய சக்தி என்பதை புரிந்துகொள்ளுங்கள். உங்களைப் போன்றவர்கள் தன் அப்பயணத்தில் கெட்டிக்காரன் என்பதை காணுங்கள் அப்பயணத்துக்கான பாதை உங்களுக்கும் திறந்து இருக்கின்றதுன்பதை நீங்கள் கண்டு கொள்ளுங்கள்.

மனதை தூய்மையாக வைத்திருங்கள்

உங்களுடைய மனதை வெள்ளை கடதாசி போன்று மாற்றிக்கொள்ளுங்கள். உங்கள் மனதை அசுத்தப்படுத்தும் கவலை, கோபம், உணர்ச்சிகள் மற்றும் வேண்டாம் என்று நினைக்கின்றவற்றை நெருங்க விட வேண்டாம். வெற்றுக் கடதாசியில் அழகானவற்றை எழுத முடியும். எனவே உங்கள் மனதை வெற்று கடதாசி போன்று ஆக்கிக்கொள்ளுங்கள். அசுத்தமான கடதாசி நொறுக்கிய கடதாசி போன்றதாகும். அதில் எழுத முடியாது. அதனால் பாடம் படிக்கின்ற போது முக்கியமாக தேவைப்படுவது சுத்தமான வெற்று கடதாசி போன்ற மனம் ஆகும்.

தடைகளை வெற்றி கொள்வோம்

வெளி வாரியாக வருகின்ற அனைத்து விடயங்களிலும் இருந்து வெற்றி பெறுவதற்காக கற்றலுடன் தொடர்புபட்ட விடயங்களை குறித்து மாத்திரம் நீங்கள் யோசியுங்கள். வேறு விடயங்கள் உங்கள் மனதில் தோன்றினால் கற்றலின் முக்கியத்துவமும் அதன் பிரயோசனம் பற்றி யோசிப்பதற்கு பயிற்சி பெற வேண்டும்.

தேவையற்ற விடயங்களில் இருந்து விலகுங்கள். தொழில்நுட்பத்தை பாவிக்கின்ற போது கல்வி நடவடிக்கைக்கு மாத்திரம் அதனை பயன்படுததுங்கள். உங்களுடைய நேரத்தில் கூடுதலான நேரத்தை படிப்பதற்காக செலவழியுங்கள். தொலைக்காட்சி பார்த்தல், கைபேசியில் தேவையற்ற விதத்தில் கதைத்தல், அரட்டை அடித்தல், விளையாடுதல் போன்ற விடயங்களில் ஈடுபட வேண்டாம். ஏனென்றால் உங்களுடைய பரீட்சைக்கு அல்லது உங்கள் வாழ்க்கையில் மாற்றத்தை ஏற்படுத்தும் என்ற அந்த திருப்புமுனைக்கு இருப்பது குறுகிய காலமே. அதன் பிறகு உங்களுடைய வாழ்க்கையில் வெற்றியடைந்த பிறகு வாழ்நாள் முழுமையும் உங்களுடைய விருப்பத்தின்படி உங்களுக்கு தேவையான காரியங்களில் ஈடுபடலாம்.

மற்றவர்களுடன் கதைக்கின்ற நேரத்தை குறைத்துக் கொள்ளுங்கள். தொலைபேசியில் கதைக்கின்ற நேரத்தை வரையறுத்து கொள்ளுங்கள்.

மனக்குழப்பங்களை ஏற்படுத்துகின்ற விடயங்களைப் பற்றி சிந்தியாமல் இருப்பதற்கு முயற்சி செய்யுங்கள். காதல் தொடர்பு, பல்வேறுபட்டவைகளுக்கு அடிமையாகுதல், அடுத்தவர் பற்றி பிழையான அபிப்பிராயம் ஆகிய கற்பதற்குத் தடையாக அமையும் விடயங்களை விட்டு விடுங்கள். இக்காலத்தை கல்வி கற்பதற்கு மாத்திரம் செலவழியுங்கள்.

கற்பதற்காக எஞ்சியுள்ள காலத்தை குறித்து எதிர்மறையாக எண்ண வேண்டாம். எனக்கு கிடைத்திருக்கின்ற காலம் மிகவும் பொன்னானது மட்டுமல்ல அதற்கு மதிப்பு ஏற்படக்கூடிய வகையில் செயற்படுவதாக தீர்மானியுங்கள்.

அதைக் குறித்து மனதை ஈடுபடுத்தி, ஒரு கடதாசியில் எங்களுக்கு இருக்கின்ற சவால்களை எழுதிக் கொள்வோம்.

- ✓ தொழில்நுட்ப சாதனங்கள் தொடர்பான பிரச்சினை
- ✓ குடும்பம் சார்ந்த பிரச்சினை
- ✓ பொருளாதாரம் சார்ந்த பிரச்சினை
- ✓ நண்பர்கள் சார்ந்த பிரச்சினை
- ✓ வீட்டு சூழல் சார்ந்த பிரச்சினை

இப்பிரச்சினைகள் வெளிவாரியான பிரச்சினைகளாக கருத முடியும்

- சோம்பல்
- தூக்கம் மயக்கம்
- உற்சாகமின்மை
- சுகயீனம்
- தேவையற்ற விடயங்களுக்கு அடிமையாதல்

மேற்கூறிய விடயங்கள் எங்களாலே உருவாக்கப்படுகின்ற சவால்கள் ஆகும்.

ஆனால் சவால்களை நாங்கள் நினைத்தால் நிச்சயமாக வெற்றி கொள்ளலாம். ஆயினும் தேவையும் அவசியமும் இருப்பின் 90 % எங்களால் தீர்த்துக்கொள்ள முடியும். அதற்கு எங்களிடம் சக்தி இருக்கிறது. அந்த சக்தியை கண்டறிந்து அதனை பிரயோகித்து வெற்றிகொள்வது இலகுவாகும்.

உங்களுக்கு தனிப்பட்ட ரீதியில் உண்டாகும் மனோநிலை ரீதியான பிரச்சினைகளுக்கு உங்கள் தாய், தகப்பன், நம்பிக்கைக்குரிய ஒருவருடன் கலந்துரையாடலாம். அதற்கு உங்களை விடவும் (முதிர்ந்த) மிகவும் பொருத்தமான ஒருவரை தெரிவு செய்வது மிகவும் அவசியமாகும்.

உடல் ரீதியான ஆரோக்கியத்திற்காக வெவ்வேறுபட்ட செயற்பாடுகளில் ஈடுபடுங்கள். ஓய்வு மற்றும் உடற்பயிற்சி விளையாட்டு என்பவற்றையும் உங்கள் பழக்கத்திற்கு கொண்டு வாருங்கள். போஷாக்கு மிக்க உணவை உட்கொள்ளுங்கள். நடத்தல், சைக்கிள் மிதித்தல் ஆகிய செயற்பாடுகளுக்காக வேண்டி சில நேரங்களை ஒதுக்குங்கள். உங்களுடைய மனதை சமநிலை ஆக்கிக் கொள்ளுங்கள். மனதை சந்தோஷப்படுத்தி கொள்ளுங்கள். அதன் மூலம் உங்களுடைய தடைகள் எல்லாம் நீங்கி கல்விக்கான உங்கள் இலட்சியத்தை வெற்றியடையச் செய்வதற்காகவும் வாழ்க்கையை வெற்றிகொள்ள செய்வதற்காகவும் உங்களாலும் முடியும் என்ற நம்பிக்கை உங்களுக்கு தோன்றும். இப்போது பாருங்கள் நாங்கள் தற்போது வீட்டிலிருந்து தொலைக் கல்வி (Online) மூலம் பாடங்களை கற்கின்றோம். இச்செயற்பாட்டை வெற்றிகரமாக மாற்றிக் கொள்வதற்கு பின்வரும் விடயங்களை பற்றி கவனம் எடுத்தல் வேண்டும்.

தொலைக் கல்வி (Online) யை திறன் மிக்கதாக பயன்படுத்துவதற்கு நாங்கள் தயாராகுவோம்.

பாடசாலையிடமிருந்து, ஆசிரியர்களிடமிருந்து, நண்பர்களிடமிருந்து விலகி தூரமாய் வீட்டிலே அடைக்கப்பட்ட நிலையில் இருக்கின்ற நமக்கு கற்பதற்கு பிரதான ஊடகமாக இருப்பது இந்த தொலைத்தொடர்பு சாதனம் மாத்திரமேயாகும். இதனை பயன் மிக்கதாக மாற்றிக் கொள்வது பற்றிய ஆலோசனைகள் பின்வருமாறு:

1. வகுப்பறையில் படிப்பது போன்ற ஒரு மனோ நிலையை ஏற்படுத்திக் கொள்ளுதல்

வகுப்பறையில் நாங்கள் பாடத்தை கற்பது போன்ற உணர்வை நாம் ஏற்படுத்திக் கொள்ள வேண்டும். அதற்காக குறிக்கப்பட்ட நேரத்தில் பாடத்துக்கு தயாராக அமர்ந்து கொள்ள வேண்டும். அமர்ந்த பின்பு அங்கும் இங்கும் நடப்பது, சாப்பிடுவதையோ, மற்றவர்களுடன் கதைப்பதையோ தவிர்த்துக்கொள்ள வேண்டும். அப்படி செய்வதால் பாடத்திற்கான உங்கள் கவனம் திசை திருப்பப்படும். முகம் கழுவி பொருத்தமான ஆடை அணிந்து சாப்பிட்டுவிட்டு சகல வேலைகளையும் நிறைவு செய்தபின் பாடத்தை கற்பதற்கு சமூகமளிக்க வேண்டும். அந்தந்த நேரங்களில் அதற்குரிய காரியங்களை செய்தால் மாத்திரமே கற்கின்ற அந்த சில நிமிடங்கள் உயிரோட்டம் உடையதாக இருக்கும்.

2. நேர முகாமைத்துவம்

தொலைக் கல்வி முறையில் கற்கின்ற நீங்கள் பாடங்கள் நடைபெறுகின்ற நேரம் பற்றி அறிந்திருப்பீர்கள். அதனால் நேர காலத்தோடு ஆயத்தமாகுவதற்கு நேரசூசி தயாரித்து கொள்ளலாம். நீங்கள் பாடசாலைக்கு செல்வதானால் மேலதிக வகுப்புகளுக்கு செல்வதானால் மேலதிகமாக போக்குவரத்திற்காக நிறைய நேரங்களை செலவழிக்க வேண்டும். ஆனால் தற்போது அந்த நேரம் மீதமாக இருக்கின்றது. அந்நேரத்தை சரியான முறையில் முகாமைத்துவம் செய்தால் கற்பதற்கு அதிகளவு நேரம் மீதமாகும். பாடம் கற்பித்து முடிந்தவுடனேயே கொடுக்கப்படுகின்ற பயிற்சிகளை, வீட்டுவேலைகளை, மேலதிகப் பயிற்சிகள் என்பவற்றை தெளிவாக இனங்கண்டு அவற்றை செவ்வனே நிறைவேற்றுவதற்கு கால அட்டவணை/ நேரசூசி அவசியமாகும்.

3. கற்பதற்காக பொருத்தமான இடத்தை தெரிவு செய்தல்

தொலைக் கல்வி முறையில் கற்பதற்காக வீட்டிலே அதிகம் சிக்னல் (Signal) கிடைக்கின்ற இடத்தை தெரிவு செய்வது மிகவும் பொருத்தமாகும். அவ்விடத்தில் மேசையை வைத்து கற்பதற்கான சூழலை உருவாக்கிக் கொள்ள வேண்டும். சமையலறை மற்றும் கட்டில் பொருத்தமற்றதாகும். நீங்கள் ஒதுக்கிய இடத்தில் கற்பதற்கான தொழில்நுட்ப சாதனங்களை வைப்பதற்கு பொருத்தமான இடத்தை ஆயத்தம் செய்து கொள்ளுங்கள். உங்களுடைய கொப்பிகள் புத்தகங்கள் பயிற்சி செய்து பார்க்கின்ற கடதாசிகள் ஆகியவற்றை அவ்விடத்தில் இலகுவாக எடுப்பதற்கு வசதியாக அமைத்துக் கொள்ளுங்கள். அதுமாத்திரமன்றி வீட்டிலுள்ள மற்றவர்கள் சத்தம் போடுகின்ற கதைக்கின்ற அடிக்கடி எல்லோரும் வருகின்ற இடங்களை தெரிவு செய்ய வேண்டாம்.

கற்பது என்பது நடைமுறையில் இருக்க வேண்டியதாகும். ஆனால் நீங்கள் ஆசிரியரை விட்டு தூரமாகி இருப்பதால் செயன்முறை, பரிசோதனைகள் நடைபெறுவது இல்லை. நீங்கள் கற்கின்ற விஞ்ஞான பாடத்தில் பரிசோதனைகளை பெரியவர்களின் வழிகாட்டலுக்கு அமைவாக செய்து பாருங்கள். அத்துடன் இது சம்பந்தமாக யூடியூப் (Youtube) போன்ற இணையதளம் (Site) போன்றவற்றில் இருந்து போதிய அறிவைப் பெற்று செய்யவும் முடியும். அறிவைப் பெறுவதற்கான சிறந்த வழி தனியாக தேடிக் கற்பதாகும். நண்பர்கள் இல்லாததன் காரணமாக தனியாகவே அறிவைப் பெற்றுக்கொள்ள வேண்டும். எனவே பயிற்சிகளை சரிவர செய்தால் மாத்திரமே பிரச்சினைகளுக்கான தீர்வுகளை இலகுவாக பதித்துக் கொள்ளலாம்.

4. பாடம் முடிந்தவுடன் சிறிய இடைவேளை எடுத்துக் கொள்ளுங்கள்

பாடம் முடிந்தவுடன் இடைவேளை பெறுவது அவசியமாகும். அதற்காக வேண்டி வீடியோ கேம் விளையாடுதல், தேவையற்ற இணையதளங்களுக்கு செல்லுதல் போன்ற தொழில்நுட்ப சாதனங்களின் மூலமான நடவடிக்கைகளில் ஈடுபடக்கூடாது. பெற்றோர்களுடன் அல்லது வீட்டிலுள்ளவர்களுடன் கதைத்தல் அல்லது வீட்டின் வெளிப்புற சூழலுக்குச் சென்று பயன்தரக்கூடிய விதத்தில் ஓய்வெடுங்கள். அது கண்களுக்கு மாத்திரமன்றி மனதுக்கும் இன்பத்தைத் தரக்கூடிய ஓர் இடைவேளையாக அமைய வேண்டும்.

www.ikeol.lk

காலத்தைத் திட்டமிட்டு கொள்வோம்.

நேரத்தை வீண்விரயம் செய்யாதிருப்பது வெற்றிகரமான கற்றலுக்கு இன்றியமையாத ஒன்றாகும். சென்ற நேரத்தை ஒரு நாளும் நாங்கள் மீண்டும் பெற்றுவிட முடியாது. அதனால் கிடைக்கின்ற நேரத்தில் உச்ச பலனை பெற்றுக் கொள்வது அவசியமாகும். எங்களுடைய தேவையற்ற பழக்க வழக்கங்களை விட்டுவிட்டு புதிய விடயத்திற்கு மாறுவது என்பது கடினமான ஒன்றாகும். என்றாலும் இலட்சியத்தை அடைவதாயின், மாற்றத்தை நோக்கிய பயணத்தில் அன்றாட காரியங்களையும் மாற்றிக் கொள்ள முயற்சி செய்யுங்கள்.

நேரத்தை திட்டமிடுவது, ஒழுங்குபடுத்துவது என்பது எங்களுடைய சுய ஒழுக்கத்தை முன்னேற்றகரமான தாக்கும். அதனால் வாழ்க்கையை **திட்டமிட்டுக்கொள்ளுங்கள்**. பரீட்சைக்கு முகங்கொடுக்கும் உங்களுக்கு எல்லா பாடங்களும் முக்கியமானதாகும். எல்லா பாடங்களுக்கும் அழுத்தத்தைக் கொடுத்து படிப்பது கட்டாயம் ஆகும். விருப்பமான பாடங்களுக்கு மாத்திரம் A சித்தி பெறுவதை மாத்திரம் கருதாது கற்கின்ற அனைத்து பாடங்களுக்கும் A சித்தி பெற வேண்டும் என்ற எண்ணத்தை ஏற்படுத்திக் கொள்ள வேண்டும். அதனால் அனைத்து பாடங்களுக்காகவும் நேரத்தை ஒதுக்கிக் கொள்ளுங்கள்.

தனது அடைவு மட்டத்திக்கு ஏற்ப இரவு நேரத்தையோ அதிகாலை நேரத்தில் உங்களுக்கு ஏற்றாற்போல் பயன்படுத்திக்கொள்ளுங்கள். (அதிகாலை நேரம் மிகவும் சிறப்பானது என்பதை மனதில் நிலை நிறுத்திக் கொள்ளுங்கள்) உங்களுக்கு ஏற்றாற்போல் பொருத்தமான நேரசூசி அமைத்துக் கொள்ளுங்கள்.

- கற்பதற்கு யாரும் சொல்லும் வரை இருக்க வேண்டாம். உங்களது தாயோ தகப்பனோ **"இப்போது படியுங்கள்"** என்று சொல்லும் வரை இருக்க வேண்டாம் உங்களால் செய்த நேரசூசிக்கு அமைவாக சுயமாகவே கற்பதற்கு தயாராகுங்கள். காலத்தை தள்ளிப் போடக் கூடாது. ஒவ்வொரு நாளும் முறைப்படி கற்பதற்கான திட்டத்தை அமைத்துக் கொள்ளுங்கள். அதன் மூலம் உங்களுக்கு ஏற்படுகின்ற உள அழுத்தத்தை குறைத்து கொள்ளலாம்.
- உங்களது ஞாபக சக்தியை குறைத்து மதிப்பிடாதீர்கள். உங்களுடைய நினைவுக் களஞ்சியத்தின் 1% வீதத்தையாவது நீங்கள் பாவிக்கவில்லை.
- கற்பது ஒரு கஷ்டமான விடயம் என நினைக்காதீர்கள். எல்லா பாடத்துக்கும் உங்களுடைய விருப்பத்தை கொடுங்கள். அப்போதுதான் அந்த பாடமும் உங்களை விரும்பும். உதவியும் செய்யும்.
- நன்றாகக் கற்று பொருத்தமான தொழிலொன்றில் ஈடுபடுகின்ற போது கிடைக்கின்ற சந்தோஷம் அபரிமிதமானது. நாங்கள் பொருளாதார ரீதியாக எவ்வளவுதான் முன்னேற்றகரமாக இருந்தாலும் சந்தோஷம் என்பது எங்கள் மனம் சார்ந்த ஒன்றாகும்.
- முழு வாழ்நாளுக்கும் சில வருடங்கள் மாத்திரமே கஷ்டப்பட்டு படிக்க வேண்டும் என்பதை நினைத்துக் கொள்ளுங்கள்.

www.ksou.lk

- படிப்பதற்கு சோம்பல் பட்டால் படிப்பதை விட்டு விடாமல் படிக்கின்ற முறையில் அல்லது படிக்கின்ற இடத்தை அல்லது படிக்கின்ற பாடத்தில் ஏதாவது மாற்றத்தை கொண்டு வாருங்கள்.
- உங்களுடைய பெற்றோர்களை பற்றி சிந்தியுங்கள். அவர்கள் உங்களுக்காக எவ்வளவு எல்லாம் கஷ்டப்படுகிறார்கள் என்பதை நினைத்துப் பாருங்கள். எதிர்காலத்தில் அவர்களை சந்தோஷமாக வாழ வைக்க நாங்கள் படிக்க வேண்டும் என்ற எண்ணத்தை மனதில் நிலை நிறுத்திக் கொள்ளுங்கள்.

நாங்கள் படிக்கின்ற இடத்தைப் பற்றி கவனத்தில் எடுப்போம்

- முக்கியமாக எங்கள் வீடு அமைந்திருக்கின்ற இடத்திற்கு ஏற்ப அதற்கு அண்மையில் இருக்கின்ற இடத்தை படிக்கின்ற இடமாக மாற்றிக் கொள்வோம்.
- படிக்கின்ற சூழலை முறையாக ஒழுங்கமைத்து கொள்வோம்.
- இருக்கின்ற இடத்திற்கேற்ப திட்டமிட்டுக் கொள்வோம்.
- படிக்கின்ற பாடத்துடன் தொடர்புடைய புத்தகங்களை மாத்திரம் ஒழுங்காக மேசையில் வைத்திருப்போம்.
- மிகவும் நன்றாக பாடத்தைப் படிப்பதற்கு சுற்றுப்புறச் சூழ்நிலையை அமைதியாக வைத்திருப்பது அவசியமாகும். அதற்கு உங்கள் வீட்டில் இருக்கின்ற மற்றவர்களுடன் கலந்து உரையாடி, மற்றவர்களுடன் சச்சரவுகள் செய்யாது சமாதானமாக கதைத்து அமைதியான சூழலை ஏற்படுத்திக் கொள்ளுங்கள்.
- காற்றோட்டமுள்ள வெளிச்சம் இருக்கின்ற இடத்தை தெரிவு செய்து கொள்ளுங்கள்.
- உங்களது இலட்சியத்தை அடையக்கூடிய வாசகங்களை சுவர்களில் ஒட்டிக் கொள்ளுங்கள்.
- உங்களுடைய இலட்சியம் நோக்கம் என்பவற்றை ஒரு கடதாசியில் எழுதி நிதமும் காணக் கூடிய விதத்தில் பொருத்தமான இடத்தில் ஒட்டிக் கொள்ளுங்கள்.
- படிப்பதற்கான நேரசூசியை தெரியக்கூடிய இடத்தில் வையுங்கள்.

ஞாபகத்தில் வைத்துக் கொள்ளும் விதத்தில் படிப்போம்

நாங்கள் பாடம் ஒன்றை வாசிக்கின்ற போது ஞாபகத்தில் நிலைநிறுத்திக் கொள்ளும் வகையில் உளவியல் ரீதியான முறைகளை பின்பற்றுவோம்.

1. கற்பனையில் காணுங்கள்

குறிப்பிட்ட ஒரு விடயத்தை வாசித்தபின் உங்கள் மனதிலே அதனை சுருக்கி ஞாபகத்தில் கொண்டு வாருங்கள். ஐந்து நிமிடங்கள் செலவழித்து வாசித்ததில் பிரதான பகுதி, உப பகுதி என்பதை பற்றி ஞாபகத்தில் கொண்டு வாருங்கள்.

www.ikeu.lk

2. பிரதான பகுதி

பாடத்துடன் தொடர்பான பிரதான பகுதியை இனங்கண்டு கொள்ளுங்கள். மற்ற பகுதிகளை வேறுபடுத்திக் கொள்ளுங்கள். சிறிய தலைப்புக்கள் இட்டுக் கொள்ளுங்கள். அவற்றிலிருந்து உருவாகக்கூடிய வினாக்கள் பற்றி சிந்தியுங்கள். அதனூடாக பிரதான பகுதியை அனுமானித்துக் கொள்ளுங்கள்.

3. வாசிப்பு

நீங்கள் அறிந்து கொண்ட அல்லது அனுமானித்த பிரதான தலைப்பை மையப்படுத்தியதாக வாசியுங்கள். வாசிக்கின்ற போது ஒவ்வொரு பகுதியிலும் உள்ள படிமுறைக்கேற்ப வாசியுங்கள். கருத்துக்களை ஒன்றுக்கொன்று தொடர்பு படுத்தி வாசியுங்கள். உங்களுக்கு தெளிவாக விளங்கும் வரை வாசியுங்கள்.

4. ஞாபகத்தில் கொண்டு வருதல்

வாசித்தபின் வாசித்த விடயங்கள் ஞாபகத்தில் உள்ளனவா தெளிவாக விளங்கியதா என்பதை அறிந்து கொள்ளுங்கள். வாசித்த புத்தகத்தை பார்க்காமல் வாசித்த விடயத்தில் பிரதான கருத்து உப கருத்தை பற்றி உங்களுடைய மொழிநடையில் சொல்வதற்கும் எழுதுவதற்கும் முயற்சி செய்யுங்கள். வினாக்களுக்கு விடை எழுத வேண்டும் என்ற எண்ணத்தில் வாசிப்பின் ஈடுபடுங்கள்.

5. வாசித்ததை நினைத்தல்/ கற்பனைக்கு கொண்டு வருதல்

நீங்கள் வாசித்ததை தியானித்தல் மூலம் உங்களுக்கு ஞாபகத்தை உறுதிப்படுத்திக் கொள்ளலாம். நீங்கள் வாசித்தது என்றைக்கும் ஞாபகத்தில் வைத்துக் கொள்வதற்காக வேண்டி பழைய மற்றும் புதிய விடயங்கள் ஒரு சங்கிலித் தொடர் போன்று முறைமை படுத்திக்கொள்ள வேண்டும். ஆக்கத்திறன் மிக்கதாக மாற்றி அமைத்து உங்கள் மனதில் பதித்துக் கொள்ள வேண்டும்.

6. விமர்சித்தல்

கேட்கப்படுகின்ற வினாக்களுக்கு ஏற்ற விதத்தில் தான் வாசித்த விடயங்களை அடிக்கடி ஞாபகப்படுத்தி விடைகளுக்கு அதனை பிரயோகிக்க வேண்டும். குறிப்புகள் ஒழுங்கு முறையாக ஞாபகம் வருகின்றனவா என்பதை பரிசீலிக்க இது மிகவும் முக்கியமாகும். குறிப்பிட்ட விடயத்தில் தேர்ச்சி பெற வேண்டுமாயின் அதனை மீண்டும் மீண்டும் செய்ய வேண்டும். ஞாபகம் வராவிட்டால் தான் வாசித்த விடயத்தில் குறிப்புகள் எடுக்கப்பட்டிருந்தால் அதனை மீண்டும் மீண்டும் ஞாபகத்திற்கு கொண்டு வருதல் வேண்டும்.

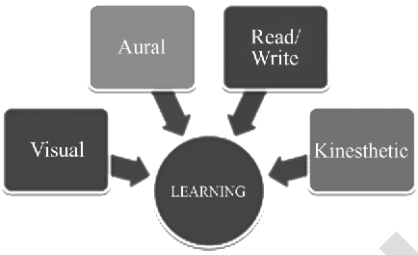
7. சாராம்சத்தை கட்டியெழுப்புதல்

நீங்கள் வாசித்த பகுதியின் சாராம்சத்தை ஒரு படிமுறையாக அட்டவணையாக அல்லது உமக்கு ஏற்ற விதத்தில் சுருக்கக் குறிப்புகளாகவோ மாற்றிக்கொள்ள வேண்டும். பரீட்சைக்கு செல்லத் தயாராகின்ற போது அதனை அடிக்கடி பார்த்துக் கொள்ள வேண்டும்.

நீங்கள் இந்நாட்களில் கல்விப் பொதுத் தராதர சாதாரண தரப் பரீட்சைக்கு ஆயத்தமாகிக்கொண்டு இருக்கின்றீர்கள். நீங்கள் எவ்வளவுதான் படித்தாலும் அது உங்கள் ஞாபகத்தில் இருக்காது என்று உணர்வீர்கள் அதற்காக வேண்டி மனோதத்துவவியலாளர்களின் தீர்வுகளை இப்போது பார்ப்போம்.

www.ikedu.lk

நாங்கள் கற்கின்ற விடயங்கள் வெவ்வேறு பட்டவை. வித்தியாசமானவை. வெவ்வேறு பாடங்களை வெவ்வேறு விதத்தில் நாங்கள் ஞாபகத்தில் வைத்திருக்க வேண்டும். சரியான முறையில் படிப்பதற்கு நீங்கள் படிக்கும் முறையுடன் Neil Fleming's Styles of learning VARK இனை தொடர்பு படுத்தி பார்க்க.





நாங்கள் கற்கின்ற போதும் கண்களால் பார்த்து, காதினால் கேட்டு கைகளினால் அசைவுகளை ஏற்படுத்தி பாடங்களை கற்கின்றோம். நாங்கள் படிக்கின்ற போது கூட இதே செயற்பாடுகளை செய்வதின் மூலம் ஞாபகத்தில் வைப்பது இலகுவானதாக இருக்கும்.

அதனால் படிக்கின்ற போது கட்டாயம் கண்களினால் பாடத்தை பார்க்க வேண்டும். கண்களையும் மனதையும் ஒருமுகப்படுத்தி பாடத்தை கற்பனை ரீதியான படமாக மாற்றி பதிய வைக்க வேண்டும். அவ்வாறே பார்க்கின்ற விடயங்களை நன்றாக வாயினால் உரத்து வாசிக்க வேண்டும். அப்போது உங்களுடைய நினைவுக் களஞ்சியம் சத்தத்தில் ஊடாக சென்று வேறு இடத்தில் இவ்விடயங்கள் பதிவு செய்யப்படும்.

நீங்கள் நன்றாக சத்தமிட்டு வாசிக்கின்ற போது அது நன்றாக காதுகளுக்கு கேட்கும். காது அதனை உள்வாங்குவதன் மூலம் நினைவுக் களஞ்சியத்தில் சேமிக்கும். வாயிலிருந்து வெளியேறுகின்ற சத்தம் காதுகளால் செவிமடுக்கப்படும் போது நரம்புகளின் தூண்டல் செயற்பாடுகளினால் கேட்கப்படும் விதத்திலேயே ஞாபகத்தில் நிற்கும். அது மிகவும் முக்கியமானது.

www.nedu.lk

Neil Fleming இன் கருத்துப்படி எங்களுடைய கைகால்கள் அசைவதன் மூலம் நரம்பு மண்டலத்தில் தூண்டல் ஏற்பட்டு எங்களுடைய ஐம்புலன்களும் மெருகூட்டப்பட்டு ஞாபகத்தில் வைப்பதற்கு ஒரு எளிய வழியாக கருதுகின்றார்.

படிக்கின்ற போது உங்களுடைய கைவிரல்களை பாவிப்பதன் மூலம் நன்றாக ஞாபகசக்தி அதிகரிக்கும். உதாரணமாக பாடம் ஒன்றை படிக்கும் போது சொற்களுக்கு மேலாக கைவிரல்களைக் கொண்டு செல்லும் போது ஞாபகத்தில் பதியும். இவ்வாறு பலமுறை செய்யும் போது அதிகமாக ஞாபகத்தில் பதியும்.

விஞ்ஞானப் பாடத்தில் கீழ்க் குறிப்பிடப்படும் பகுதி எவ்வாறு படித்து ஞாபகத்தில் வைக்க வேண்டும் என்பதை பார்ப்போம். உதாரணத்திற்கு குறிப்பில் உள்ள மூலங்களை பற்றி கற்கும் போது மூலகத்தின் H உருவத்தை நீங்கள் கண்களால் காணும் போது அது ஞாபகத்தில் பதியும். H ஐ காணும் போது உமது காதுக்கு எச் என்று அல்லாமல் ஐதரசன் என்ற ஒலி வடிவே கேட்கும். H இன் உருவம் ஐதரசன் என்ற ஒலியாக ஞாபகத்தில் பதிவாகும்.

H ஐக் காணும் போது தானாகவே ஐதரசன் என்ற சொல் வாயால் வெளியே வருவதுடன் உங்கள் காதுக்கு ஐதரசன் என்ற சொல்லே கேட்கும். இப்பொழுது ஞாபகத்தில் கண், காது, வாய் ஆகிய மூன்று உறுப்புகளாலும் ஒரே சமயத்தில் ஒரே விடயம் ஞாபகத்திற்கு வரும். இச்சந்தர்ப்பத்தில் உங்கள் கைகளால் காற்றில் H என்ற எழுத்தை எழுதுக. அச்செயலும் ஞாபகத்தில் கொண்டு சேர்க்கப்படும்.

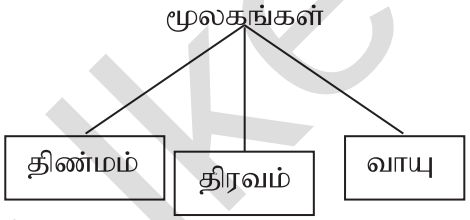
விஞ்ஞான ஆய்வுகூடத்திற்கு உங்களால் சொல்ல முடியுமாயின் மூக்கால் H இன் மணத்தை உணர முடியுமாயின் அத்தகைய தொடுகை உணர்வாலும் உங்களால் H எனக் கூறமுடியும்.

- இவ்வாறு பல முறைகளிலும் படித்து ஞாபகத்தில் வைக்க முயற்சி செய்யுங்கள். அவ்வாறு நன்கு படித்த பின் முடியுமாயின் புத்தகத்தை மூடி வைத்துவிட்டு அப்பாடத்தை தனியாக சத்தமாக படியுங்கள். குறைபாடுகள் ஏற்பட்டால் மாத்திரம் புத்தகத்தை திறந்து பாருங்கள்.
- பலமுறை படித்தவற்றை கண்களை மூடிக்கொண்டு மனதால் வாசிக்க முடியுமா என பாருங்கள். அவ்வாறு பலமுறை முயற்சி செய்யுங்கள்.
- H ஐக் காணும் பொழுது H இன ஒலிவடிவம் ஐதரசன் என்பதை ஞாபகத்தில் கொள்க. அவ்வாறு ஞாபகத்தில் வருவனவற்றை தாளில் எழுத முயல்க.
- வெவ்வேறு பாடங்களில் வெவ்வேறு விடயங்களை இலகுவான கடினமான என்றவாறு கொஞ்சம் கொஞ்சமாக மேலே சொன்னவாறு செய்வதன் மூலம் உறுதிப் படுத்திக் கொள்ள முடியும்.
- தொடர்ந்து மேலே கூறியவாறு சாராம்சத்தை உங்களால் எழுத முடியும். அதனை சிறுகுறிப்பாக பயன்படுத்த முடியும்.
- சிறுகுறிப்பு எழுதும் போது சொற்களின் ஓர் இரண்டு எழுத்துக்களை மாத்திரம் எழுதுவது போதுமானது. எழுத்து அல்லது சொல்லைக் கண்டவுடன் கருத்து. ஞாபகத்தில் வரக்கூடிய வகையில் சுருக்கமாக எழுதுக .
- ஏற்கனவே பாடத்தை நன்கு வாசித்து இருப்பதால் உங்களுக்கு எல்லாம் மிக நன்றாக ஞாபகத்தில் பதியும். இதனை சிறுகுறிப்பாக வைத்துக் கொள்க. பல்வேறு வடிவத்தில் குறிப்பு எழுதலாம். இது உமக்கு மாத்திரம் உரித்தான ஒன்றாக இருக்க வேண்டும்.

www.kedu.lk

- இப்பொழுது தரம் 10 விஞ்ஞான பாட புத்தகத்தில் அலகு 3 சடப்பொருட்களின் கட்டமைப்பு என்ற பாடத்தை படித்து சிறுகுறிப்பு எழுதுக.
- மேலேகுறிப்பிட்டவாறு,

1. பாடத்தை சத்தமாக வாசிக்க.
2. பின்னர் பாடப் புத்தகத்தை மூடி வைத்துவிட்டு இரு கண்களையும் மூடிக்கொண்டு மனதால் வாசிக்க. தேவைப்பட்டால் புத்தகத்தைத் திறந்து பார்க்கலாம்.
3. இப்போது புத்தகத்தை மூடி வைத்து விட்டு மனதால் வாசித்தவற்றை குறிப்பு புத்தகத்தில் எழுதுக.
4. இனி சிறுகுறிப்பு எழுத ஆயத்தமாகுக.
5. மனதால் வாசித்தவற்றையே குறிப்பாக எழுத வேண்டும். அல்லாமல் புத்தகத்தை பார்த்து எழுதக்கூடாது.
6. அது பின்வரும் குறிப்பில் காட்டியவாறு குறித்துக்கொள்வது மிக முக்கியமானது.



.

உலோகம்

p	e	
1	1, 2	H
2	2, 2	Li

அல்லுலோகம்

	e	p
He	2	1
BC	2, 3	2
C	2, 4	2

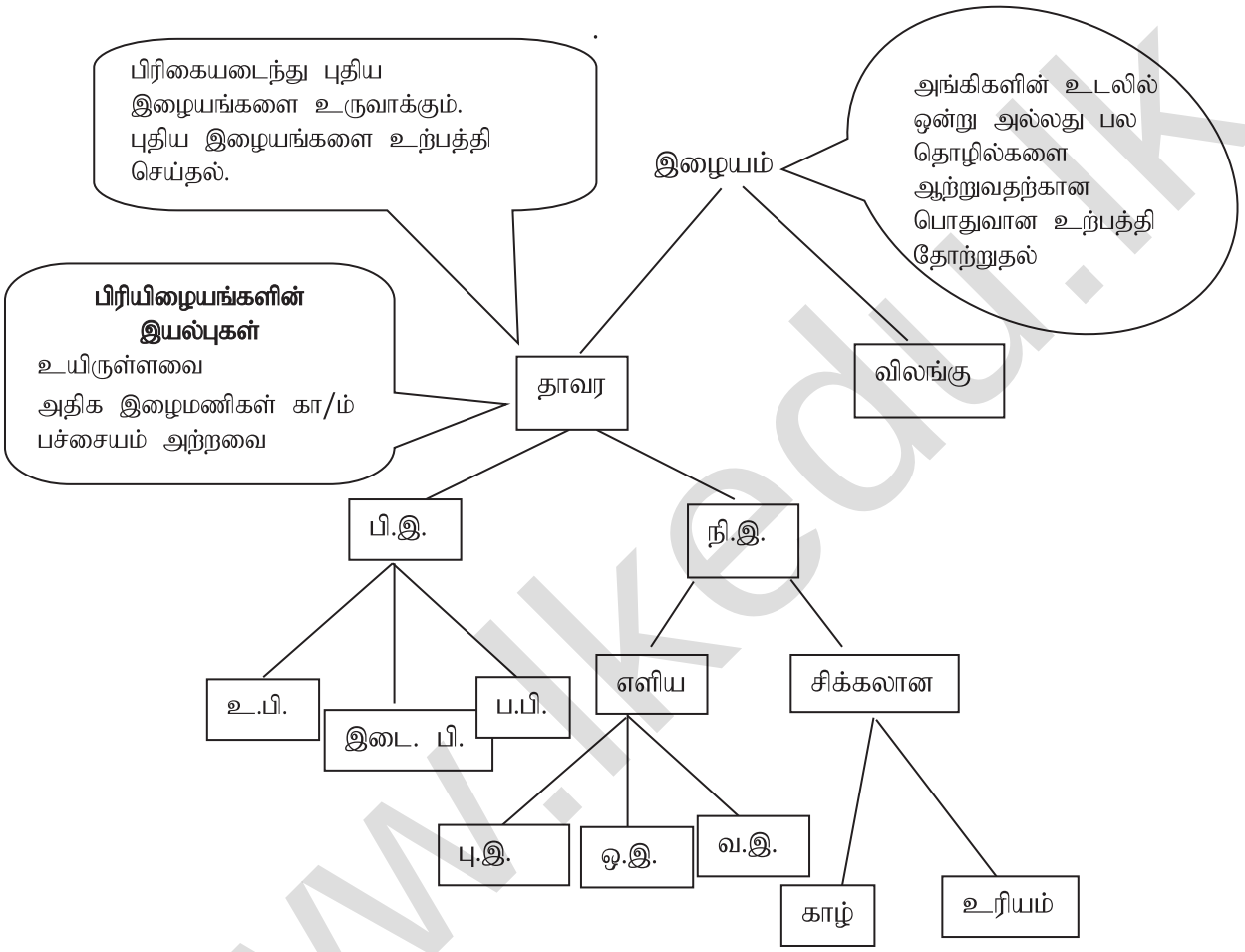
இங்கு ஐதரசன் உலோகம், அல்லுலோகம் எனவும் தேவையாயின் திண்மம் திரவம் வாயு எனவும் உரிய கட்டத்துக்குள் குறித்துக்கொள்ளலாம் ஐதரசனின் இலத்திரன் புரோத்தன் எண்ணிக்கை என்பவற்றையும் மேலே காட்டியவாறு குறித்துக்கொள்ளலாம். மூலகங்களை உங்களுக்குத் தேவையான விதத்தில் எழுதிக்கொள்ளலாம். அணுத் திணிவு எண், H_2O இன் அணுக்களுக்கு இடையேயான பிணைப்பு வகை என்பவற்றையும் தொடர்ந்து எழுதிக் கொள்ளலாம்.

இதனை சிறியதாளில் எழுதி சட்டைப் பைக்குள் வைத்துக் கொண்டு உங்களுக்குத் தேவையான பொழுது மீட்டல் செய்யலாம். மறந்த சந்தர்ப்பத்தில் குறிப்பை பார்க்க முடியும். இவ்வாறு ஒவ்வொரு பாடத்திலும் வெவ்வேறு பாடங்களுக்கு குறிப்பு தயாரிக்க.

www.ikedu.lk

இன்னும் ஓர் உதாரணத்தை பார்ப்போம்.

தரம் 11 தாவரங்களும் விலங்குகளும் என்ற பாடத்தை வாசித்து பின்வருமாறு குறிப்பை தயார் செய்ய முடியும். படிக்கும் போது மேலே கூறப்பட்ட முறையை பின்பற்ற வேண்டும். கீழே உள்ளது உதாரணம் மாத்திரமே.



இங்கு இழையங்கள் பாடத்தின் முக்கிய விடயங்களின் ஆரம்ப எழுத்துக்கள் மாத்திரம் குறிப்பாக எழுதப்பட்டுள்ளது.

பி.இ - பிரியிழையம்
நி.இ - நிலையிழையம்

பாடப்புத்தகத்தினை நன்கு வாசித்து உங்களுக்கு ஏற்ற வகையில் சுருக்கி சிறுகுறிப்பு எழுதுக. உங்களுக்கு புரியும்வகையில் எழுதிக் கொள்ளலாம்.

தாவர இழையங்கள் என்ற தலைப்பு முடிந்த பின் விலங்கு இழையங்கள் என்ற தலைப்பிற்கு சிறுகுறிப்பு எழுதுக. முழு பாடத்தையும் இருபடிகளில் எழுதலாம்.மிக இலகுவான விடயம் அல்லவா?

www.ikedu.lk

அன்புடன் சகல பெற்றோர்களுக்கும்...
பெற்றோர்களாகிய நாம் பிள்ளையின் கல்வி நடவடிக்கையில் எவ்வாறு உதவி வழங்கலாம்?

அன்பார்ந்த பெற்றோர்களே, உங்களுடைய பிள்ளைகள் படிப்பதன் ஊடாக எதிர்பார்ப்பது பரீட்சையில் சித்தி அடைவதாகும். எனவே பிள்ளைகள் அனைத்து பாடங்களுக்கும் சிறந்த ஆயத்தத்துடன் படிக்க வேண்டும். நன்றாக படிப்பதாக இருந்தால் கட்டாயம் வீட்டில் கற்பதற்கான ஒரு சூழல் இருப்பது அவசியமாகும். அது மாத்திரமன்றி வீட்டில் உள்ள மற்றவர்களும் உதவி செய்தல் வேண்டும். மற்றவர்கள் எவ்வாறு உதவி செய்வது என்பதை பார்ப்போம்?

உங்கள் பிள்ளை படிப்பதற்கான ஓர் இடத்தை ஒதுக்கிக் கொடுங்கள். பிள்ளையுடன் அன்பாக பேசுங்கள். படிக்கின்ற நேரத்தில் அவர்களுடைய தேவைகள் என்ன என்பதை விசாரித்து அவற்றை நிறைவேற்றுங்கள். இரவு நேரங்களில் படிக்கின்ற போது அவர்களுக்கு தேநீர், கொடுங்கள். அவர்களுக்கு அருகில் தண்ணீரை எடுத்துச் சென்று கொடுங்கள். வீட்டில் உள்ள மற்றவர்கள் தொலைக்காட்சி மற்றும் வானொலி கேட்டுக் கொண்டிருக்கின்ற போது அவர்களுக்கு இடையூறு ஏற்படாத விதத்தில் நடந்து கொள்ளுங்கள். இரவு நேரங்களில் உங்கள் பிள்ளைகள் படிக்கின்ற போது அவர்களுக்கு ஓரளவு தூரத்தில் இருந்து விழித்திருங்கள். பிள்ளைகளில் படிப்பில் நீங்கள் அவர்களுடன் இருக்கின்ற ஒரு சக்தியாக இருங்கள். ஏனென்றால் ஒர சில மாதங்களே நீங்கள் இவ்வாறு செய்யவேண்டியதாக இருக்கும். எனவே வீட்டில் உள்ள அனைவரும் படிப்பதற்கு உதவி ஒத்தாசைகள் வழங்குவோம். அது உங்களுடைய பிள்ளையின் சந்தோசமான வாழ்க்கைக்கு உதவியாக இருக்கும். பிள்ளை உங்களுக்கு மிக முக்கியமானவர் என்பதை உணர்த்துங்கள். அவர்களுக்கு அண்மையில் இருக்கின்ற மிகவும் அன்புக்குரியவர் நீங்கள் தான் என்பதை அவர்களுக்கு உணர்த்துங்கள். நான் தனியாகத்தான் இருக்கிறேன் என்பதை எச்சந்தர்ப்பத்திலும் பிள்ளைக்கு உணர்த்தாதீர்கள்.

பிள்ளையை புரிந்து கொள்வதற்கு முயற்சி செய்யுங்கள். அவர்களுடைய தவறுகள், குறைகள் என்பவற்றை மாத்திரம் தேடாதீர்கள். அவர் விருப்பு வெறுப்புகளை புரிந்து கொள்ளுங்கள். அவர்களுடைய நல்ல செயல், வெற்றியான செயல் என்பவற்றிற்கு வாழ்த்துங்கள். சரியான விடயங்களை தெரிவு செய்வதற்கான சூழலை ஏற்படுத்தி கொடுங்கள். பிள்ளையின் நற்குணங்களை போற்றுங்கள். எச்சந்தர்ப்பத்திலும் மற்ற பிள்ளைகளுடன் ஒப்பிடாதீர்கள். உங்களுடைய பிள்ளையின் நடத்தையில் உள்ள நல்ல மாற்றங்களை போற்றுங்கள் பாராட்டுங்கள்.

பிள்ளைகளுக்கு நிபந்தனையின்றி செவிகொடுங்கள். நமக்கு முக்கியமற்றிருந்தாலும் அவர்களுக்கு முக்கியமானதாக தோன்றும் விடயங்களையே நம்முடன் பகிர்ந்து கொள்கிறார்கள். எனவே அவர்கள் கூறுகின்ற விடயத்தை செவிமடுத்து, அது பற்றி நன்றாக சிந்தியுங்கள். அவர்கள் சொல்வதை உங்கள் நிலையில் வைத்து அளவிடாதீர்கள். அனைத்து பிள்ளைகளும் பல்வேறுபட்டவர்கள் என்பதை கருத்திற்கொண்டு செயலாற்றுங்கள். உதாரணங்களுடன் எண்ணங்களை கேட்டு இரக்கத்துடன் அமைதியாக பிரச்சினைக்கு தீர்வு காணுங்கள். எங்களுடைய கலாச்சாரம், பண்பாடு, ஒழுக்கம் என்பவற்றை பாதுகாப்பதுடன் அவற்றை மென்மையாக பிள்ளைகளுக்கு ஞாபகப்படுத்துங்கள். உங்களுடைய சந்தோசம் எங்களுடைய சந்தோசமாகும். எல்லோரும் ஒன்று சேர்ந்து பிள்ளையின் உலகை வெற்றி கொள்வோம்.

www.ikeduk