

மாணவ, மாணவிகள் அறிந்து கொள்ளவேண்டிய கற்றல் நுஸ்கங்களும்
+
பர்ட்செக்கு தயார்படுத்தும் வழிகங்களும்
(தரம் 6 முதல் A/L வரை)

வெற்ற முத்துக்கள்

சிறை கீர்த்தம் ரலமாணவர்கள் தோல்வி அடையக்கரணம் யடிக்கும்
முறைகளை அறியாமலிரும்யதுநான் எனவே இன்றே
அறிந்து கொள்ளுங்கள்

மாணவனுக்கு

- வெற்றி. வெற்றி

மாணவிக்கு

- வெற்றி. வெற்றி

+ X

+ X

வெள்பிடு:

ஜன்ஸ்லென் அறிவியல்கழக வெள்பிடு

G.P.S வீதி, கல்வியங்காடு, யாழ்ப்பாணம்.

Look deep in to nature then
you will see everything is better

(Albert Einstein)

ஆக்கியோன்:

ஐசுரிய நன்னாசன்

ச.சுப்ரேஸ்குமார் Bsc (Hons). MBA(Lon)



மாணவ, மாணவிகள் அறிந்து கொள்ளவேண்டிய கற்றல்
நுட்பங்களும், பரீட்சைக்கு தயார்படுத்தும் வழிகளும்
தரம் 6 (முதல் A/L வரை)

வெற்றி முத்துக்கள்

திறமை இருந்தும் பலமானவர்கள் தோல்வி சடையகாரணம் படிக்கும்
முறைகளை அறியாமலிருப்பதுதான் எனவே இந்தே
அறிந்து கொள்ளுங்கள்

+X

வெளியீடு:
ஜன்ஸ்ன் அறிவியல்கழக வெளியீடு
G.P.S வீதி, கல்வியங்காடு, யாழ்ப்பானம்.

நால் விபரம்

நாலின் பெயர் : வெற்றி முத்துக்கள் (தரம் 6 முதல் A/L வரை)

ஆசிரியர் : சு. சுரேஸ்குமார்

பதிப்பு : 1ம் பதிப்பு 2010 கார்த்திகை

பதிப்புரிமை : சு. நஜீவா

தொலைபேசி : 0779221961

ச.மெயில் : suresh16lk@yahoo.com

விலை : 80/=

பர்ட்சையில் வெற்றி கொள்ள

உள்ளே வாருங்கள்.....

வெற்றியின் சத்தம் உங்களை
அழைக்கிறது
திறந்து கொள்ளுங்கள் உங்கள்
கதவுகளை
விதி தலையில் என்பார்கள் - இல்லை
உன் நுணி விரலில் உண்டு
ஊன்றி எழுதிப் படி உனதாகும் நாளை
பாதி பயில்கையில் சலிக்காதே - நீ
சாதிக்கப் பிறந்தவனேயன்றிச் சளைப்பதற்கல்ல
மோதி எழும் அலைகளின் பலம் - நீ
சுனாமியில் கண்டிருப்பாய் - அதுபோல
பர்ட்சையில் ஒரு முறை சுனாமியாய் சுழன்றுவிடு
பேப்பர் திருத்துபவம் பெருமிதம் கொள்வான்
யார் இந்த மாணவன் என்று
நாளை நாடே கதைக்கும் - இப்போது
உலகறியும் - நீ
சாதிக்கப் பிறந்தவன் என்று

என்றும் அன்புடன்
கவிஞர் தேன்மொழியான்
(சு. சுரேஸ்குமார்)

வாழ்த்துரை

நான் யாழ் இந்துக் கல்லூரியில் கல்வி பயின்ற காலங்களில் எமக்கு வளமான ஆசிரியர்கள் இருந்தார்கள். அவர்கள் பாட ரீதியான போதிய அறிவு விருத்திக்குப் பங்காற்றினார்கள். ஆனால் இப்படியான நுணுக்கமான கற்றல் முறைகளும், பரீட்சைக்கு தயார்ப்படுத்தும் வழிகளும் எமக்கு அந்த நாட்களில் கிடைக்கவில்லை. எனவே இவ்வாறான நுட்பங்களும், கற்றல் நுணுக்கங்களும் நூல்வடிவில் வருவது மாணவர்களிற்குக் கிடைத்த நல்ல வரம் என்றே கூறவேண்டும். இதைப் பயன்படுத்தி மாணவர்கள் சிறந்த சாதனைச் சிகிரங்களாகத் திகழுவேண்டும் எனப் பிரித்தானியாவில் இருந்து மனமார வாழ்த்துகிறேன்.

கல்வியே எங்கள் சொத்து - அதை
காக்கவேண்டியது மாணவர் பொறுப்பு

இங்ஙனம்

Dr. S. Ahilan
(London)

Q1 நெங்கள் எப்படி இருக்கிறீர்கள்

எனது பெயர் மீரா

- ◆ நான் தரம் 12 இல் படிக்கிறேன் 3 மாதத்தில் பர்ட்சைக்குத் தயாராகப் போகிறேன்.
- ◆ ஆசிரியர் வகுப்பில் கற்பிக்கும் போது நான் கவனமாகச் செவிமடுப்பேன்.
- ◆ கற்பிக்கும் விடயங்களை அன்றைய தினமே வாசிப்பேன்.
- ◆ ஒருசில நாட்களின் பின்னர் அவற்றை எல்லாம் மீண்டும் ஞாபகமுட்டிக் கொள்வேன்.
- ◆ நான் ஒருபோதும் தொடர்ந்து மணித்தியாலக் கணக்கில் படிக்க மாட்டேன். நாற்பது அல்லது நாற்பத்தைந்து நிமிடங்கள் படித்த பின்னர் சிறிது நேரம் ஓய்வெடுத்துக் கொள்வேன்.
- ◆ நேரகுசிப்படியே படிப்பேன்.
- ◆ படிக்கும்போது சிறிய ஓய்வு நேரங்களில் பயனுள்ள வாணாலி நிகழ்ச்சிகளைச் செவிமடுப்பேன். வீட்டில் சிறுசிறு வேலைகளைச் செய்வேன். வீட்டில் உள்ள சிறு பிராணிகளோடு விளையாடுவேன். அல்லது பூங்கள்றுகளிற்கும் பயனுள்ள தென்னை போன்றவற்றிற்கும் நீர் ஊற்றுவேன்.
- ◆ நான் படிக்கும் போது சுருக்கக் குறிப்புக்கள் எழுதிக் கொள்வேன். முக்கிய விடயங்களின் கீழ் நிறக் கோடிட்டுக் கொள்வேன். பின்பு அவற்றை மீண்டும், மீண்டும்

நினைவுபடுத்திக் கொள்வேன்.

- ◆ சில வேளாகளில் கற் றவற் றை நண் பர் கஞ்சன் கலந்துரையாடுவேன்.
- ◆ புத்தகங்களை வாசிக்கும்போது அதனுடன் தொடர்புடையதாக ஞாபகத்திற்கு வரும் வேறு முக்கிய விடயங்களைக் குறிப்புப் புத்தகத்தில் இடது பக்க நிரலில் எழுதிக் கொள்வேன்.
- ◆ நான் காலையில் உடற்பயிற்சி செய்வேன். மாலையில் சகோதரிகளுடன் அல்லது அயல்வீட்டு நண்பர்களுடன் ஏறத்தாழ ஒரு மணி நேரம் விளையாடுவேன்.
- ◆ படிக்கும் வேளாயிலும் இடையிடையே தாய் தந்தையரின் வேலைகளில் உதவி செய்வேன். ஓய்வு எடுத்துக் கொள்வேன்.
- ◆ நான் படிப்பவற்றைக் கொண்டு பரீட்சையை வெற்றிகரமாக எதிர்க் கொள்ள முடியும் என்ற நம்பிக்கை எனக்கு இருக்கிறது. பரீட்சையைப் பற்றி எந்தப் பயமும் எனக்குக் கிடையாது.

எனது பெயர் சாந்தி

- ◆ நான் தரம் 12 இல் கற்கிறேன். பரீட்சைக்கு இன்னமும் 3 மாதங்கள் உள்ளன.
- ◆ இந்த நாட்களில் பாடசாலைக்குச் செல்வதில் பயன் இல்லை. வீட்டிலேயே இருந்தபடி தினமும் பதினெட்டு மணித்தியாலங்கள் வரை படிப்பேன். ஒரு தடவையில் தொடர்ச்சியாக மூன்று நான்கு மணித்தியாலங்கள் வரை படிப்பேன். எனினும் படித்து முடிக்க வேண்டியவை இன்னமும் பற்பல உள்ளன.

- ◆ நான் நித்திரை விழித்துப் படிப்பதுண்டு.
- ◆ நான் நண்பர்களுடன் பேசுவது கூடக் கிடையாது.
- ◆ வீட்டில் எந்த வேளையிலும் தாய், தந்தையருக்கு உதவுவதும் கிடையாது.
- ◆ சில நேரங்களில் எனக்குத் தலைவலி ஏற்படும்.
- ◆ பரீட்சையை நினைக்கும்போது எனது உடம்பு சிலிர்த்துக் கொள்ளும்.
- ◆ குறிப்புக்கள் எதுவும் முடியவில்லை.
- ◆ சிக்குண்ட நூற்பந்து போல மூளை குளம்பி, குளம்பி சிக்குப்படுகிறது.
- ◆ எவ்வளவு படித்தபோதிலும் எதுவும் நினைவில் நிற்பது கிடையாது.
- ◆ பெற்றோர்களின் எதிர்பார்ப்புக்களை நிறைவேற்றிக் கொள்ள முடியுமா என்பது சந்தேகமாகத்தான் இருக்கிறது.

நீங்கள் யாரைப் போல் இருக்கிறீர்கள்?

மீராவைப் போல மாற நீங்களும் ஆசைப்படுகிறீர்களா?

வாருங்கள் வழி காட்டுகிறோம்.

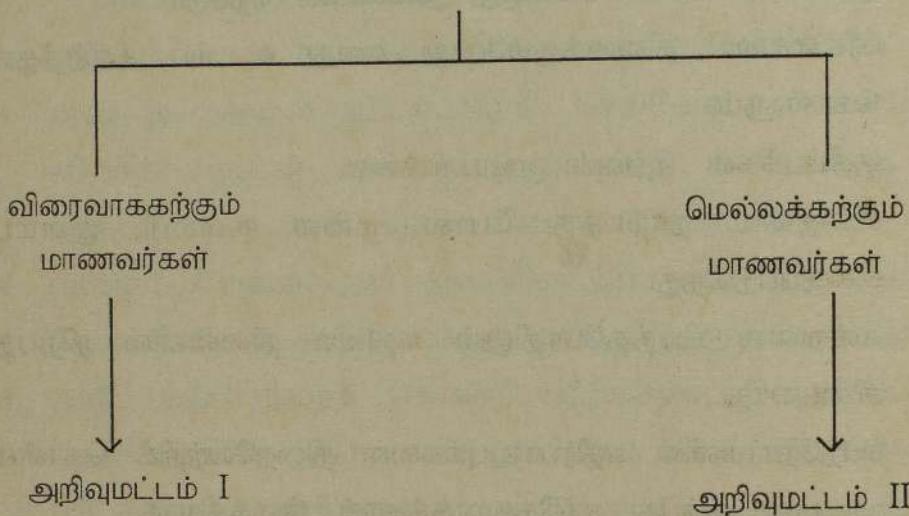
உள்ளே



Q2 மாணவர்களை பொதுவாக எத்தனை பிரிவுகளாக பிரிக்கலாம்

இரண்டு வகை

மாணவர்கள்



Q3 மாணவர்களிற்குப் பயனுள்ள கற்றல் முறைகள் எவை?

- ◆ ஒரு ஆசிரியர் வகுப்பில் 100 விடயங்களைக் கற்பிப்பார் ஆயின் மாணவன் உடனடியாக மீள ஞாபகப்படுத்தக் கூடியது ஐந்து விடயங்களாகவே இருக்கும்.
- ◆ அதே விடயத்தை மாணவன் வாசிப்பாராகில் 35 விடயங்களை மீள ஞாபகப்படுத்துவார்.
- ◆ அதே 100 விடயத்தை வாசித்து, எழுதிப் படிப்பாராகில் 45

விடயங்களை மீள ஞாபகப்படுத்துவார்.

- ◆ அதே 100 விடயத்தை சக நண்பர்களோடு குறிப்பெடுத்துக் கலந்துரையாடுவாராகில் (2 அல்லது 3 பேர்) 98 விடயங்களை அவர் ஞாபகப்படுத்துவார்.
- ◆ அதே 100 விடயத்தை இன்னொருவருக்குக் கற்பித்தால் அல்லது கற்பிப்பது போன்று பாங்கு செய்து கற்றால் 100 விடயங்களையும் இலகுவாக ஞாபகப்படுத்தும் ஆற்றலை மாணவர்கள் பெறுவார்கள். ஞாபகப்படுத்துவார்.

Q4 ஒரு பாடத்தைக் கற்பித்து முடித்த பின்னர் செய்ய வேண்டிய வேலை என்ன?

- ◆ சுருக்கமான குறிப்புக்களை எழுதிக் கொள்ளல்
- ◆ வினாக்களுக்கு விடையெழுதுதல்.
- ◆ பாடத்தைப் பொழிப்பாக எழுதிக் கொள்ளல்.
- ◆ கற்றவற்றை ஞாபகப்படுத்தி எழுதுதல்.
- ◆ கற்றவற்றை மீண்டும் நினைவு கூர்ந்தல்.

Q5 படிக்கும் மேசையில் உங்களுடைய எல்லாப் பாடப் புத்தகங்களையும் நோட்டையும் வைக்கலாமா?

இல்லை, ஏனெனில் எல்லாப் பாடப்புத்தகங்களையும் நீங்கள் படிக்கும் மேசையில் வைப்பீர்களேயாயின் அவை மிகப் பெரிய

மனச் சமையாகவும், ஒரு பாடத்தைப் படிக்கும் போது மற்ற பாடங்கள் மீது கவனம் சிதறுவதற்கான வாய்ப்பும் உண்டு. எனவே நீங்கள் வாங்கு ஒன்றில் அல்லது கபேட்டில் புத்தகங்களை அடுக்கி வைக்கலாம். உங்கள் நேர அட்டவணையைப் பார்த்துப் படிக்க வேண்டிய பாடத்தை மட்டும் உங்கள் மேசையில் எடுத்து வைத்துப் படித்தால் மிகவும் ஆண்தமாகவும் ஆறுதலாகவும் குளம்பமின்றி விளங்கவும் உதவும்.

Q6 உங்கள் நேர அட்டவணையை எவ்வாறு தயாரிக்கலாம்?

நேர அட்டவணை தயாரிக்கும் போது உங்களிற்கு நன்கு விருப்பமானதும் விளங்குவதுமான பாடத்தை முதலில் தெரிவு செய்யுங்கள். பின்னர் ஏனைய பாடங்களைத் தெரிவு செய்யுங்கள். இயன்றவரை சம நேரம் பங்கீட்டை வழங்குங்கள் ஒவ்வொரு பாடத்திற்கும் அடுத்த பாடத்திற்கும் இடையில் ஐந்து நிமிட இடைவெளி விடுங்கள். அந்த இடைவெளி நேரங்களில் நீங்கள் இருக்கையை விட்டு எழுந்து நடந்து திரியலாம். வானத்தில் அல்லது தூரத்தில் உள்ள பொருட்களைப் பார்க்கலாம்.

Q7 உங்களுடைய ஆசிரியர் கற்பித்த பாடங்களை உங்கள் கொப்பியில் என்ன முறையில் ஒழுங்கு படுத்தி வைத்திருக்க வேண்டும்?

- ◆ ஒரு புதிய கொப்பி ஒன்றை (4 கட்டு) வகுப்பில் பாவிப்பதற்காகப் பயன்படுத்த ஆரம்பிக்கும்போது முதலில் குறைந்தது 4 ஒற்றையாவது விடவும். ஏனெனில் உங்கள் கொப்பியில் உள்ள தலைப்புக்கள் உப தலைப்புக்களைப் பயன்படுத்திப் புத்தகங்களில் உள்ளதுபோல பொருளாடக்கம் தயாரிக்க வேண்டும்.
- ◆ பொருளாடக்கம் தயாரிப்பதற்காக கொப்பியின் ஒற்றையில் ஒவ்வொரு மேல் மூலையிலும் பக்கங்கள் இலக்கமிடுக.
- ◆ நோட்சினை மிகவும் நெருக்கியோ அல்லது அடர்த்தியாகவோ எழுதுவதைத் தயவு செய்து தவிர்க்கப்படல் வேண்டும்.
- ◆ இயன்றவரை பொயின்ஸ் போமில் எழுதுதல் மிகவும் சிறந்தது.
- ◆ ஒரு பாடத்திற்கு ஒரு கொப்பியை மட்டும். பின்பற்றுதல் குழப்பங்களின்றி ஒரு தொடராக விளங்கிக் கொள்ள மிகவும் உதவியாக இருக்கம்.

வவற்றி முத்துக்கள்

Q8 பொருளாடக்கத்தைத் தயாரிப்பது எவ்வாறு?

(A)	பொருளாடக்கம்		
	இலக்கம்	விடயம்	பக்கம்
(1)	உயிரின் வகைகள்	(3)	
(2)	உணவுச் சங்கிலி	(8)	
(3)	விலங்குகளின்	(12)	
(4)	நடத்தை		
(5)			
(6)			
(7)			
(8)			
(9)			
(10)			
(11)			

ஒரு I

Q9 ஒரு I இல் பகுதி (A) இல் ஏன் 5 பெட்டிகள் தயாரிக்கப்பட்டுள்ளன?

நீங்கள் உங்கள் தலையங்கத்தில் உள்ள விடயத்தை ஒரு முறை படித்தால் அக்கூட்டினுள் ஒரு சரி அடையாளத்தை இடுங்கள். இது நீங்கள் கற்கத் தவறிய விடயங்களைக் கற்கவும் பரீட்சைக் காலங்களில் இலகுவான மீள் பார்வைக்கும் உதவி செய்யும்.

**Q10 ஒரு பாட அலகு முடிவுறும் போது
கொப்பியில் தொடர்ந்து அடுத்த அலகை
எழுதலாமா?**

இல்லை, ஒரு அலகு முடிவுறும் போது குறைந்தது இரண்டு ஒற்றையையாவது விடுதல் வேண்டும். ஏனெனில் உங்கள் பாடத்தின் சாராம்சத்தைச் சிறு பொயின்ஸ்களாக எழுதுதல் வேண்டும். அத்துடன் கடந்த காலங்களில் அந்த அலகில் எந்தெந்த ஆண்டுகளில் கேள்வி வந்துள்ளது என்பதையும் குறித்து வைக்க வசதியாக இருக்கும்.

**Q11 நோட்ஸ் எழுதும்போது என்னென்ன நிறப்
பேனாக்களைப் பாவிப்பது உகந்தது?**

- ◆ பிரதான தலையங்கம் சிவப்பு
- ◆ உப தலையங்கம் பச்சை
- ◆ நோட்ஸ் நீலம்
- ◆ மிக முக்கியமான நோட் கறுப்பு நிறம்
- ◆ படங்கள் பென்சில்

**Q12 ஒரு பாட ஆசிரியர் விளங்கப்படுத்தும்போது
அல்லது நோட்ஸ் சொல்லும்போது நீங்கள்
எவ்வாறு சிந்திக்க வேண்டும்?**

- ◆ ஒரு பாடத்தை ஆசிரியர் விளங்கப்படுத்தும் போது நீங்கள்

அதை ஒரு படமாக மனதில் உருவகப்படுத்திக் கற்பனை செய்து கொள்ளலாம். உதாரணம்:

“ ஒரு உணவுச் சங்கிலி தொடர்பாக விளங்கப்படுத்தும்போது நீங்கள் இயற்கையாக வளர்ந்துள்ள ஒரு காட்டின் குழல் தொகுதியை எண்ணிப் பார்க்கலாம்.

“ இதயத் தூடிப்பை விளங்கப்படுத்தினால் உண்மையான இதயம் தூடிப்பது போன்று கற்பனை செய்யலாம்.

Q13 இரவு நித்திரைக்குப் போகும்போது என்ன செய்ய வேண்டும்?

இரவு நீங்கள் படுத்தவுடன் நித்திரை வரும் வரை அன்று ஆசிரியர் கற்பித்த விடயங்களை மீஸ் சிந்தித்துப் பாருங்கள் அவ்வாறு சிந்தித்தால் மிக முக்கியமான விடயங்களை ஆழ் மனதிற்குள் செலுத்தி நீண்ட காலம் ஞாபகப்படுத்தக் கூடியதாக இருக்கும்.

Q14 பாடசாலை நடைபெறும் காலங்களில் பிற்பகல் நேரங்களில் என்ன செய்யலாம்?

பாடசாலை முடிந்தவுடன் அனேக மாணவர்களிற்கு பிற்பகல் வேளைகளில் ரியூசன் வகுப்புக்கள் இருக்கும். ஆகவே பிற்பகல் ஜந்து மணியளவில் வகுப்புக்கள் முடிவறுமாயின் 5 இலிருந்து 5.45 மணி வரை விளையாட்டுக் களில் அல் லது உடற்பயிற்சிகளில் ஈடுபடுவது முளைக்குச் சிறந்த புத்துணர்ச்சி மிக்க இரத்த ஓட்டத்தை ஏற்படுத்த உதவும். சில வேளைகள் பெண் பிள்ளைகள் பெரிய விளையாட்டுமைதானத்திற்குச்

செல்ல முடியாவிட்டால் பட்மின்ரன், கயிறுடித்தல் போன்ற சில விளையாட்டுக்களை வீடுகளில் விளையாடலாம். அல்லது தொடர்மாடி குடியிருப்புக்களில் இருப்பவர்கள் வீட்டு அறைகளில் துள்ளுதல், ஒடுதல் போன்ற உடற்பிற்சிகளில் ஈடுபடலாம்.

- 10 நிமிடங்கள் வியர்வை காய்வதற்கு ஒய்வெடுத்த பின்னர் கால், முகங்களைக் கழுவிய பின்,
- 5 நிமிடம் இறைவனை நன்கு பிரார்த்தித்த பின் நேர அட்டவணைப்படி படிக்க ஆரம்பிக்கலாம்.

Q15 இரவில் எவ்வளவு நேரம் படிக்கலாம்?

6 மணியில் இருந்து 9.30 மணி வரை நேரகுசியின் படி படித்த பின்னர் உணவுருந்தலாம். ஒவ்வொரு 30 நிமிடத்திற்கும் இடைவெளி விடலாம். பின்னர் 11 மணிவரை படித்துவிட்டு பல் துலக்கிய பின் நித்திரைக்குச் செல்லலாம். (நீங்கள் 7 அல்லது 8 மணிக்குச் சாப்பிட்டால் 9 மணியைக் கடப்பதும் இயலாத காரியமாகிவிடும். எனவே தேனீரை அருந்திய பின் 9.30 க்குச் சாப்பிடலாம்)

Q16 காலை எத்தனை மணிக்கு எழுந்து கற்கலாம்?

நீங்கள் குறைந்தது 6 மணித்தியாலமாவது நித்திரை செய்யவேண்டும். ஆகவே 5 மணிக்குக் காலையில் எழுந்து கற்கலாம். காலையில் எழுந்தவுடன் நித்திரைச் சோம்பல் இருந்தால் பல் துலக்கி, சிறிது நேரம் துள்ளல் போன்ற

உடற்பயிற்சியின் பின் இறை வணக்கம் செய்த பின் படிக்கலாம்.

Q17 பரீட்சைக் காலங்களில் நித்திரைக்கு ஆப்பு

வைக்கலாமா?

இல்லை, நித்திரை என்பதும் மூளைக்கு முக்கியமான ஒரு விடயம். பரீட்சைக் காலங்களில் நீங்கள் வழமையை விட அதிகமாக அதாவது 7 மணித்தியாலங்கள் நித்திரை செய்யவேண்டும். இக்காலங்களில் 10 மணிக்கே இரவு நித்திரைக்குச் சென்று 5 மணிக்கு எழுதல் சிறந்தது. (காலையில் சுட்டாறிய நீர் 5 கப் குடிப்பதும் உடல் ஆரோக்கியத்திற்கு சிறந்தது. ஆனால் நீர் குடித்தபின் ஒரு மணித்தியாலத்திற்குள் தேனீர் அருந்துவதை தவிர்த்தல் வேண்டும்.)

Q18 சில வேளைகளில் இரவில் நித்திரை வர தாமதித்தால் நீங்கள் என்ன செய்யவேண்டும்?

அமெரிக்காவின் மிகச் சிறந்த கல்வித்துறை ஆலோசகர் Dr.கொப்பேயர் கூறுவது என்னவெனில் நீங்கள் கறுப்பு புகை மண்டலத்தைத் தொடர்ந்து கண்ணே முடி சிந்திப்பீர்களானால் 11 நிமிடங்களுக்குள் நீங்கள் அழகான நித்திரையைப் பேறலாம் என்று கூறுகிறார்கள்.

Q19 ஆசிரியர் கற்பிக்கும் போது உங்கள் மனதில் விளக்கமின்மை அல்லது கேள்விகள் ஏதாவது எழுந்தால் நீங்கள் வெட்கப்பட்டு கேட்காமல் விடலாமா அல்லது அடிக்கடி கேள்விகேட்டு கரைச்சல் கொடுக்கலாமா?

“தட்டுங்கள் திறக்கப்படும் கேளுங்கள் கொடுக்கப்படும் என்றுதான் எல்லா மதங்களும் கூறுகின்றன. ஆனால் கேட்கும்போது ஒரு பணிவும் பெளவியமும் தேவை. அத்துடன் ஆசிரியர் விளங்கப்படுத்திக் கொண்டிருக்கும் போது அடிக்கடி குறுக்கிட்டு குளப்பாமல் விளங்கப்படுத்திய முடிவில் கேட்கலாம். அதேவேளை உண்மையில் எனக்கு இது விளங்கவில்லை தயவு செய்து மீண்டும் ஒரு முறை இதை சொல்ல முடியுமா என்றவாறு அமைதியாக எழுந்து கேளுங்கள். ஆசிரியரைப் பரீட்சித்துப் பார்ப்பது போன்ற கேள்விகளை தயவுசெய்து கேட்காதீர்கள். அப்படி கேட்பது அவரின் மனதில் பதிந்தால் பின்னர் நீங்கள் கேட்கும் கேள்விகளிற்கு அவர் விளக்கம் சொல்லாமல் விட்டுவிடக் கூடும்.

நூற்றுக்கு மேற்பட்ட மாணவர்கள் கல்வி பயிலும் ரியூசன் சென்றோர்களில் அப்படி கேட்க முடியாத சூழல் ஏற்பட்டால் நீங்கள் ஒரு சிறு துண்டில் எழுதி ஆசிரியரிடம் கேள்வியை கொடுக்குமாறு முன்னுள்ள மாணவர்களுடாகக் கொடுத்து விடலாம்.

அப்படியும் ஆசிரியரிடம் கேட்க முடியாத சந்தர்ப்பத்தில் உங்கள் சக மாணவர்களிடம் கேட்கலாம். அல்லது உங்களிற்கு முன் கற்ற உங்கள் உயர் வகுப்பு அக்கா, அண்ணாக்களிடம் கேட்கலாம்.

Q20 என்ன முறையில் இலகுவில் ஞாபகப்படுத்தப் படுகிறது?

நீங்கள் உங்களுடைய நாளாந்த வாழ்வில் பெறும் அனுபவங்களுடாக பெற்றிருப்பீர்கள். படங்களும், உருவங்களும் இலகுவில் ஞாபகத்தில் நிலை நிறுத்தக் கூடியவை. சமன்பாடுகளும் வசனங்களும் ஞாபகப்படுத்துவதிலும் இவை இலகுவில் நினைவில் நிற்கக் கூடியவை. ஆகவே முளையின் ஞாபகப் பகுதியின் இரு பெரும் வகைகளாக

- ◆ படவடிவிலான ஞாபகம் (இலகுவானது)
- ◆ சமன்பாடுகள் வசனங்களை ஞாபகப்படுத்தும் பகுதி

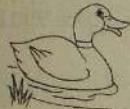
இதன் காரணமாகத்தான் அனேகர் தாம் முன்னொரு பொழுதில் சந்தித்த சிலரைக் கண்டவுடன் உங்களை எங்கோ கண்ட ஞாபகம் இருக்கிறது. ஆனால் பெயர் ஞாபகம் வரவில்லை என்று கூறுவதற்குக் காரணம்

Q21 இலகுவில் ஞாபகம் நிற்கும் இப்பட வடிவினை எவ்வாறு நாம் பயன்படுத்தலாம்?

- ◆ இயற்றவரை நோட்ஸ்கள் பொயின்ஸ் போமில் இருப்பது இந்த முறைக்கு உதவியாக இருக்கும்.
- ◆ ஒவ்வொரு பொயின்ஸ் இந்கும் இலகுவில் ஞாபகப்படுத்தக் கூடிய சிறிய சிறிய கற்பனைப் படங்களை கொப்பியின் இடது புறமுள்ள சிவப்பு கோட்டினுள் கீற வேண்டும்.
- ◆ இதன் மூலம் ஒவ்வொரு பொயின்ஸ் இனையும் இலகுவில்

கோர்வையாக ஞாபகப்படுத்த தவம்.

உதாரணத்திற்கு பார்ப்போமா.. ஸ



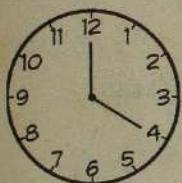
ஓரு ஊரில் ஒரு வாத்து இருந்தது



அதற்கு இரண்டு குஞ்சுகள் இருந்தன.



அந்தக் குஞ்சுகளிற்கு இரண்டு நண்பர்கள் இருந்தார்கள்



அவை ஒவ்வொரு நாளும் பிற்பகல் 4 மணிக்கு குளத்தில் வளையாட வருகின்றன.



அவ் வாத்துக்களிற்கு இரண்டு மீன்கள் நண்பர்களாக இருந்தார்கள்.

இங்கு படங்கள் இலகுவில் உங்கள் நோட்சினை ஞாபகத்திற்கு கொண்டு வருவதை உணரலாம்.

Q22 ஒரு பாடத்தைக் கண்ணில் உள்ள முக்கிய படிமுறைகள் என.

பாடத்தினை இலகுவில் மீள ஞாபகப்படுத்துவதற்கு ஹப்பி என்ற கல்வியியல் ஆராய்ச்சியாளர் கூறும் முக்கிய படிகளாவன.

(1)பாடத்தினை ஆய்வு செய்தல்

(தலைப்புக்களை உபதலைப்புக்களை)

↓
(2)வினா எழுப்புதல்

↓
(3)மனதிற்கு முதல்முறை அமைதியாக வாசித்தல்

(பகுதிகளை பகுத்து வாசித்தல்)

↓
(4)உரத்து வாசித்தல்

(இதன் மூலம் கண், காது, இரண்டும் பதியச் செய்யும்)

↓
(5)மீள நோக்குதல்.

Q23 எப்பொழுதும் சுறுசுறுப்பாக கற்பதற்கு என்ன செய்யவேண்டும்?

எங்கள் செயலை உணர்ச்சி தொடர்வதாக மிகப் பெரும் ஆராய்ச்சியாளரான வில்லியம்ஸ் ஜேமஸ் கூறுகின்றார். ஆகவே நீங்கள் சுறுசுறுப்பை அதிகமாக பெற விரும்பினால் அதாவது நீங்கள் செய்ய வேண்டிய காரியங்களை அவற்றை செய்யப் படிக்காத சமயங்களிலும் கூடச் செய்யுங்கள். சொல்லப் போனால்

எப்போதும் அவற்றைக் கொஞ்சம் கூடப் பிடிக்கவில்லையோ அப்போது கட்டாயம் செய்யுங்கள் வேண்டிய சுறுசுறுப்பு வெள்ளம் போல் பெருகுவதை உணர்வீர்கள்.

Q24 படிக்கும்போது ஏன் அரை மணித்தியாலத்திற்கு ஒரு முறை 5 நிமிடம் இடைவேளை விட வேண்டும்?

எமது முளையில்

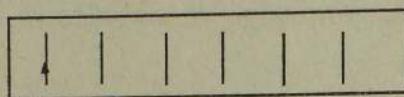
- ◆ தற்காலிக ஞாபகம்
- ◆ நிரந்தர ஞாபகம்

என இரு வகைகள் உண்டு. நீங்கள் முன்று நாட்களிற்கு முன் காலையில் உண்ட உணவை ஞாபகப்படுத்தினால் அது அனேகமானவர்களால் முடியாமல் இருக்கும். அதற்கு காரணம் அது ஒரு நாளாந்த செயற்பாடு என்பதால் அது தற்காலிக ஞாபகமாக இருக்கும்.

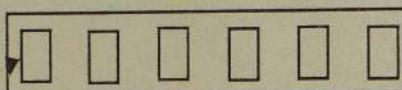
நீங்கள் கற்கும் விடயங்கள் தற்காலிகமானதா, நிரந்தரமானதா என்பதை மூளை தீர்மானிக்க வேண்டுமாயின் திரும்பத் திரும்ப கற்கும் போது அவ்விடயம் நிரந்தர ஞாபகத்திற்கு தேவையான விடயம் என மூளை தீர்மானிக்கும். அவ்வாறு தீர்மானித்த விடயங்களை முதலில் பதியும். தற்காலிக ஞாபகத்தில் இருந்து நிரந்தர ஞாபகத்திற்கு கொண்டு செல்ல நாம் கால அவகாசம் கொடுக்க வேண்டும். அப் படிக் கால அவகாசம் கொடுக்காவிட்டால் தற்காலிக ஞாபகத்தில் பதியப்பட்டவை இடப் பற்றாக்குறையால் முதலில் பதியப்பட்டவை அழிக்கப்பட்டு

புதிய விடயங்கள் சேர்க்கப்படும். ஆகவே
தற்காலிக ஞாபகம் (a)

விடயம்



நிரந்தர ஞாபகம் (b)

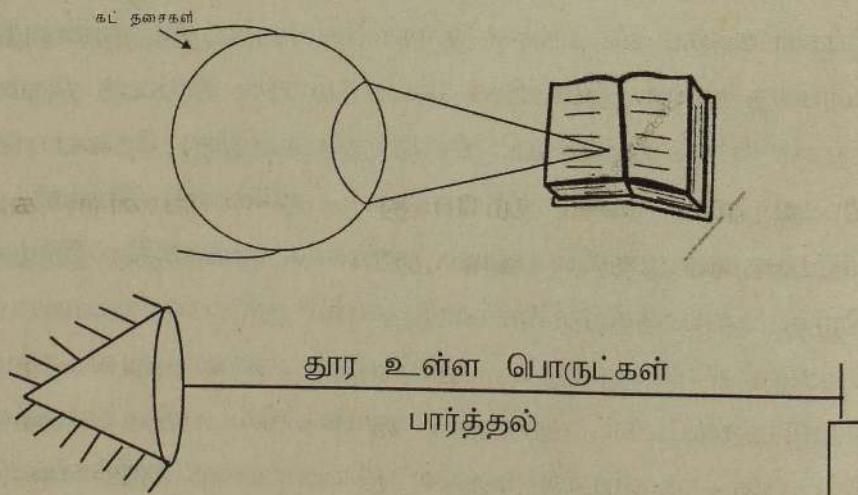


விடயம்

அரை மணித்தியாலத்திற்கு ஒரு முறை 5 நிமிடம் இடைவெளி விடும்போது a இலிருந்து b இற்கு மாறும்

Q25 அரை மணித்தியாலத்திற்கு ஒரு தடவை 5 நிமிட இடைவெளியின் போது கண்ணினால் “தூர இடங்களை” ஏன் பார்க்க வேண்டும்?

கட் தசைகள்



'கண்' கிட்ட உள்ள பொருட்களை பார்க்கும் போது கண் வில்லை குவிவு அதிகரிப்பதால் கட் தசை நார்கள் அதிகம் இனுப்புமாதலால் வலியை அதிகம் உணரும். இதனாலேயே நித்திரை வெகு சீக்கிரம் வருகின்றது. ஆனால் நீங்கள் இடைவேளைகளில் தூர உள்ள இடங்களைப் பார்க்கும்போது கட் தசை நார்கள் ரிலாக்ஸ் அடைகின்றன. இதனால் வலி இல்லாமல் போய் நித்திரை சீக்கிரம் வருவது தடுக்கப்படுகின்றது.

Q26. மேசை விளக்கிற்கு அருகில் இருந்தோ அல்லது லாம்பு விளக்கிற்கு அருகில் இருந்தோ படிக்கும் போது ஏன் முகத்தை இடை இடையே கழுவ வேண்டும்?

கண் மடல் அடிக்கடி மூடித் திறக்கும் போது கண் மடலிற்கும் கண்ணிற்கும் இடையேயான உராய்வை தடுப்பதற்கு ஒரு வித திரவம் சுரக்கப்பட்டு கண் ஈரவிப்பாக இருக்கும். இவ் ஈரவிப்பை மேசை லாம்பு அல்லது மேசை விளக்கு உலர்ச் செய்வதாலும் நித்திரை வரலாம். எனவே இடைஇடையே முகம் நீரால் கழுவும் போது நித்திரை வருவது தாமதமாகும்.

Q27. இரவில் படிக்கும்போது மிட்டு போன்ற கடின உணவுகளை உண்ணலாமா?

இரவில் அதிகமான கடினமான உணவுகளை உண்டால் நித்திரை எது கண்களோடு வந்து விளையாடிக் கொண்டே இருக்கும். எனவே கடின உணவுகளை இயன்றவரை

தவிருங்கள். பரீட்சைக் காலங்களில் இரவு வேளாகளில் எண் ணை கூடிய உணவுகள் இறைச் சி உணவுகள் என்பவற்றைத் தவிர்ப்பது சாலச் சிறந்தது. இடியப்பம் சொதி, ஒரு கப் பால், பணிள், போன்ற மென்மையான உணவுகளை உண்ணுதல் சிறந்தது.

Q28 மேசை விளக்கில் படிப்பதன் நன்மை என்ன?

களிர்ந்த விளக்கு வகைகள் உள்ள (Utube) மேசை விளக்கை பயன்படுத்தும் போது உங்கள் பாடப் புத்தகத்தில் மட்டும் வெளிச்சம் படுவதால் உங்களுடைய புலன்கள் ஏனைய பொருட்கள் மீது சிதறுவது தடுக்கப்படும். இதன் மூலம் பாடப் புத்தகத்தில் உங்கள் சிந்தனை குவிக்கப்படுவதற்கு ஏற்றதாக அமையும்.

Q29 படிக்கும் போது பாட்டுக் கேட்டுக் கொண்டு அல்லது சக்தி FM கேட்டுக் கொண்டு படிக்கலாமா?

இல்லை, எங்களுடைய மூளை ஒரு நேரத்தில் ஒரு விடயத்தையே சிறந்த முறையில் கிரகிக்கும் எனவே பாட்டுக் கேட்டுக் கொண்டு படிப்பது உங்கள் கிரகித்தல் திறனைக் குறைக்கும். எனவே அதனைத் தவிர்த்தல் சிறந்தது.

Q30 மாணவர்கள் கையடக்க தொலைபேசி பாவிக் கலாமா?

இல்லை, கையடக்கத் தொலைபேசியை நீங்கள் பாவிப்பதால் அதிக நேரம் வீண் விரயமாகிவிடுவதுடன் சிந்தனை சிதறவும் சில பிழையான நண்பர்களால் தவறாக வழி நடத்தவும் காரணமாகிவிடும். அத்துடன் தேவையற்ற தொடர்புகள் ஏற்பட வாய்ப்பாகி ஏற்ற காலத்தில் கற்க வேண்டிய விடயங்கள் எல்லாம் கற்க முடியாமல் போய் தடம் புரண்ட புகையிரதத்தின் கதையாகிவிடும். எனவே நீங்கள் ஒரு நிலையை அடையும் வரை கையடக்கத் தொலைபேசியை பாவிப்பதைத் தவிர்த்துக் கொள்ளுங்கள்.

Q31 பாடங்களை இரவு படித்த பின் படுக்கைக்குச் செல்லும் போது என்ன செய்ய வேண்டும்?

பாடசாலையின் நேர சூசியினைப் பார்த்து பாடம் நடைபெறாத வேளைகளில் கடந்த கால விளாக்களைச் செய்வதற்கு ஏற்ற வகையில் திட்டமிடுங்கள். விளங்காத பகுதிகளை அடையாளப்படுத்திச் சிறு பேப்பரில் எழுதி எடுத்துக் கொள்ளுங்கள். அடுத்த நாள் ஆசிரியரிடம் அவற்றைக் கேட்டுத் தெளிவு பெறுங்கள்.

Q32 கல்வித்துறை தொடர்பாக ஆங்கிலத்தில் கூறப்பட்ட கீழ்வரும் முக்கிய விடயங்களிற்கு

வெற்றி முத்துக்கள்

விளக்கம் தருக?

Intelligence is not in born

Interest is intelligence.

திறமைசாலிகள் என்று யாரும் பிறப்பதில்லை. ஆர்வமும் ஆசையும் ஒருவருக்கு இருந்தால் அதுவே ஒருவருடைய திறமைக்கு முக்கிய காரணம்.

Q33 Imaginary is Importance than Knowledge. (Albert Einstein)?

அறிவிலும் பார்க்க ஒருவர் கற்பனை செய்து சிந்தித்து விளங்கிக் கொள்வதே முக்கியமாகும்.

Q34 Learn with Happy and mind it quickly?

கற்கும் போது சந்தோசமாகவும் சுறுசுறுப்பான உற்சாகத்துடனும் கற்க வேண்டும்.

Q35 Home work is vitamin to our Brain?

விட்டுப் பாடம் எங்களுடைய முளைக்கு வழங்கும் விழ்றுமின்கள். ஆகவே அவற்றை விளங்காவிட்டாலும் செய்து முயற்சிக்க வேண்டும். அப்போதுதான் அடுத்த நாள் ஆசிரியர் செய்யும் போது விளங்க உதவியாக இருக்கும்.

Q36 Success comes one step at a time?

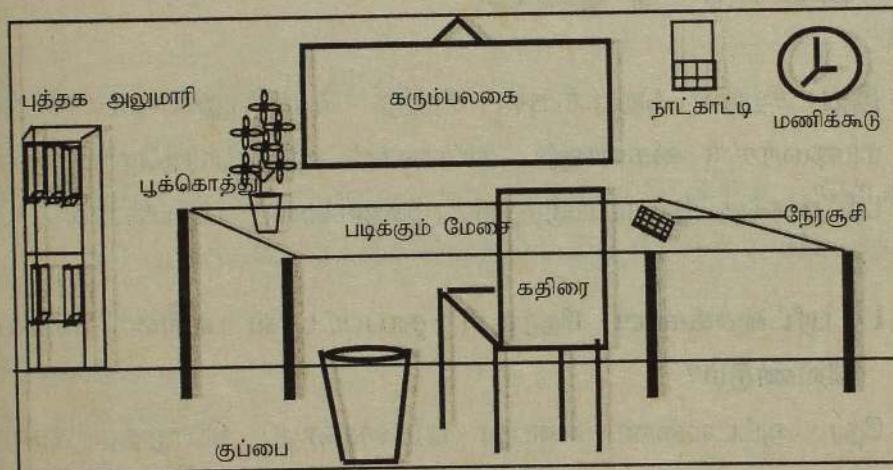
நீங்கள் ஒரு தடவை ஒரு விடயத்தை மட்டும் கவனத்தில் கொண்டு கற்பீர்களேயானல் வெற்றி உங்கள் கைகளை வந்து சேரும்.

Q37 Revision gives good result?

மீளப் பாடங்களை மீட்டுப் பார்த்தல் உங்கள் பெறு பேறுகளை உயர்த்தும்.

Q38 உங்கள் படிக்கும் அறை எப்படி இருத்தல் வேண்டும்?

மிகவும் பெரிய விசாலமான அறையாக இல்லாது ஓரளவு அடக்கமான அறையாக இருப்பதுடன் நல்ல காற்றோட்டமுள்ள யன்னல்களுடன் கூடிய அறையாக இருப்பது சிறந்தது.



Q39 கொப்பியை வாசித்த பின் அப்படியே முடிவைக்கலாமா?

அனேகமானவர்களிற்கு நிகளும் முக்கிய பிரச்சனை என்னவென்றால் முதலில் படித்த கொப்பியை அடுத்த முறை படிப்பதற்கு எடுக்கும் போது முதல் முறை எந்த இடம் வரை

வவற்றி முத்துக்கள் படித்தோம் என்பதை மறந்து விடுகிறார்கள். எனவே பாவித்த கொப்பிகளின் பழைய மட்டையை சிறு சிறு (கீலமாக) துண்டுகளாக வெட்டி கொப்பியில் எந்த இடம் வரை படித்தீர்களோ அதை அடையாளப்படுத்தலாம். (Book mark)

Q40 வேறு என்ன காரணத்தினால் நித்திரை வரலாம்?

பூச்சி வயிற்றில் இருந்தாலும் சில மாணவர்களிற்கு நித்திரை வரலாம், தலைவலி அடிக்கடி ஏற்படலாம். எனவே வைத்தியரின் ஆலோசனையோடு ஆறு மாதத்திற்கு ஒரு தடவை பூச்சி மருந்து எடுப்பது சிறந்தது.

இது கற்றல் தொடர்பான சிறந்த பெறுபேறுகளைப் பெற்ற மாணவர்கள் கையாண்டு நுட்பங்கள் பற்றி பார்த்தோம். இனி பரீட்சைக்கு தயார்ப்படுத்தும் முறைகளைப் பார்ப்போம்.

Q41 பரீட்சைக்கான நேர்குசி தரப்பட்டால் என்ன செய்ய வேண்டும்?

நேர அட்டவணை என்பது பரீட்சையைப் பொறுத்த வரை மிகவும் முக்கிய விடயம் எனவே உங்கள் கைப்பட பெரிய எழுத்தில் நேர்குசியைத் தெளிவாக எழுதி உங்கள் படிக்கும் மேசையில் காற்றில் பறக்கா வண்ணம் ஓட்டி அல்லது பாரம் ஒன்றை வைத்து எழுதி வையுங்கள்.

Q42 பரீட்சைக்கு அணியும் உடை எவ்வாறு இருத்தல் வேண்டும்?

வெற்றி யுத்துக்கள்

நல்ல வாசனைகளை நுகரும் போது எங்கள் மூளை மிகவும் சுறுக்குப்பாக இருப்பதாக வைத்திய ஆராய்ச்சிகள் கூறுகின்றன. எனவே பரீட்சைக்கு அணியும் உடைகளை வாசனைச் சவர்க்காரங்களால் தோய்த்தால் சிறந்தது.

அவ்வாறு தோய்த்த பின் நன்கு அயன் செய்து முதலிலேயே ஆயத்தமாக வைத்திருத்தல் நன்று. இயன்ற வரை இரண்டு சீருடைகளை வைத்திருத்தல் நல்லது.

Q43 பரீட்சைக்குப் போவதற்கு முதன் நாள் இரவு என்னென்ன எடுத்து வைக்க வேண்டும்?

- ◆ பரீட்சை அனுமதி அட்டை
- ◆ அடையாள அட்டை
- ◆ பென்சில் (வழைமையானது) கூர் மாத்தும் பென்சில் (ஏனெனில் கூர் முறிந்தால் பரீட்சை நேரத்தில் சீவி நேரத்தை வீணடிக்கக் கூடாது.)
- ◆ அடிமட்டம்
- ◆ அழி இறப்பர்
- ◆ மணிக்கூடு
- ◆ ஏனைய பரீட்சைக்கான பொருட்கள் (கொம்பாஸ்) போன்றவை

Q44 எந்த நேரம் பரீட்சை மண்டபத்திற்குச் செல்ல வேண்டும்?

பரீட்சை மண்டபத்திற்கு அரை மணித்தியாலத்திற்கு முன்னர் நிற்கக்

கூடியதாக வீட்டில் இருந்து புறப்பட வேண்டும்.

Q45 வீட்டில் இருந்து புறப்படு முன்னர் என்ன செய்ய வேண்டும்?

அன்றைய பரீட்சை நடைபெறும் பாடத்திற்கான கொப்பிகளை மேலோட்டமாக ஒவ்வொரு தாளையும் விரைவாகத் தட்டிப் பார்த்த பின் செல்லலாம். வீட்டில் இருந்து புறப்பட முன் பரீட்சை அனுமதி அட்டைகளைப் பெற்றோரிடம் கொடுத்து அவர்களின் ஆசியைப் பெற்றபின் அவர்களிடம் அனுமதி அட்டையைப் பெற்றுச் செல்லலாம்.

Q46 பரீட்சைக் காலங்களில் படபடப்பைக் குறைக்க வழி என்ன?

சிறு படபடப்பு பரீட்சைக்கு உதவியாக இருக்கும். ஆனால் அது அதிகரிக்குமானால் பரீட்சைக்குத் தொல்லையாகிவிடும். எனவே இப் படபடப்பைக் குறைப்பதற்கு உங்கள் இஸ்டகடவுளின் நாமத்தைத் திரும்பத் திரும்பச் சொல்வதன் மூலம் உங்களுடைய இதயத் துடிப்பும் மூச்சும் ஓர் சந்த ஒழுங்கில் இயங்குவதுடன் எல்லாம் வல்ல அந்த மகா சக்தியிடம் இருந்து உங்களிற்கு பூரண ஆதரவும் கிடைத்துப் பரீட்சையை இலகுவாகச் செய்ய வழி பிறக்கும்.

Q47 பரீட்சையில் விடையெழுதும் தாள் தந்தவுடன் என்ன செய்ய வேண்டும்?

விடையெழுதும் தாள்களில் சுட்டிலக்கத்தை இடுவதுடன்

பேப்பரின் மேல் மூலையில் இலக்கமிடுக. அவ்வாறு இலக்கமிடுவது விடைத்தாள்களை ஒழுங்குபடுத்தி வரிசையாக விடை எழுதிய ஒழுங்கில் சிரமமின்றி கட்டி கொடுப்பதற்கு உதவியாக இருக்கும்.

Q48 பரீட்சையில் எவ்வகையான வினாக்களை முதலில் தெரிவு செய்ய வேண்டும்?

முதலில் வினாத்தாள் தந்தவுடன் மேலோட்டமாக வினாக்களை வாசித்த பின் உங்களுக்கு மிகவும் தெரிந்த கேள்வியை கேள்வியின் இலக்கத்தைச் சரியாக இட்டுச் செய்யலாம்.

Q49 வினாத் தாளில் அறிவுறுத் திய வினாக் களிற் கு விடையளித்த பின் என்ன செய்ய வேண்டும்?

மீண்டும் ஒருமுறை வினாத்தாளையும் விடைத் தாளையும் ஒப்பு நோக்க வேண்டும். ஏனெனில் சில வேளைகளில் சில கேள்விகள் தவறி இருக்கக் கூடும். அவ்வாறு தவறி இருந்தால் அவற்றை மீள வினா இலக்கத்தை இட்டு விடையை எழுத வேண்டும்.

Q50 ஒரு கேள்விக்கு விடை எழுதி முடிந்ததும் அடுத்த கேள்விக்கான விடையை அதன் கீழ் அடுத்து எழுதலாமா?

இல்லை, ஏனெனில் சில கட்டுரை வினாக்களிற்கான முக்கியமான பொயின்ஸ்கள் பின்னர் ஞாபகம் வந்தால் அவற்றை எழுதுவதற்காக ஓரளவு (8 - 10 ரூள்) இடம் விட்ட

வவற்றி முந்துக்கள்
பின்னரே அடுத்த கேள்விக்கு விடை எழுத வேண்டும்.

Q51 பர்ட்சை முடிந்தவுடன் சக மாணவர்களோடு
அன்றைய பர்ட்சை பற்றி கதைக்கலாமா?

இல்லை, பர்ட்சையின் சரி பிழைகளை பர்ட்சை முடிந்தவுடன் விவாதித்தால் அடுத்த நாள் பர்ட்சைக்கு படிப்பதில் குழப்பங்கள் ஏற்படலாம். எனவே பர்ட்சைக்கு எழுதிய விடைகளைப் பற்றி நின்று விவாதிப்பதைத் தவிர்க்கவும் வீடு திரும்பியதும் உணவருந்தியின் ஒரு மணி நேரம் தூங்கி ஓய்வெடுத்த பின் அடுத்த நாள் பர்ட்சை விடயங்களைப் பார்க்கலாம்.

Q52 பர்ட்சைக்குப் போகும் போது வயிறு நிறைய
உண்ணலாமா?

இல்லை, பர்ட்சைக்கு போகும் போது இயன்ற வரை கடின உணவுகளைத் தவிர்ப்பதுடன் (எண்ணை, இறைச்சி) இடியப்பம் போன்ற மென்மையான உணவுகளை அருந்துவதுடன் வயிறு நிறைய அருந்துவதையும் தவிர்த்தல் நல்லது. அளவுக்கு அதிகமான உணவும் ஒரு சோம்பல் நிலையை உருவாக்கும்.

53 ஒருவருடைய கற்றலில் செல்வாக்கு செலுத்தும் பிரதான காரணிகள் எவை?

01. பழக்க வழக்கம்
02. விருப்புக்கள்
03. தன்னம்பிக்கை திறன்கள்
04. மனப்பாங்கு

05. அறிவு
06. சமூகத்திறன்கள்
07. உள்ளாந்த திறன்கள்
08. ஆளுமை

54. ஒரு மாணவன் தனது ஆளுமையை வெளிப்படுத்த பாடசாலையில் உள்ள எல்லா கழகங்களிலும் பங்கு பற்றலாமா?

இல்லை, ஏனெனில் பரிட்சையில் சிறந்த பெறுபேறுகளை பெறவேண்டுமாயின் ஒருவர் தழிழ்மன்றம், ஆங்கிலமன்றம், விஞ்ஞானமன்றம், வயன்ஸ்கழகம், கிறிக்கட்டரீம் என எல்லாவற்றிலும் பங்குபற்றினால் பரீட்சைப் பெறுபேறு சிலவேளைகளில் தலைகீழாகிவிடும். இப்படி ஈடுபட்டு பின்னடைவைச் சந்திக்க பல மாணவர்கள் உள்ளனர்.

note ; உங்களால் முடிந்த ஒரு சிலவற்றில் பங்குபற்றுவது தவறில்லை.

59. நாம் எதிர்காலத்தில் வெற்றிகரமான இலக்கை அடைய கவனத்தில் கொள்ள வேண்டியவை?

குடும்பம்	
மனநிலை	ஆண்மனிலை
உடல்	பொருளாதாரம்
சமுதாய தொடர்பு	

வெற்றி முத்துக்கள் வாழ்க்கை என்பது ஆறுகம்பிகள் உள்ளசக்கரம். ஏதாவது ஒன்று கோணலாகிவிட்டால் நமது வாழ்க்கை தடம் புரண்டுவிடும்.

55. வெற்றி என்றால் என்ன?

வெற்றி என்பது ஒரு மதிப்பு வாய்ந்த இலக்கை படிப்படியாக அடைதல்.

56 ஒரு மாணவனை வெற்றியாளராக ஆக்க பயனுள்ளவை எவை?

- * ஆசை
- * உறுதி
- * பொறுப்பு
- * கடின உழைப்பு
- * பண்பு
- * நல்லவித நம்பிக்கை
- * விடாழியற்சியின் சக்தி
- * செயற்பாட்டில் பொறுமை
- * வழிகாட்டி
- * கற்பதற்கு விருப்பம்

57. பாடசாலை மாணவர் களின் உண் வுகளில் எவை சிறந்தவை?

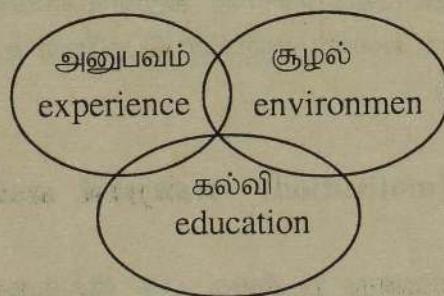
- * பச்சை இலை வகைகள்
- * ஏதாவது ஒரு பழவகை
- * சிறுமீன் வகை
- * முட்டை
- * பால் (ஒரு கப்)

* கரட், கோவா, லீக்ஸ் என்பவற்றால் ஆன சூப் போன்றவை.

58. ஒரு மாணவனின் சுய எண்ணைக் கருவில் செல்வாக்குச் செலுத்தும் காரணிகள் எவை?

- * பெற்றோரின் எதிர்பாப்பு
- * குடும்ப அங்கத்தவர்களின் மனப்பாங்கு
- * பிள்ளையின் உடல்நிலை
- * பெளதிக் முதிர்ச்சி
- * வாணைலி தொலைக்காட்சியின் தாக்கங்கள்
- * பாடசாலை வாய்ப்பு
- * பாடசலைக் கேள்வி
- * சமய ஈடுபாடு
- * சகபாடிகளின் அபிப்பிராயம்
- * குடும்ப பொருளாதாரப் பிரச்சனைகள்
- * குடும்ப பிரச்சனைகள்
- * சகபாடிகளின் மனப்பாங்குகள்.

59. மாணவர்களின் மனப்பாங்கை தீர்மானிக்கும் காரணிகள் எவை?



60. மாண்யவர்கள் நல்ல விதமான மனப்பாங்கை வளர்த்து கொள்வதற்கான படிநிலைகள் யாவை?

1. எல்லாவற்றிலும் உள்ள நல்லதையே பாருங்கள்.
2. இப்டொழுதே செய்துவிட வேண்டும் என்ற பழக்கத்தை ஏற்படுத்தி கொள்ளுங்கள்
3. நன்றியுணர்வை ஏற்படுத்தி கொள்ளுங்கள்.
4. உண்மையான கல்வியை பெறுங்கள்.
5. உயர்ந்த சுயமதிப்பை வளர்த்துக்கொள்ளுங்கள்.
6. தீய பாதிப்புக்களிலிருந்து விலகி இருங்கள்.
7. எது அவசியமோ அதனை விரும்பி கற்றுக்கொள்ளுங்கள்.
8. நல்ல எண்ணங்களுடன் உங்களது நாளைத் தொடங்குங்கள்.

61. ஆசிரியர், பெற்றோர்டம் இருந்து ஊக்குவித்தலைப் பெற(motivation) என்ன செய்ய வேண்டும்?

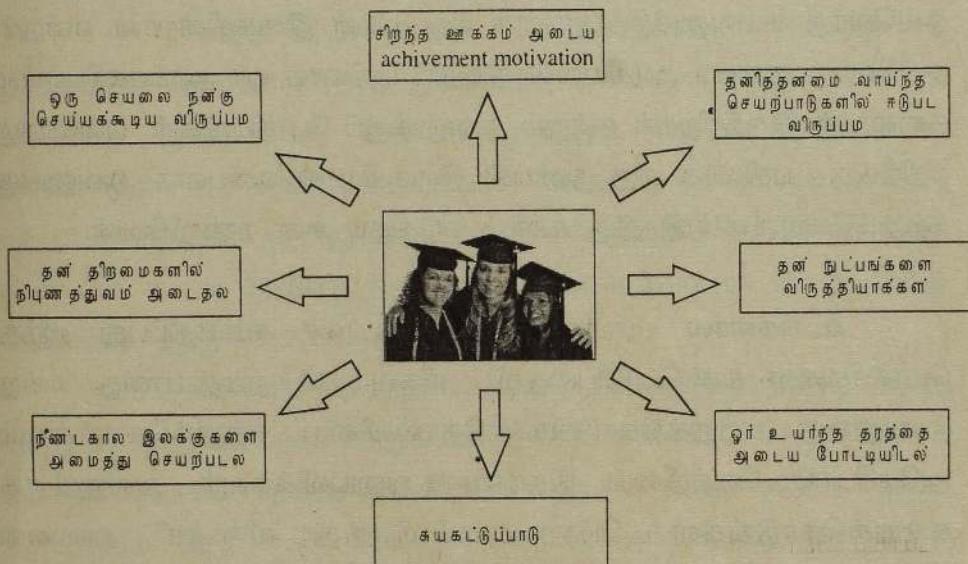
மாணவர்களும் தமது ஆசிரியர்களை, பெற்றோர்களை மனம் திறந்து பாராட்ட வேண்டும். உதாரணமாக, சேர் நீங்கள் நன்கு விளக்கம் தந்ததால் நான் பரீட்சை செய்ய பெரிய உதவியாக இருந்தது, அப்பா நீங்கள் தந்த பேணை எனக்கு நல்லபடி பரீட்சை செய்ய உதவியது. அது எனக்கு அதிஸ்டவசமானது. இது போன்ற விடயங்களை பாராட்டினால் ஆசிரியர் பெற்றோர் உங்களை தொடர்ந்து ஊக்கவிப்பார்கள்.

62. ஊக்கம் (motivation) என்றால் என்ன?

ஒரு மாணவனது நடத்தை ஒரு இலக்கை (பழயட) நோக்கி மேற்கொள்ளப்படுவதாகும். இத்தகைய இலக்கு நோக்கிய நடத்தையை தொடக்கி வைத்தலிலும், தொடக்கிய நடத்தையை தொடர்ந்து

இயக்குதலிலும், இறுதியில் இன்நடத்தை முடிவு பெறும்வரை ஆசிரியர், பெற்றோரின் பங்கு மிக முக்கிய ஆதாரங்களாகின்றன. இது ஊக்கம் எனலாம். ஓர் மாணவனை செயலாற்று தூண்டும்விதமான ஒத்துளைப்பை வழங்குதல் மிக முக்கியமான ஊக்கமாகும்.

63. ஒரு மாணவன் சீறந்த ஊக்கத்தை அடைய வழிகள் என்ன?



வெற்றி உத்துக்கள்
அதிபர், ஆசிரியர் கற்பிக்க வேண்டியவை: மாணவர்
கற்றுக்கடைப்பிடிக்க வேண்டியவை.....

(ஜனாதிபதி ஆபிரகாம் லிங் கன் தனது மகனுக் காக வெள்ளைமாளிகையில் இருந்து பாடசாலை அதிபருக்கு எழுதிய வரலாற்று முக்கியத்துவம் பெற்ற கடிதத்தின் உள்ளடக்கம்)

எல்லா மனிதர்களும் தார்மீகமானவர்கள்லர். அதேபோல் எல்லா மனிதர்களும் நேர்மையானவர்களும் அல்லர் என்பதை நான் அறிவேன். இதனை எனது மகன் கற்றுக்கொள்ள வேண்டும். ஆனால் ஒவ்வொரு கயவனுக்கு பதிலாக ஒரு வீரன் இருக்கின்றான் என்றும், ஒவ்வொரு சுயநல் அரசியல்வாதிக்குப் பதிலாக ஒர் அர்ப்பணிப்புள்ள தலைவன் இருக்கிறான் என்றும் அவனுக்குப் போதியுங்கள். ஒவ்வொரு எதிரிக்கு பதிலாக ஒரு நண்பன் இருக்கிறான் என்பதை அவனுக்கு கற்றுக்கொடுங்கள். இதற்கு காலம் எடுக்கும் என நானறிவேன்.

உங்களாள் முடிந்தால் ஒரு டொலர் சம்பாதிப்பது ஜந்து டொலர்களை கண்டெடுப்பதைவிட மிகவும் பொறுமதியானது என்று அவனுக்கு கற்றுக்கொடுங்கள். தோல்வியை ஏற்றுக்கொள்ளவும் அதேபோல் வெற்றியை நிதானமாக அனுபவிக்கவும் அவனுக்குக் கற்றுக்கொடுங்கள். பொறாமையிலிருந்து விலக்கி அவனை வழிநடத்துங்கள். முடிந்தால் அமைதியான சிரிப்பின் இரகசியத்தை அவனுக்கு கற்றுக்கொடுங்கள். சண்டித்தனம் பண்ணுபவர்கள் இலகுவில் பயங்கொள்வார்கள் என்பதையும் அவன் இளம் வயதிலேயே கற்றுக்கொள்ள டும். உங்களால் முடிந்தால் நூல்களின் அதிசயங்களை அவனுக்கு கற்றுக்கொடுங்கள். ஆனாலும் ஆகாயத்து பறவைகள் பகல் நேரத் தேவீக்கள், பச்சை மலைச்சாரல், பூக்கள் போன்ற

சர்வகால மர்மங்களை ஆழமாகச் சிந்திக்கத் தேவையான நேரத்தையும் அவனுக்குக் கொடுங்கள்.

பாடசாலைகளில் தோல்வியை தழுவுவது ஏமாற்றத்தைவிட மிகவும் மேன்மையானது என்று அவனுக்கு போதியுங்கள். மற்றவர்கள் அது தவறு என்று சொன்னாலும் கூட அவனது சொந்த கருத்துக்களில் நம்பிக்கை வைக்கக்கற்றுக் கொடுங்கள்.

சாந் தமான மக் களுடன் சாந் தமாகவும், கடும் போக்குள்ளவர்களிடம் கடுமையாகவும் நடந்து கொள்ளக் கற்பியுங்கள்.

எல்லோரும் தானம் போடுகின்றவர்கள் என்பதற்காக அவர்களின் வழியில் தானும் இணைந்து கொள்ளாமல் இருக்கக்கூடிய பலத்தை முடிந்தளவு என் மகனுக்குக் கற்றுக் கொடுங்கள். எல்லோருடைய கருத்துக்களையும் செவிமெடுக்க அவனுக்குக் கற்றுக் கொடுங்கள். ஆயினும் அவை எல்லாவற்றையும் உண்மை என்ற திரையில் காட்டி அதிலிருந்து வரும் நல்லவற்றை மட்டும் எடுத்துக் கொள்ளக் கற்றுக் கொள்ளுங்கள்.

உங்களால் முடிந்தால் அவன் சோகத்திலிருக்கும் போது எப்படி சிரிப்பது என்பதை கற்றுக் கொடுங்கள். கண்ணீரில் வெட்கமில்லை எனவும் கற்றுக் கொடுங்கள். எப்போதும் குற்றம் குறை கூறுபவர்களை அலட்சியம் செய்யவும், இனிக்க பேசுபவர்களிடம் அவதானனமாக இருக்கவும் அவனுக்கு கற்றுக் கொடுங்கள். அவனுடைய உடல் வலிமையையும் அறிவையும் கூடிய விலை கோருபவர்களிடம் விற்கவும், அதேவேளை இதயத்துக்கும் ஆண்மாவிற்கும் ஒருபோதும் விலை பட்டியல் போட வேண்டாம் எனவும் அவனுக்குக் கற்றுக் கொடுங்கள். கூச்சலிடும் காடயர்களுக்குத் தன் செவிகளை முடிக்கொள்ளவும், அவன் தான் சரியென நினைக்கும் காரியங்களில் உறுதியாக நிற்கவும் அதற்காக போராடவும் அவனுக்கு கற்றுக் கொடுங்கள்.

அவனை கனிவாக நடத்தவும். ஆனால் அவனை தமுவி கொஞ்ச வேண்டாம். ஏனெனில், நெருப்பின் சோதனைத்தான் இரும்பை தரமாக்குகின்றது. பொறுமை இழப்பதில் துணிவுபேற அவனை அனுமதியுங்கள். தெரியமுள்ளவனாக மாற விடாமுயற்சிசெய்ய அனுமதியுங்கள். தன்மீது உன்னதமான நம்பிக்கை வைக்க அவனுக்குக் கற்றுக்கொடுங்கள். அப்பொழுதுதான் மனித இனத்தின் மீது அவன் எப்போதும் அவன் உண்மையான நம்பிக்கைக் கொண்டிருப்பான். "this is a big order but see what you can do he is such a fine little fellow my son" அது பொரிய கட்டளை. ஆனால் உங்களால் என்ன செய்ய முடியும் என்று பாருங்கள். என் மகன் நல்லதோரு குட்டி பையன். ஆபிரகாம்லிங்கன்.

மாணவர்களுக்கு மற்றுமொரு தலைவரின் அறிவுரை கல்வி கற்பது ஒன்றே உங்களது முக்கியமானதும் முதன்மையானதுமான தெரிவாக இருக்க வேண்டும். நேரம் தவறாமல் இருப்பதும், சீராகப் பாடசாலைக்கு வருவதும், கற்பதில் ஆர்வம் காட்டுவதும் உங்கள் நாளாந்த கடமையாக இருக்க வேண்டும். பாடங்களில் நீங்கள் ஈடுபாட்டோடு பங்கு பெற வேண்டும். நீங்களே தேடி கற்க வேண்டும் உங்கள் சகமாணவர்களையும், ஆசிரியர்களையும் கௌரவித்து மதிக்க வேண்டும் பாடசாலைக்கு ஒரு போதும் போதைப்பொருளையோ, தேவையற்ற பொருற்களையோ எடுத்து செல்வதில்லை என்ற தீர்மானம் எடுக்க வேண்டும்.

நல்சன் மண்டேலா

ஆசிரியரின் இதயம் தீற்று....

“மாணவர்கள் பரீட்சையில் உயர் பெறுபோகுகளை பெற்று வெற்றிகளைக் குவிக்க வேண்டுமாயின் ஞாபக சக்தியை அதிகரித்துக் கொள்வதற்கான பல்வேறு கற்றுல் உத்திகளையும் நுட்ப முறைகளையும் கையாள வேண்டியது அவசியம்.

இப்படியான முறைகளுடன் பரீட்சைக்கு எந்தெந்த வகையில் தம்மை தயார்ப்படுத்திக் கொள்ள வேண்டும் என அறிவது முக்கியமாகும் என்னிடம் இரசாயனத்தை (Chemistry) கற்று உயர் தரத்தில் (A/L இல் A சித்தி பெற்று) அகில இலங்கை ரீதியில் முன்னணி பெறுபோகுவதற்கு மருத்துவ பொறியியல் பீடங்களிற்கு சென்ற திறமையான மாணவர்கள் கையாண்ட நுட்பங்களையும் பரீட்சைக் காலங்களில் சாப்பிட வேண்டிய உணவு முதற் கொண்டு பரீட்சை மண்டபத்தில் வினாத்தாள்களை ஒழுங்கமைக்கும் வரையிலான முக்கியமான நுணுக்கமான விடயங்களை வழங்கி இருக்கிறேன். இதை மாணவருடைய கற்பதன் மூலம் கல்வி என்னும் பெரும் சிகரத்தில் தமக்கென தனி இடத்தைப் பதித்து வெற்றி முழுக்கங்களோடு வெற்றிக் கொடியை ஏற்றுவார்களாக.

“பொன் பூச்சொரியும் பொலிந்த செழுந்தா திறைக்கும் நன்பு தலத்தோர்க்கு நன் நிழலாம் - மின்பிரபை வீச பூழ் நல்லுரான் வில்லவராயன் நன் வாசல்யைக் கொன்றை மரம்”

என எழு வயதிலேயே எமதூர் சிறுவன் (சின்னத்தம்பிப் புலவர்) ஒருவர் கவி எழுதிய நகராம் யாழ்ப்பாணத்தில் கல்வியும் சீரும் சிறப்பும் தழைத்தோங்கிய இந்நகரில் தமிழ் கூறும் நன் மாணாக்கர் வளம் பெற இந்நாலை வெளியிடுவதில் அக மகிழ்கின்றேன். நன்றி

இங்ஙனம்
ஆசிரிய நண்பன்
ச. சுரேஸ்குமார், (BSC (Hons) MBA (Lon)