

إن نيل النجاح الأكاديمية يأتي بتعلم مهارات الاستذكار الفعالة وهي الفهم والاستيعاب المبادئ والمهارات التعلم و الالتزام بخطواتها مع عقد النية وتكون ذكية في تنظيم أسلوب الاستذكار لقضاء وقت أقصر وضبط الذات واستبدال العادات السيئة في الاستذكار من خلال تعلم العادات الصحيحة وممارستها لتصبح عادة مكتسبة ويكون لك دافع داخلي وخارجي يحفزك للمذاكرة واجعل لك قدوة ونموذج يحتذى به ولكي تنجز مهامك اليومية والأسبوعية بكل نشاط من خلال تطبيق هرم الأهداف ولكي تجعلها جزءاً لا يتجزأ من حياتك عليك إتباع هذه الإرشادات بأن تكون واقعيًا عند وضع أهدافك وتوقعاتك ولا تستسلم بسهولة وركز على المناطق التي توفر لك فرصة التقدم وتحسين مستواك وراقب إنجازاتك وحافظ على إعادة ترتيب أهدافك والاهتمام بالتغيرات البسيطة التي تؤدي إلى تحقيق النتائج العظيمة احدها استخدامك لمبادئ قاعدة باريتو (٨٠-٢٠) والاستفادة من الوقت الضائع واستوعب ان السعي ورى الكمال صفة نبيلة إلا أنها بسهولة يمكن أن تصبح عادة ملحة لا تستطيع السيطرة عليها والتي يمكن أن تعوق وتقض على استمتاعك بالعمل والحياة وذكر نفسك بالاستمرار بقانون التناقض الغلة وهي إن جهودك الاولية التي تبذلها تؤدي إلى افضل وأكبر النتائج وكل مجهود يبذل بعد ذلك بصورة متعاقبة يؤدي إلى نتائج أقله نسبيًا وللاستذكار مجموعة من المتطلبات لإجادتها وذلك من خلال تنظيم مجموعة متنوعة في الآراء والخبرات المتبادل والتعاون في كيفية توزيع المهام بينهم وفي قيام كل فرد منهم بأداء، أما الحلقات النقاشية التي تعرف بالندوات تركز على النقاشات وطرح الاسئلة وتحليل الأفكار والمفاهيم ايضا دمج المحاضرات مع حلقات النقاش حيث تركز على المحاضرات القصيرة وعروض مهنية وورش عمل لتطبيق المهارات الفنية والتدريبات اليدوية لذلك على الطالب يستعد للمحاضرات بقراءة النص والتركيز على الموضوعات الرئيسية والتوضيحات والأمثلة والكلمات المفتاحية وتدوين الملاحظات وتحديد الاسئلة والنقاط المهمة والمناطق الغامضة التي يرغب في مناقشتها واستخدام الملفات لتنظيم الواجبات والمراجعة المادة بشكل مستمر مع ممارسة التطبيقات العملية والحرص على الجلوس في الصفوف الأمامية للاستماع إلى صوت المدرس بوضوح وتجنب الجلوس مع زملاء مشتتين علاوة على ذلك فهم وتحليل أسلوب المدرس وتخطيطه ومعرفة شخصيته عند تدوين الملاحظات الإنصات باهتمام واختيار المعلومات المهمة وإيجازها والتنسيق ملاحظاتك بشكل فعال يمكنك إنشاء قائمة الرموز والاختصارات واستخدام نظام اختصار مناسب مثل نظام كورنيل ايضا من الاستذكار الفعال إعداد بحث علمي ناجح وذلك من خلال تحديد موضوع واسع ثم تقليصه تدريجياً حتى يصبح أكثر تحديداً والبحث في المصادر العامة مثل الموسوعات والمتخصصة مثل الكتب والمراجع كما تعتبر شبكة الإنترنت ومحركات البحث أدوات مهمة لجمع المعلومات وتميز المصادر بنوعين رئيسيين هما المصادر الأولية التي تعتبر أكثر مصداقية لأنها كتبت بواسطة أشخاص شاركوا في الحدث أو شهوده والمصادر الثانوية هي التي كتبها أشخاص درسوا الموضوع لكنهم لم يشاركوا في الحدث أو شهوده كما أن الفهرسة طريق مختصر للوصول بشكل أسرع وتعتبر شبكة المعلومات الدولية أيضا مصدرا هام للبحث وذلك لتوفر مواقع مختلفة كما يجب على الباحثين تنظيم أوقاتهم في البحث ما بين شبكة الانترنت والمكتبات كما تستخدم بعض المكتبات انظمة لتصنيف الكتب لتسهيل البحث كنظام ديوي العشري الذي يستخدم الارقام لتصنيف المواد والمجالات الرئيسية إلى عشر مجموعات أو نظام الكونجرس ويستخدم الأحرف وذلك للإشارة للتصنيفات الأساسية ولتنجز أبحاث رائعة من خلال الالتزام بإرشادات المعلم واختيار موضوع واضح مع الحرص على دقة المعلومات واستخدام أسلوب صحيح والاحتفاظ بنسخة منه وعند صعوبة أعداد ورق البحث أن تقسمه إلى خطوات سهلة الأجاز وذلك بتحديد الموضوع وتحديد النقاط الرئيسية يليها البحث المبدئي وإعداد الخطوط العامة وتنظيم البطاقات بتدوين الملاحظات ثم البحث التفصيلي وإعداد الخطوط العريضة وكتابة المسودات الأولية والثانوية والاهتمام بالفقرة الافتتاحية فهي شيء اساسي حيث تقدم الفكرة الرئيسية وتحدد الإتجاه وتقدم صورة واضحة عن الموضوع وإعداد تقرير بحث شفهي ناجح يجب أولاً اختيار عنوان موجز ومثير وجمع المعلومات وتنظيمها واستخدام البطاقات الملاحظات ووضع حدود للموضوع واستخدام الإحصائيات والنوادر والحكايات بحذر والتدريب على التقرير مراراً واختيار الشخص التي توجه إليه الحديث واستخدام منصدة أو مكتبا للاستناد عليه واخذ نفسا عميقا لتهديئة الاعصاب كما من الاستذكار الفعال الاستعداد الجيد للاختبارات وذلك بتهيئة النفس من خلال التحلي بالهدوء والثقة وتجنب المبالغة في التوتر وتخفيفه بتقنيات الاسترخاء أو التأمل واخذ قسط من الراحة مع ممارسة الرياضة والابتعاد عن الاشخاص المحبطين ومن الأمور المهمة ايضا لاستعداد معرفة نوع الاختبار سواء كان اسبوعيا أو نهائيا أو معياريا ونوع الاسئلة والمكان مع وضع خطة شاملة تشمل مراجعة مستمرة ومهام اختيارية تساعدك على التنظيم وجمع المواد التعليمية وترتيبها لتكون جاهزة للمراجعة ووضع جدول محدد بأوقات المذاكرة لكل مادة مع تحديد اهدافك ونتائج والمرجوة اثناء المراجعة وركز على النقاط الرئيسية واستخدام قصاصة إجابة المراجعة النهائية

وعدم الانكباب في الدراسة لإثارها السلبية مع الاستذكار صباحا واستخدام الاختبارات القديمة للتعرف على أنواع الاسئلة المستخدمه كما يستحسن أن تسال المدرس عن شكل الامتحان المتوقع والتواصل مع طلبة السنة السابقة ولكي تجيد كتابة المقال من خلال فهم مايلبته المعلم وتدوين الأفكار والحقائق وتنظيمها وكتابته بوضوح واستخدام العبارات قصيرة والموجزة وتجنب الاخطاء النحوية والأملائية أيضا أعداد اختبار تجريبي واجعله صعبا وأثناء الاختبارات عليك الوصول المبكر والقراءة التفحصية السريعة لتحديد الأجزاء السهلة والتركيز على الصعبة ورسم الصور لتوضيح الافكار وعند التخمين يفضل حذف الأجابات الخطاء وتجنب الاجابات المتشابهة وعدم ترك إجابة فارغة كما تجنب الحسابات المباشرة في الرياضيات واستخدام التخمينات الرياضية السريعة وعلى الاباء مساعدة أبنائهم بعدم المبالغة في جدية الدرجات وتشجعهم وتعلمهم كيفية الاستفادة من الاخطاء وتعزيز الثقة لديهم