

چگونه درس بخوانیم؟

مدت زمان تخمینی مطالعه این مقاله ۴ دقیقه می باشد.

مقدمه

اینکه چگونه درس بخوانیم و مطالب را درک کنیم بسیار مهم است. هر دانش آموز و دانشجویی باید برای موفقیت بیشتر این سوال را که چگونه درس بخوانیم بپرسد.

پاسخ این سؤال که چگونه درس بخوانیم

برای این که بفهمیم که چگونه درس بخوانیم باید اول بدانیم افراد در درس خواندن به طور کلی به دو گروه تقسیم می شوند:

1- کسانی که به طور حرفه ای و نکته سنج درس می خوانند.

2- کسانی که به طور کاملا غیر ماهرانه و بدون داشتن هدف خاصی درس می خوانند.

کسانی که به صورت تخصصی مطالعه می کنند افرادی هستند که مدیریت زمان دارند و بهترین زمان برای مطالعه را انتخاب می کنند و برنامه ریزی مناسبی برای درس خواندن انجام می دهند. در واقع نحوه مطالعه هر کتاب متفاوت است و باید با توجه به نوع کتاب روش صحیح مطالعه آن را انتخاب کرد تا یادگیری آن آسان تر شود در این مقاله تصمیم گرفتیم که نکات اساسی برای بهره وری بیشتر از مطالعه را به شما آموزش دهیم. هدف از آموزش این نکات این است که با مطالب کتاب به صورت کلی آشنا شده و اینکه بدانید چه زمانی لازم است برای مطالعه آن برنامه ریزی کنید.

نکات مهم برای درس خواندن

1- عنوان کتاب را نگاه کنید

در حقیقت با نگاه کردن به عنوان کتاب اولاً موضوع کتاب را درک می کنیم ثانیاً با مقایسه آن با عناوین مشابهی که قبلاً مطالعه شده است یک تصویر کلی از کتاب مورد نظر برای ما ساخته می شود.



2- مشخص کردن مولف کتاب

می توانیم با دیدن نام مولف و میزان تجربه او به اهمیت متن پی ببریم.

3- کتاب مورد نظر در چه تاریخی منتشر شده و یا اینکه این کتاب چاپ قدیم است یا جدید

تا این جا مطالبی را بررسی کردیم که می توانیم با میزان اعتبار کتاب و اهمیت مطالب داخل آن آشنا شویم که با اطمینان این کتاب را مطالعه کنیم.

4- خواندن مقدمه کتاب

ببینیم که نویسنده برای چه افرادی این کتاب را نوشته و منظور او از نوشتن کتاب چه چیزی بوده است.

5- ساختمان هر فصل از کتاب را بررسی کنید

باید بدانیم که آیا هر فصل از کتاب عنوان های جداگانه ای دارد و اینکه آیا در پایان هر فصل خلاصه آن نوشته شده است.

6- قسمت خلاصه کتاب

مطمئنا اکثر کتاب های معتبر از قسمتی تحت عنوان خلاصه و یا نتیجه گیری برخوردار می باشند اگر با کتابی برخورد کردید که از این قسمت برخوردار بود حتما در آغاز مطالعه از آن قسمت شروع کنید.

7- حتما به منابع و اصطلاحاتی که در پایان هر کتاب نوشته شده است، توجه داشته باشید

این مرحله به این منظور است که با اصطلاحات بیشتر آشنا می شوید و درک شما از مطالب بالاتر می رود.

عوامل موثر در مطالعه

در مطالعه و یادگیری عوامل گوناگونی نقش دارند و چون این موضوع از اهمیت بالایی برخوردار است به ذکر عواملی که ارتباط موثر در مطالعه و درس خواندن دارند می پردازیم.

1- یکی از عواملی که نقش مهمی در درس خواندن دارد مکان مطالعه می باشد

محیط مطالعه باید به گونه ای باشد که فرد را به خواندن درس تشویق کند و عواملی که مانع از مطالعه می شود در آن محیط نباشند مانند سرو صدا و رفت و آمد و...

2- میزان نور محیط از اهمیت زیادی برخوردار است

نور اتاق مطالعه هر چه طبیعی تر باشد بهتر است به این دلیل توصیه شده اگر در اتاق شما پنجره ای بود میز خود را در کنار آن قرار دهید البته نباید عوامل مزاحم کننده در اطراف پنجره باشند اما اگر می خواهید از نور چراغ مطالعه استفاده کنید باید از سمت شانه ای که مخالف دستی که با آن می نویسید بتابد.

3- صدای محیط به میزان کافی باشد نه زیاد و نه کم

این نکته از این جهت اهمیت دارد که آرامش بیش از حد می تواند به شخص حالت خواب آلودگی بدهد و در عین حال سرو صدای بیش از حد هم باعث بر هم زدن تمرکز حواس حین مطالعه می شود.

4- باید میز مطالعه و صندلی مناسبی برای آموزش انتخاب کنید

حتما صندلی ای انتخاب کنید که وقتی روی آن مینشینید باسن شما موازی زمین قرار گیرد نکته دوم اینکه لبه ی میز با روی صندلی حدود 20 سانتیمتر فاصله داشته باشد.

5- باید به گونه ای متن را نگاه کنید که از خستگی زود رس چشم و از سردرد های ناشی از مطالعه جلوگیری کند

برای این منظور فاصله ای که در نظر گرفته شده است تقریبا 50 سانتیمتر می باشد.

6- فردی که مطالعه می کند باید از عواملی که باعث ایجاد خستگی او می شوند جلوگیری و اجتناب کند

برای این منظور طریقه صحیح نشستن روی صندلی به این صورت است که کمر کاملا صاف شده و فقط یک انحنای بسیار کوچک در قسمت پایین کمر داده شود بهتر است کف پاها کاملا روی زمین قرار گیرد.

نتیجه گیری

در این مقاله تحت عنوان چگونه درس بخوانیم به شما روش های صحیح مطالعه و درس خواندن را آموزش دادیم. شما با استفاده از این مقاله می توانید روند درس خواندن خودتان را بهبود ببخشید. هر کتابی روش مخصوص خود برای مطالعه را دارد ولی در مطالعه یک سری اصول وجود دارد که اگر رعایت شود **تمرکز ذهن** را بالا می برد و چون از **راه های افزایش تمرکز** استفاده می شود از **روش های تند خوانی** هم محسوب می شود.

قبل از خواندن کتاب باید به عنوان، مولف، تاریخ، مقدمه، ساختمان هر فصل، خلاصه، منابع و اصطلاحات توجه کرد. در هنگام مطالعه نور، صدا و سایر عوامل محیطی همچون میز و صندلی باید کنترل شود و البته فاصله از متن و طریقه نشستن روی صندلی بسیار مهم است. رعایت این نکات از **روش های تقویت حافظه** ای محسوب می شود که همچون یک **داروی تقویت حافظه** روی ما موثر است. در صورت مشاهده ی این نتایج **اعتماد به نفس** ما هم افزایش خواهد یافت.

چنانچه موفق به اتمام این مقاله در مدت زمان تخمینی نشده اید به سایت **تست تندخوانی** مراجعه نمایید.

خواهشمندیم با دیدگاه سازنده خود ما را در ارائه هرچه بهتر مقالات یاری نمایید

تیم آموزشی ماهان تیموری

نویسنده: ماهان تیموری

ارائه دهنده آموزش های **کسب و کار** ، **کارآفرینی** ، **هوش مالی**