

الوحدة العاشرة

التفوق في الاختبارات

الأهداف

- التعرف على طبيعة الاختبارات الدراسية وأنواعها
- قياس مدى معرفة الطالب بالتحضير للاختبارات
- تصحيح نظرة الطالب للاختبارات
- تطبيق الوسائل المثلى للاستعداد للاختبارات

استبانة

إستراتيجيات الاختبارات

الاختبارات وأنواعها

يمر الطالب في حياته بعدد كبير من الاختبارات بغض النظر عن اختلاف أنواعها أو مدى أهميتها فإن الغرض منها:

- تقييم مدى تحصيل الطالب الدراسي

- تقييم مدى أدائه الأكاديمي

الاختبارات وأنواعها

- الاختبارات القصيرة (quiz):

(الغرض منها تأكيد تواصل الطالب المستمر والدائم مع المادة)

الاختبارات وأنواعها

- الاختبارات الشهرية أو الدورية (Major Or midterm) :

1. لتقييم تحصيل الطالب في فترات متفاوتة خلال الفصل الدراسي

2. لإعطاء الطالب فرصة لتحسين وضعه الدراسي

3. لمعرفة مدى فهمه للمادة

الاختبارات وأنواعها

- - الاختبارات النهائية (Final) :

1. تكون عادة شاملة لجميع فقرات المقرر الدراسي

2. لتقييم الفهم العام للطالب

3. لتقييم التحصيل النهائي من المقرر

الاختبارات وأنواعها

- أنواع الاختبارات من حيث نوع الأسئلة:

1- أسئلة الاختيارات المتعددة

2- أسئلة ملء الفراغ

3- الأسئلة التحريرية أو التعبيرية

4- أسئلة المسائل الحسابية

الاختبارات: كيف نراها ؟

- يعتمد مدى تحصيل الطالب في الاختبارات وأدائه فيها على نظرتة إليها من حيث

1- النظرة للمسمى : لا للامتحان - نعم للاختبار.

2- طبيعة الاختبار: عند الامتحان يكرم المرء أو يهان -

(عند الاختبار يحاول الطالب أن يجني ثمرة ما حصل ونتيجة ما اجتهد لا أن يهان ويذل).

الاختبارات: كيف نراها ؟

3- من حيث القدرة على الاختبار: الأداء المتميز في الاختبار يرتبط بـ

- القدرة على التعامل مع الاختبارات بروح عالية ومتفائلة
- نفسية مرتفعة وجازمة
- عدم التفكير بأن الوضع عسير
- صراع مع النفس ورهبة من الموقف

سيؤدي ذلك الى:
مزيد من القلق والإحباط السلبي

الاختبارات: كيف نراها ؟

بل يجب أن تدخل الاختبار بكل:

1. ثقة
2. واعتزاز للتحدي
3. إثبات النفس
4. الروح المعنوية المرتفعة .

الاستعداد للاختبارات

الاستعداد قبل الاختبارات

1- لتعزيز الثقة بالنفس :-

- فكر بالنجاح والامتياز

- فكر في كيف واطرک لماذا

- ثق بتوفيق الله تعالى ثم ثق بنفسك ولا تفكر في الفشل مطلقاً

- لا تردد العبارات السلبية

- كن متفائلاً وردد عبارات إيجابية مثل : أنا قادر ، أنا مستعد ،

الاختبار سهل وبسيط

- احذر الغش أو المحاولة فيه - من غشنا فليس منا

- تقرب إلى الله بالعبادة والصلاة وقراءة القرآن - قال صلى الله عليه

وسلم : اللهم لا سهل إلا ما جعلته سهلاً وأنت تجعل الحزن إذا شئت سهلاً

الاستعداد للاختبارات

الاستعداد قبل الاختبارات والتعامل مع القلق المصاحب

2- نظم وقتك : المذاكرة مبكراً بهدف وبحماس وبرغبة صادقة

- ذاكر أولاً بأول

- كون جدولاً للمذاكرة

الاستعداد للاختبارات

3- التهيئة النفسية والجسدية:
أ-خفف من المنبهات

ب- ذاكر في مكان مناسب

ج- تفادي الملهيات (الهاتف – التلفاز)

د- نم مبكراً

هـ - تفادي تشتيت الذهن (الهموم، أحلام اليقظة، المشاكل الشخصية ، التفكير في غير الدراسة.

الاستعداد للاختبارات

4- التهيئة الدراسية:

- درب نفسك على اختبارات سابقة
- استفد من الملخصات التي عملتها (فائدة كبيرة في وقت قصير)
- تحديد الوقت
- الموضوع الذي سيتم مذاكرته (ترك الأحاديث الجانبية)

5- القلق

استراتيجيتك اثناء الاختبارات

- حاول الحضور مبكراً لقاعة الاختبار
- استفتح بالبسملة والدعاء بالتيسير والتوفيق للصواب
- انتبه للتعليمات التي تبدأ الأسئلة بها
- اقرأ ورقة الأسئلة قراءة سريعة ، حدد الوقت المتاح لكل سؤال ، ابدأ بالأسهل
- وزع وقتك على حسب أهمية السؤال وقيمة الدرجة ولا تترك سؤال بدون إجابة
- تأكد من فهمك للسؤال قبل الإجابة (فهمك للسؤال يكون نصف الإجابة)
- حاول أن تراجع إجاباتك قبل تسليم ورقة الإجابة

بعد الاختبار

- تعرف على أخطائك و أسبابها
- احرص على تلافيتها مستقبلاً
- ركز جهدك وفكر في اختبارات المواد القادمة

تجارب طلابية