

ಪೋಷಕರೇ, ಇದು ಪರೀಕ್ಷೆಯ ಕಾಲ!

ಶಿಕ್ಷಣ ಕ್ಷೇತ್ರದಲ್ಲಿ ಮಕ್ಕಳ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಮೌಲ್ಯಗಳನ್ನು ಬಿಂಬಿಸುವ ನಿಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ಶಿಕ್ಷಕರು ಮತ್ತು ಪೋಷಕರ ಪಾತ್ರವು ಬಹಳ ಹಿರಿದಾಗಿದೆ. ಇತ್ತೀಚಿನ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಇಂತಹ ಮೌಲ್ಯಗಳು ಮಾಯವಾಗುತ್ತಿರುವ ಸನ್ನಿವೇಶಗಳನ್ನು ಪ್ರತಿನಿತ್ಯ ಸುದ್ದಿ ಮಾಧ್ಯಮಗಳು ಹೊತ್ತು ತರುತ್ತಿವೆ. ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಶಿಕ್ಷಕರು ಮತ್ತು ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಪೋಷಕರು ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಜೀವನ ದೃಷ್ಟಿಕೋನದ ಪಾಠಗಳನ್ನು ಮೊಟ್ಟ ಮೊದಲು ಕಲಿಸಬೇಕು. 'ಮನೆಯೇ ಮೊದಲ ಪಾಠ ಶಾಲೆ' ಎಂಬ ಉಕ್ತಿಯಂತೆ ತಂದೆ-ತಾಯಿಗಳು ಇದರ ಬಗ್ಗೆ ಬಹಳ ಸೂಕ್ಷ್ಮವಾಗಿ ಗಮನ ಹರಿಸಬೇಕು. ಪೋಷಕರು ಈ ಕೆಳಕಂಡ ಅಂಶಗಳನ್ನು ದಯಮಾಡಿ ಗಮನಿಸಿ, ಕೂಡಲೇ ಅವುಗಳನ್ನು ತಮ್ಮ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ತಿಳಿಸಬೇಕು.

• ಹೈಸ್ಕೂಲಿನಲ್ಲಿ ಓದುತ್ತಿರುವ ಮಕ್ಕಳ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ಪೋಷಕರೂ ಶಿಕ್ಷಕರೂ ಜಾಗೃತರಾಗಿರಬೇಕು. ಈ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಾಗುವ ಮಾನಸಿಕ ತುಮುಲಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಮೊದಲೇ ಅರಿವು ಮೂಡಿಸಬೇಕು. ಹಾಗೆಯೇ ದಿನವೂ ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ನಡೆದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ವಿಚಾರಿಸುತ್ತಿರಬೇಕು.

* ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಅಗತ್ಯವಿರುವಷ್ಟು ಮಾತ್ರ ದುಡ್ಡು ಕೊಡಬೇಕು. ಆಗಾಗ್ಗೆ ಖರ್ಚು-ವೆಚ್ಚಗಳ ಬಗ್ಗೆ ವಿಚಾರಿಸುತ್ತಿರಬೇಕು. ಇಲ್ಲವಾದಲ್ಲಿ ಮಕ್ಕಳ ದುಶ್ಚಟಗಳಿಗೆ ನೀವೇ ದಾರಿ ತೋರಿದಂತಾಗುತ್ತದೆ.

* ಮಕ್ಕಳು ಮನೆಗೆ ಬಂದಮೇಲೆ, ಓದುವಾಗ ತಂದೆ-ತಾಯಿಗಳು ಹಾಗೂ ಇತರ ಸದಸ್ಯರು ಟಿ.ವಿ. ನೋಡುವುದನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸಬೇಕು. ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಟಿ.ವಿ.ಯಲ್ಲಿ ನ್ಯಾಷನಲ್ ಜಿಯಾಗ್ರಾಫಿ, ಹಿಸ್ಟರಿ, ಅನಿಮಲ್ ಪ್ಲಾನೆಟ್, ಟೂರ್ಸ್ ಅಂಡ್ ಟ್ರಾವೆಲ್ಸ್, ಮಿಕ್ಕಿ ಮೌಸ್ ಇಂತಹ ವಾಹಿನಿಗಳನ್ನು ನೋಡುವಂತೆ ಹೇಳಬೇಕು.

* ಮಕ್ಕಳು ಪ್ರಬುದ್ಧರಾಗುವವರೆಗೂ ಮೊಬೈಲ್ ಫೋನ್ ಕೊಡಿಸಬೇಡಿ. ಹಾಗೆಯೇ ವೃಥಾ ಕಂಪ್ಯೂಟರ್ ಮುಂದೆ ಕೂರುವುದನ್ನೂ ತಪ್ಪಿಸಿ.

* ನಿಮ್ಮ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಬೇರೆಯವರ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಪದೇಪದೇ ಹೋಲಿಸಬೇಡಿ. ಜ್ಞಾನದ ಮಟ್ಟ ಮಕ್ಕಳಿಂದ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಬೇರೆಬೇರೆ ಯಾಗಿರುತ್ತದೆ ಎಂಬುದು ನಿಮಗೆ ಗೊತ್ತಿರಲಿ.

* ಶಿಕ್ಷಕರಿಂದ, ನೆರೆಹೊರೆಯವರಿಂದ ಮಕ್ಕಳ ಚಟುವಟಿಕೆ ಹಾಗೂ ಚಲನವಲನಗಳ ಬಗ್ಗೆ ವಿಚಾರಿಸುತ್ತಿರಿ. ಅವರು ಹೇಳಿದ ಮಾತಿನಲ್ಲಿ ಅನುಮಾನ ಬಂದರೆ ಮುಕ್ತವಾಗಿಯೇ ಅವರ ಹತ್ತಿರ ಚರ್ಚಿಸಿ, ಸೂಕ್ತ ಕ್ರಮ ಕೈಗೊಳ್ಳಿ ತಿಂಗಳಿಗೊಮ್ಮೆಯಾದರೂ ಅವರ ಶಾಲೆಗೆ ಭೇಟಿ ಕೊಡಿ.

* ಮಕ್ಕಳೊಂದಿಗೆ ತಂದೆ-ತಾಯಿಗಳು ಸ್ನೇಹಿತರಂತೆ ನಡೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಇದರಿಂದ ಮಕ್ಕಳು ಎಲ್ಲಾ ಘಟನೆಗಳನ್ನು ನಿಮ್ಮ ಹತ್ತಿರ ಮುಚ್ಚುಮರೆ ಇಲ್ಲದೆ ಹೇಳಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಇದರಿಂದ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ನೀಡಲು ನಿಮಗೂ ಅನುಕೂಲವಾಗುತ್ತದೆ.

* ತಂದೆ-ತಾಯಿಗಳು ತಮ್ಮ ಮಕ್ಕಳ ಸಹಪಾಠಿಗಳು ಯಾರೆಂದು ಗಮನಿಸುತ್ತಿರಬೇಕು. ಅವರ ನಡೆ-ನುಡಿ, ಹವ್ಯಾಸ ಇತರ ವಿಚಾರಗಳ ಬಗ್ಗೆಯೂ ತಿಳಿದುಕೊಂಡಿರಬೇಕು. ಅನುಮಾನ ಬಂದಲ್ಲಿ ಅಂತಹ ಸಹಪಾಠಿಗಳ ಸಹವಾಸವನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿ.

* ಯಾವ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲೂ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಎಲ್ಲರ ಎದುರೂ ದಂಡಿಸಬಾರದು. ಜೊತೆಗೆ ಮನೆಗೆ ದಿನಪತ್ರಿಕೆ ಮತ್ತು ಒಳ್ಳೆಯ ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು ತರಿಸಿ, ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಓದುವ ಅಭ್ಯಾಸ ರೂಢಿಸಿ. ನೀವೂ ಆ ಅಭ್ಯಾಸವನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳಿ, ಮಕ್ಕಳ ಎದುರು ಯಾರನ್ನೂ ನಿಂದಿಸುವುದನ್ನಾಗಲಿ, ಯದ್ವಾತ್ಯದ್ವಾ ಹೊಗಳುವುದನ್ನಾಗಲೀ ಮಾಡಬೇಡಿ. ಇನ್ನೊಬ್ಬರನ್ನು ಗೌರವಿಸುವುದನ್ನು ಕೂಡ ಚಿಕ್ಕಂದಿನಿಂದಲೇ ಹೇಳಿಕೊಡಿ.

* ಈಗಿನ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ತಂದೆ-ತಾಯಿ ಇಬ್ಬರೂ ಕೆಲಸಕ್ಕೆ ಹೋಗುವುದರಿಂದ ಮಕ್ಕಳ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ಬಹಳ ವ್ಯತ್ಯಾಸ ಕಂಡುಬರುತ್ತದೆ. ಅಂತಹ ತಂದೆ-ತಾಯಿಗಳು ಮಕ್ಕಳ ವಿಚಾರದಲ್ಲಿ ವಿಶೇಷ ಜಾಗ್ರತೆಯನ್ನು ವಹಿಸುವುದು ಕ್ಷೇಮ. ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಮುಂದೆ ಪಶ್ಚಾತ್ತಾಪ ಪಡಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ.

* ಶಿಕ್ಷೆ ಇಲ್ಲದೇ ಶಿಸ್ತುಬರುವುದಿಲ್ಲ ಎಂಬ ತಪ್ಪುನಂಬಿಕೆ ನಮ್ಮ ತಂದೆ-ತಾಯಿಗಳಲ್ಲೂ ಶಿಕ್ಷಕರಲ್ಲೂ ಇದೆ. ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಪ್ರೀತಿ, ಆತ್ಮೀಯತೆ ಹಾಗೂ ಭದ್ರತೆಯ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿಯಹೇಳಿದರೆ ಅದು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ.

* ತಮ್ಮ ಮಕ್ಕಳು ಅತೀ ಬೇಗ ಬುದ್ಧಿವಂತರಾಗಬೇಕು, ವಿದ್ಯಾವಂತರಾಗಬೇಕು, ಇಂಗ್ಲಿಷ್‌ನಲ್ಲಿ ಮಾತಾಡಲು ಕಲಿಯಬೇಕು ಎಂಬ ಆಶಾಭಾವನೆ ತಂದೆ-ತಾಯಿಗಳಲ್ಲಿ ವ್ಯಕ್ತವಾಗುತ್ತಿರುವುದು ಶೋಚನೀಯ ವಿಚಾರ. ಹೀಗಾಗಿ ಅರಿಯದ ಮಕ್ಕಳ ಮೇಲೆ ವಿನಾ

ಕಾರಣ ಒತ್ತಡವನ್ನು ಹೇರಬೇಡಿ. ಮೊದಲು ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಮನುಷ್ಯರನ್ನಾಗಿ ಮಾಡುವುದು ಮುಖ್ಯ.

ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಶಿಕ್ಷಕರ ಪಾತ್ರ

* ಎಲ್ಲಾ ತಂದೆ-ತಾಯಿಗಳೂ ಶಿಕ್ಷಕ ವೃತ್ತಿಯಲ್ಲಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಎಲ್ಲಾ ಶಿಕ್ಷಕರೂ ತಂದೆ-ತಾಯಿಗಳಾಗಿರುತ್ತಾರೆ. ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಉತ್ತಮ ಶಿಕ್ಷಣವನ್ನು ಕೊಡಲು ಒಳ್ಳೆಯ ವಾತಾವರಣವನ್ನು ನಿರ್ಮಿಸಲು ಸಿದ್ಧರಾಗಿ.

* ಮೊದಲು ಶಿಸ್ತು; ನಂತರ ಕಲಿಕೆ. ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಸ್ವಂತ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ನೋಡುವಂತೆ, ಶಾಲೆಯಲ್ಲೂ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ತಮ್ಮ ಮಕ್ಕಳಂತೆಯೇ ನೋಡಿ. ಕಲಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಹಿಂದುಳಿದಿರುವ ಮಕ್ಕಳ ಬಗ್ಗೆ ತುಸು ಹೆಚ್ಚಿನ ಗಮನ ಹರಿಸಿ. ಯಾವ ಮಕ್ಕಳ ಆತ್ಮಗೌರವಕ್ಕೂ ಧಕ್ಕೆಯಾಗದಂತೆ ವರ್ತಿಸಬೇಕು.

* ಶಿಕ್ಷಕರು ಪ್ರತಿನಿತ್ಯದ ತಮ್ಮ ಪಾಠಗಳನ್ನು ಮಾಡುವುದರ ಜತೆಗೆ ಜೀವನ ದೃಷ್ಟಿಕೋನ ಪಾಠವನ್ನು ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಹೇಳಬೇಕು.

.

ಪರೀಕ್ಷೆ ಬರೆವ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಟಿಪ್ಪಣಿ

ಇನ್ನೇನು ಎಸೆಸ್‌ನಲ್ಲಿ ಪರೀಕ್ಷೆ ಬಂತು. ಹೀಗಾಗಿ ಲಕ್ಷಾಂತರ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳೂ ಅವರ ತಾಯ್ತಂದೆಗಳೂ ಟೆನ್ಷನ್ ಅನುಭವಿಸುತ್ತಿರುತ್ತಾರೆ. ಏಕೆಂದರೆ, ಇದು ಜೀವನದ ಟರ್ನಿಂಗ್ ಪಾಯಿಂಟ್. ಇದನ್ನು ಗಮನದಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಂಡು ಮಕ್ಕಳು ಅನುಸರಿಸಬೇಕಾದ ಕೆಲವು ಅಂಶಗಳನ್ನು ಇಲ್ಲಿ ಟಿಪ್ಪಣಿಯಂತೆ ಕೊಡುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ಮಕ್ಕಳೂ ತಂದೆ-ತಾಯಿಗಳೂ ಇದನ್ನೊಮ್ಮೆ ಓದಿಕೊಂಡರೆ ಒಳ್ಳೆಯದು. ಏಪ್ರಿಲ್ 1 ರಿಂದ ಪರೀಕ್ಷೆಗೆ ಹೋಗುವ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ 'ಸುಖಿ ವಿಜಯ' ಶುಭ ಕೋರುತ್ತದೆ.

ವಿದ್ಯೆ+ಅರ್ಥಿ=ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ ಎಂದರೆ 'ವಿದ್ಯೆಯನ್ನು ಬೇಡುವವನು' ಎಂದರ್ಥ. ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರ ಜೀವನದಲ್ಲೂ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ ಜೀವನ ಬಹಳ ಮುಖ್ಯವಾದುದು. ಜೀವನದ ನಡೆ, ನುಡಿ, ಶಿಸ್ತು

ಮತ್ತು ಸುಖಬಾಳ್ವೆಯು ನಮ್ಮ ವಿದ್ಯಾರ್ಜನೆಯನ್ನು ಅವಲಂಬಿಸಿರುತ್ತದೆ. ಅಂದಮೇಲೆ ಪ್ರತೀ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಯೂ ಇದಕ್ಕೆ ಬಹಳ ಮಹತ್ವವನ್ನು ಕೊಡಲೇಬೇಕು. ಹಾಗಾದರೆ ಈ ಕೆಳಕಂಡ ನುಡಿಮುತ್ತುಗಳನ್ನು ಹಾಗೆಯೇ ಮನಸಿಟ್ಟು ಓದಿಕೊಳ್ಳಿ. ಇದೆಲ್ಲವನ್ನೂ ನಿಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಅಳವಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ಹೀಗೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ಉನ್ನತ ಶ್ರೇಣಿಯಲ್ಲಿ ತೇರ್ಗಡೆ ಹೊಂದುವುದರ ಜೊತೆಗೆ ಓದಿದ ಶಾಲೆಗೂ ತಂದೆ-ತಾಯಿಗಳಿಗೂ ಹಾಗೂ ಸಮಾಜಕ್ಕೂ ಗೌರವವನ್ನು ತಂದುಕೊಡಿ. ಆಗ, ನಿಮ್ಮ ಸುತ್ತಲಿನ ಸಮಾಜ ನಿಮ್ಮ ಬಗ್ಗೆ ಹೆಮ್ಮೆ ಪಡುತ್ತದೆ.

*ಪ್ರತಿನಿತ್ಯ ಎದ್ದ ನಂತರ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಹಿರಿಯರಿಗೆ, ತಂದೆ-ತಾಯಿಗೆ ನಮಸ್ಕರಿಸಿ. ಹಾಗೆಯೇ ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಗುರುಗಳನ್ನು ಹೆದರಿಕೆಯಿಂದ ಗೌರವಿಸುವ ಬದಲು ಪ್ರಾಮಾಣಿಕವಾಗಿ ಗೌರವಿಸಿ. ಇವರನ್ನು ಪ್ರಾತಃ ಸ್ಮರಣೀಯರೆಂದೇ ಕರೆಯುತ್ತಾರೆ. ಇದು ಶಿಸ್ತಿನ ಮೊದಲ ಮೆಟ್ಟಿಲು.

*ಕಲಿಕೆಗೆ ಏಕಾಗ್ರತೆ, ಶ್ರದ್ಧೆ ಮತ್ತು ತನ್ನಲ್ಲಿರುವ ನಂಬಿಕೆ ಬಹಳ ಮುಖ್ಯ. ಶ್ರದ್ಧೆಯಿಂದ ಅಭ್ಯಾಸವನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸುತ್ತಲೇ ಇದ್ದಾಗ ಅದು ಏಕಾಗ್ರತೆಯ ದಾರಿಯನ್ನು ತೋರಿಸುತ್ತದೆ. ಅಭ್ಯಾಸವೆಂದರೆ ಪುನಃ ಪುನಃ ಓದುವ ಪ್ರಯತ್ನ.

*ಅಂದಿನ ಪಾಠವನ್ನು ಅಂದೇ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಬೇಕು. ಯಾವ ಕಾರಣಕ್ಕೂ ಮುಂದೂಡಬಾರದು. ಪ್ರಾರಂಭದಿಂದಲೇ ಇಂತಹ ಹವ್ಯಾಸವನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಂಡರೆ ಪರೀಕ್ಷಾ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಭಯ ಪಡಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ.

*ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿರುವ ವೇಪಟ್ಟಿಯಂತೆ, ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಓದುವಾಗಲೂ ವೇಳಾಪಟ್ಟಿಯನ್ನು ಹಾಕಿಕೊಂಡು ವ್ಯವಸ್ಥಿತವಾಗಿ ಓದಬೇಕು. ಇದರಿಂದ ಯಾವ ಯಾವ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಏನನ್ನು ಓದಬೇಕೆಂಬುದು ಸರಿಯಾಗಿ ಗೊತ್ತಾಗುತ್ತದೆ.

*ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಬೇಗ ಎದ್ದು ಓದುವ ಅಭ್ಯಾಸ ಬಹಳ ಸೂಕ್ತ. ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 4 ರಿಂದ 8 ಗಂಟೆ, ಸಾಯಂಕಾಲ ಶಾಲೆಯಿಂದ ಬಂದು ಸ್ವಲ್ಪ ಆಟೋಟದ ನಂತರ 7 ರಿಂದ 10 ಗಂಟೆಯವರೆಗೆ ಕೂತು ಓದಿರಿ. ಹಾಗೆಯೇ ಬೆಳಿಗಿನ ಜಾವ ಐದು ಗಂಟೆಗೆ ಎದ್ದು ಓದಿಕೊಳ್ಳಿ. ಆಗ ವಿದ್ಯುತ್ ಕಾಂತೀಯ ತರಂಗಗಳು ಶುದ್ಧವಾಗಿರುವುದರಿಂದ ಏನನ್ನು ಓದಿದರೂ, ಕೇಳಿದರೂ, ನೋಡಿದರೂ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಬಹಳ ಬೇಗ ಅರ್ಥವಾಗುತ್ತದೆ. ಜೊತೆಗೆ ವಾತಾವರಣವೂ ಪ್ರಶಾಂತವಾಗಿರುತ್ತದೆ.

*ಬೆಳಗ್ಗೆ ಎದ್ದು ಯಾವ ಪಠ್ಯವನ್ನು ಓದಬೇಕೋ ಆ ಪಠ್ಯವನ್ನು ಹಿಂದಿನ ರಾತ್ರಿಯೇ ಹಾಸಿಗೆಯ ಪಕ್ಕದಲ್ಲಿ ಸಿದ್ಧಪಡಿಸಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ, ಬೆಳಗ್ಗೆ ಎದ್ದು ಹುಡುಕುವ ಸಾಹಸ ಮಾಡಬೇಡಿ. ಇದರಿಂದ ಸಮಯ ವ್ಯರ್ಥವಾಗುತ್ತದೆ.

*ಓದುವ ಕೋಣೆ ಪ್ರಶಾಂತವಾಗಿ, ನಿಶ್ಯಬ್ದವಾಗಿರಲಿ. ಓದುವಾಗ ಒಂದು ಲೋಟ ನೀರನ್ನು ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ, ನಿಂದೆ ಬರಲು ಶುರುವಾದರೆ ತಣ್ಣೀರಿನಲ್ಲಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ, ಮುಖ ತೊಳೆದುಕೊಳ್ಳಿ,

*ಎಲ್ಲಾ ವಿಷಯಗಳನ್ನೂ ಓದುವ ಕುತೂಹಲ, ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳಿ, ಕಷ್ಟವಾದುದನ್ನು ನಂತರ ಓದುತ್ತೇನೆಂಬ ಭಾವನೆ ಬೇಡ. ಎಲ್ಲಾ ಪಠ್ಯವನ್ನೂ ಓದಲೇಬೇಕು. ಎಲ್ಲದರಲ್ಲೂ ತೇರ್ಗಡೆ ಹೊಂದಲೇಬೇಕಲ್ಲವೇ?

*ಸಾಯಂಕಾಲದ ವೇಳಾಪಟ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ಬರೆಯುವ ಹವ್ಯಾಸವನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳಿ, ಹಿಂದಿನ ವರ್ಷಗಳ ಪ್ರಶ್ನೆ ಪತ್ರಿಕೆಗಳನ್ನು ಉತ್ತರಿಸುವ ಅಭ್ಯಾಸವನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭದಲ್ಲೇ ಮಾಡಿದರೆ, ನಮ್ಮ ಅಕ್ಷರವೂ ಚೆನ್ನಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಮೇಲಾಗಿ ಪರೀಕ್ಷೆಯಲ್ಲಿ ಉತ್ತರವನ್ನು 3 ಗಂಟೆಯ ಅವಧಿಯೊಳಗೇ ಉತ್ತರಿಸುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ಹೊಂದುತ್ತೀರಿ.

*ಆ ದಿನ ಓದಿದ ಪಠ್ಯದ ಬಗ್ಗೆ ಸ್ನೇಹಿತರೊಂದಿಗೆ ಚರ್ಚೆ ಮಾಡುತ್ತಿರಬೇಕು. ಏನಾದರೂ ಸಂಶಯಗಳು ಬಂದಾಗ ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಶಿಕ್ಷಕರ ಜೊತೆಯಾಗಲೀ ಅಥವಾ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಹಿರಿಯರಿಂದ ಅನುಮಾನಗಳನ್ನು ಪರಿಹರಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ,

*ಓದುವ ಕೋಣೆಯ ಗೋಡೆಯಲ್ಲಿ ಒಂದು ಬಾಕ್ಸ್ ತಯಾರು ಮಾಡಿ ಅದರಲ್ಲಿ ಗಣಿತ/ಭೌತಶಾಸ್ತ್ರದ ಸೂತ್ರಗಳನ್ನು ಬರೆದಿಡಿ. ಅದು ಆಗಾಗ್ಗೆ ನಿಮ್ಮನ್ನು ನೋಡು/ಓದು ಎಂಬಂತೆ ಎಚ್ಚರಿಸುತ್ತಿರುತ್ತದೆ.

*ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಈಗ ಎರಡು ಶತ್ರುಗಳಿದ್ದಾರೆ. ಅವೇ ಮೊಬೈಲ್ ಮತ್ತು ಟಿ.ವಿ. ಇವೆರಡರಿಂದಲೂ ಓದುವ ಮಕ್ಕಳು ದೂರವಿದ್ದರೆ ಒಳ್ಳೆಯದು.

*ಓದುವ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ನನ್ನ ಸಹಪಾಠಿಗಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಅಂಕಗಳನ್ನು ತೆಗೆಯಲೇಬೇಕೆಂಬ ಸ್ಪರ್ಧಾತ್ಮಕ ಪ್ರವೃತ್ತಿಯನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳಿ, ಇದು ಒಳ್ಳೆಯ ಹವ್ಯಾಸ.

*ಮನಸ್ಸು ಮತ್ತು ದೇಹ ಇವೆರಡೂ ಸಹಾ ತುಮುಲ ಪಡುವ ಕಾಲ/ವಯಸ್ಸು ಈ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಇವೆರಡನ್ನೂ ನಿಯಂತ್ರಣದಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಶಾಲೆ, ಪಠ್ಯ, ತಂದೆ-ತಾಯಿ,

ಮನೆ ಇತ್ಯಾದಿಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಪ್ರೀತಿ-ವಿಶ್ವಾಸ ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳಿ

*ಹಿತ-ಮಿತವಾಗಿ ಸಕಾಲದಲ್ಲಿ ತಿಂಡಿ-ಊಟ ಮಾಡಬೇಕು. ಆಗ ಮನಸ್ಥಿತಿ ನಮ್ಮ ಹತೋಟಿಯಲ್ಲಿದ್ದು ಓದಲು ಸಹಕರಿಸುತ್ತದೆ.

*'ಧೈರ್ಯಂ ಸರ್ವತ್ರ ಸಾಧನಂ' ಎಂಬಂತೆ ಯಾವಾಗಲೂ ಧೈರ್ಯದಿಂದಿರಿ. ಹೆದರಿಕೆಯು ಜ್ಞಾಪಕ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಿ, ಓದಿದ್ದೆಲ್ಲವನ್ನೂ ಮರೆಸುತ್ತದೆ.

*ಇನ್ನು ಪರೀಕ್ಷೆಗೆ ಹೋಗುವ ಸಮಯ ಬಂತು, ಹಿಂದಿನ ದಿನವೇ ಪರೀಕ್ಷೆಯ ವೇಳಾಪಟ್ಟಿಯನ್ನು ನೋಡಿ ಯಾವ ಪಠ್ಯ ಸಮಯ ತಿಳಿದುಕೊಂಡು ಪರೀಕ್ಷಾ ಕೊಠಡಿಗೆ 15 ನಿಮಿಷ ಮುಂಚಿತವಾಗಿಯೇ ಹೋಗಿ. ನೇರವಾಗಿ, ನಿಮಗೆ ಕಾಯ್ದಿರಿಸಿದ ಜಾಗಕ್ಕೆ ಹೋಗಿ ಆರಾಮಾಗಿ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳಿ, ಕೊನೆಯ ಕ್ಷಣದಲ್ಲಿ ಗಡಿಬಿಡಿಯಿಂದ ಪುಸ್ತಕ ಮಗುಚುವುದು, ತಲೆ ಕೆಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಏನನ್ನೂ ಮಾಡಬೇಡಿ.

* ಅಂದಂದಿನ ಪರೀಕ್ಷೆ ಮುಗಿದ ತಕ್ಷಣ, ಅದನ್ನು ಮರೆತುಬಿಡಿ. ನಿಮ್ಮ ಗಮನವೇನಿದ್ದರೂ ಮರುದಿನದ ವಿಷಯದ ಕಡೆಗೆ ಇರಲಿ.

*ಪರೀಕ್ಷೆಯ ಕೊಠಡಿಯ ಹತ್ತಿರ ಹೊರಗೆ ನಿಂತು ಬಾಯಿಪಾಠ ಮಾಡುವ ಅಭ್ಯಾಸ ಬೇಡ.

*ಇಡೀ ಪ್ರಶ್ನೆಪತ್ರಿಕೆಯನ್ನೂ ಮೇಲಿಂದ ಕೆಳಗಿನವರೆಗೂ ಸಮಾಧಾನವಾಗಿ ಓದಿ. ಇದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ನಿಮಗೆ 15 ನಿಮಿಷ ಕಾಲಾವಕಾಶ ಕೊಟ್ಟಿರುತ್ತಾರೆ. ಸುಲಭವಾಗಿರುವ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಮೊದಲೇ ಉತ್ತರಿಸಿ. ಆಗ ತನ್ನಿಂತಾನೇ ನಿಮ್ಮ ಆತ್ಮಸ್ಥೈರ್ಯ ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತದೆ.

*ಯಾವಾಗಲೂ ನಗುತ್ತಾ ಇರಿ. ಕೋಪದ ಸಹವಾಸ ಬೇಡ.

*'ಆರೋಗ್ಯವೇ ಭಾಗ್ಯ' ಎಂಬಂತೆ ಮೊದಲು ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ, ಆರೋಗ್ಯ ಚೆನ್ನಾಗಿದ್ದರೆ ಓದಲು ಉತ್ಸಾಹ ಬರುತ್ತದೆ. ಚೆನ್ನಾಗಿ ಓದಿದರೆ ಭವಿಷ್ಯದ ಬಾಳು ಅಚ್ಚ ಹಸಿರಾಗಿರುತ್ತದೆ.