



بسم الله الرحمن الرحيم

مهارت‌های آزمونی در کنکور سراسری

پیش فرض

* داوطلب دانش کافی را کسب کرده است.

• داوطلب به مهارت نسبی نیز دست یافته است **اما** :

نتایج آزمون‌های تستی، دانش و مهارت را تأیید نمی‌کند.

* به عبارت دیگر بروز این دانش و مهارت در جلسه آزمون با اشکال روبرو است.

* موارد قابل بحث قبل از جلسه آزمون و تأثیرگذار در نتیجه :

- ▶ خستگی (عدم استراحت کافی قبل از آزمون)
- ▶ مطالعه تا آستانه جلسه آزمون همراه با استرس
- ▶ آگاهی از عدم تسلط علمی و نگرانی ناشی از آن
- ▶ تغذیه نامناسب قبل از آزمون (خصوصاً صبحانه)
- ▶ عدم تغذیه یا تغذیه نامناسب در جلسه آزمون
- ▶ عادت نکردن به زمان و تنوع موضوعات آزمون
- ▶ توقع ذهنی در برخی دروس و مباحث و احساس برآورده نشدن توقعات
- ▶ فشار عصبی نتیجه آزمون (در برخی اوقات همراه با عوارض جسمی)

* افکار همراه با آزمون

(برخی از موارد ، ادامه مسائل قبل از آزمون می باشد)

▶ نگرانی از کوتاهی زمان و نرسیدن به برخی سوالات

▶ استرسِ عواقب عدم تحقق ذهنیت‌ها

▶ استرسِ ناشی از عواقب پاسخگویی به دیگران

▶ نگرانی از کوتاهی زمان و نرسیدن به برخی سوالات

▶ تناسب بستن وضعیت خود در آزمون آزمایشی در مقایسه با کنکور سراسری

▶ پیش داورى‌ها  راضی از فعالیت‌های قبلی ← انتظار درصد بالا ← بهم ریختن در اثر بی‌پاسخ گذاشتن چند سؤال

▶ نگران از عدم فعالیت مطلوب ← توقع درصد پایین ← فقدان تمرکز لازم برای درک سوالات

* مهارت آزمونی در سه مرحله عملیات پاسخگویی

۱) ادراک سؤال ▶

۲) پردازش و تحلیل ▶

۳) اجرا و پاسخگویی ▶

۱) ادراک سؤال:

▶ مطالعه صورت سؤال

▶ فهمیدن صورت سؤال، توجه به تمام داده‌ها و تمرکز درخواست و مطلوب سؤال

▶ تطبیق با الگوهای یادگیری قبلی :

۱) در سوال‌های حافظه‌ای ← رجوع به محفوظات (حالت PDF)

۲) در سوال‌های استنتاجی و ترکیبی ← بازگشت به الگوهای پویای قبلی (حالت جستجوی فعال)

نکات پیشنهادی برای فهمیدن بهتر سؤال (در جلسه آزمون):

- ▶ با استفاده از مداد و مشخص کردن معلومات تست و خواسته‌های سؤال، از شتاب در خواندن و فهم نادرست جلوگیری می‌شود.
- ▶ توصیه می‌شود گزینه‌ها در هر صورت مورد توجه و مطالعه باشند خواندن آنها در تمرکز کردن و اشتباه نکردن در ادراک اهمیت زیادی دارد.
- ▶ توصیه به افرادی که با خواندن اولیه گزینه بی تأمل پاسخ می‌دهند:
از گزینه چهارم خواندن گزینه‌ها را آغاز کنید.

نکات مؤثر در فهمیدن بهتر و سریعتر سؤال (راه حل‌های دراز مدت):

- ▶ * افزایش گنجینه‌ی کلمات فرد با افزایش مطالعه در سال‌های قبل: مسابقات کتابخوانی و
- ▶ * افزایش سرعت مطالعه (همراه با دقت و فهم) با ایجاد تمرکز در دیدن (تمرکز بصری):
- ▶ تمرین و مسابقه لب خوانی، تمرین و مسابقه به یادسپاری ترتیب تصاویر زودگذر و

* در سال چهارم (راه حل‌های کوتاه مدت):

- ▶ پیشنهاد می‌شود امتحانات تستی با زمان کافی برگزار شود و به تدریج زمان کاهش یابد تا دانش آموز مجبور شود سرعت و تمرکز خود را افزایش دهد.
- ▶ دانش آموزان سعی می‌کنند برای حل تمرینات دقت زیادی داشته باشند وقتی در یک مبحث به اندازه کافی تست آموزشی حل کرد و مسلط تر شد زمان انجام تمرینات کاهش یابد.

(۲) پردازش و تحلیل

▶ قضاوت در مورد سؤال:

▶ قادر به پاسخگویی نیستیم $\leftarrow$ (تصمیم مدیریتی) با علامتی مشخص، از توجه داوطلب حذف می‌شود.

▶ قادر به پاسخگویی هستیم $\leftarrow$ اظهار نظر در ذهن در مورد روش حل، حجم و زمان لازم برای

پاسخگویی $\leftarrow$ تصمیم مدیریتی $\leftarrow$ زمان لازم برای پاسخگویی زیاد است $\leftarrow$ با علامت

مشخص دیگری، از این سؤال عبور کرده و حل آن به دور دوم واگذار می‌شود.

زمان لازم برای پاسخگویی برای تست مناسب است $\leftarrow$

به این تست پاسخ داده می‌شود.

* مشکلات پردازش و تحلیل صحیح در جلسه آزمون

▶ تشخیص اشتباه محصول موارد زیر است:

▶ (۱) ادراک نادرست سوال

▶ (۲) عدم تمرکز کافی: نگرانی‌های ناشی از نتیجه آزمون مهمترین علت آن است.

▶ (۳) عجله (نگرانی از کبود وقت): ضعف مدیریت آزمون

▶ (۴) مشکل علمی (عمق کم یادگیری): به جای یادگیری عمیق، به حفظ کردن ظاهری الگوهای سوال پرداخته شده است.

▶ (۵) عدم تعادل بین سرعت و دقت در پردازش و تحلیل (و پاسخگویی)

* نکات پیشنهادی پردازش صحیح سوال در جلسه آزمون

- (۱) مراحل یادگیری مورد بررسی قرار گیرد حتماً باید فرد قبل از اقدام به قضاوت سوال، حتماً دانش و مهارت کافی داشته باشد.
- (۲) حضور ذهن لازم در جلسه، برای یادآوری الگوهای دانشی مربوط به سوال لازم است. لوازم یادآوری نظیر خلاصه برداری، مشخص نمودن موارد مهم محفوظات لازم و تست‌های مهم و اساسی در یادآوری محفوظات و مفاهیم، در هنگام یادگیری فراهم شده و قبل از آزمون مرور شوند.
- (۳) بعد از یادگیری، حل تست‌های مبحث آموخته شده، دانش آموز قبل از حل تست، حجم و زمان لازم برای پاسخگویی را پیش بینی کرده و بعد از حل، دقت نظر خود را مورد ارزیابی قرار دهد.
- (۴) بعد از یادگیری و تسلط، استفاده از تست‌ها بصورت زمان‌دار، تعادل بین سرعت و دقت را فراهم می‌کند.

(۳) اجرا و پاسخگویی

► * یافتن پاسخ صحیح

► (۱) تعیین پاسخ صحیح با مقایسه گزینه‌ها (بدون محاسبه)

► (۲) تعیین پاسخ صحیح با محاسبه (مسائل)

► * وارد کردن در پاسخنامه

► (۱) پرکردن پاسخنامه به صورت تک به تک

► (۲) پر کردن پاسخنامه به صورت گروه

* نکات پیشنهادی یافتن پاسخ صحیح:

- (۱) حتماً باید در مقایسه گزینه‌ها تمام آنها خوانده شود.
- (۲) در مقایسه‌های معنایی (مثل قرابت معنایی) بهتر است مقایسه دو به دو انجام شود.
- (۳) دانش آموز باید از مقایسه معیارهای ظاهری پرهیز کند (مثل طولانی بودن یک گزینه یا استفاده از کلمه‌ی خاص در یک گزینه)
- (۴) پرهیز از انتخاب‌های بدون مبنا (بر اساس شانس و تخمینی)
- (۵) محاسبات ذهنی برای سرعت پاسخگویی بسیار مفید است اما این کار باید با مهارت زیادی همراه باشد عدم اعتماد به این مهارت باعث می‌شود در جلسه‌ی آزمون دانش آموز از این روش‌های ذهنی استفاده نکند. تسلط زیاد بر این روش‌ها اجتناب ناپذیر است.

* نکات پیشنهادی دقت در وارد کردن پاسخ در پاسخنامه

- (۱) در هنگام وارد کردن گزینه‌ها باید شماره گزینه صحیح و شماره سوال به خود گفته شود.
- (۲) وارد کردن تک به تک در پاسخنامه مطمئن ولی کندتر است.
- (۳) وارد کردن گروهی تست‌ها می‌تواند اضطراب آور باشد (از فرصت نیافتن برای تکمیل پاسخنامه)
- (۴) توصیه می‌شود در صورت تمایل برای وارد کردن گروهی تست‌ها، پاسخ‌ها صفحه به صفحه وارد شوند (نه بصورت یکباره کل دفترچه یا درس به درس)



- ▶ * کسب مهارت‌های آزمونی، احتیاج به زمان، صبر و شکیبایی و مهارت دارد و در طول زمان بدست می‌آید.
- ▶ * تمرین مدیریت آزمون و انجام دقیق تحلیل آزمون برای کسب تدریجی و مطمئن مهارت‌های آزمونی ضروری است.
- ▶ * تحلیل آزمون فرآیندی فعال، شخصی، تخصصی و خود آگاه است.
- ▶ این فرآیند با نقد کسب نتیجه در آزمون‌های آزمایشی، فرصت آگاهی نسبت به وضعیت دانش آموز و بهبود موثر وضعیت او را فراهم می‌کند.

به سامان آمد این دختر حکایت،
همچنان باقیست