## युक्तियों और विचारों की मदद से आप जो पढते हैं उसे बेहतर समझ सकते हैं।

### पढने से पहले

विषय के बारे में जो आप सोचते हैं और जो पहले से ही जानते हैं उसे एक पेपर पर लिख लें। पूरे अध्याय के सब शीर्षकों, उप शीर्षकों और बोल्ड शबदों को पढें।

पूरे अध्याय में दिए सभी चित्रों, रेखांकन, चित्र-शीर्षकों को देखो।

उन सवालों के बारे सोचो जिन के जवाब आप को पढते समय चाहिए थे।

### पढते समय

नोटस बनाएं, शीर्षकों को लिख लें, और प्रत्येक मुख्य विचार या धारणा के बारे में कम से कम एक विवरण लिख कर एक लिस्ट त्यार करें। जानने की कोशिश करें कि अज्ञात शब्दों का किस तरह उपयोग किया जाता और उन का क्या मतलब है। फिर शब्दकोष या डिक्शनरी में देखें ता कि अर्थ की पुष्टी हो सके।

अध्याय में सभी दिखाई देने वाले ग्राफिक्स को देखें जिस से मुख्य विचारों को समझने में मदद मिलेगी।

ध्यान रखें कि आप के सवालों के जवाब, मिल गए हैं। जैसे ही आप आगे पढना शुरू करें, स्वयं को नए सवाल पूछें।

यदि आप को समझने में मदद मिले, तो अपने दिमाग में जानकारी का चित्र बना कर देखने की कोशिश करें।

अपना एक ग्राफ बना कर विभिन्न जानकारी को अलग करें और संगठित करें। उदाहरण के लिए, यदि अध्याय की जानकारी तीन श्रेणीयों में बंट रही है तो एक तीन खानों वाला टेबल बना कर अध्ययन पुस्तक के उदाहरणों की लिस्ट लिखें। फिर ईस में अपनी तरफ से भी कुछ उदाहरणें लिख दें। अपने नोटस में जो कुछ समझ नहीं आ रहा उस को हाईलाइट करो। अपने अध्यापक को ईन बातों को समझने में मदद के लिए कहें।

### पढने के बाद

मुख्य सिधाँतों और जानकारी के बारे सोचें। जो सामग्री आप ने पढी है उसे अपने नोटस और कलास में हुई चर्चा के साथ तुलना कीजिए । यदि कोई फर्क लगे तो अध्यापक से बात करें।

अपने विचार, राय और प्रश्नों की सूची लिख लो। यह शायद आप की कलास में होने वाली अगली बहस, टैस्ट और काम के लिए सहायक साबित हो।

VSB

**“Study Tips”**

[Hindi]

यह ब्रोशर वैनकूवर स्कूल बोर्ड के सैटलमेंट वर्कर्ज (VSB SWIS) द्वारा प्रायोजित किये गए कई ब्रोशरों में एक है। इसकी रचना कुछ ई.एस.एल. (ESL/ELL) शिक्षकों तथा वैनकूवर स्कूल बोर्ड के मल्टीकल्चरल लिएजों वर्कर्ज़ (VSB MCLW) ने की है।

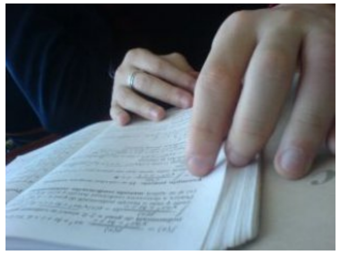
Canada  British Columbia  WelcomeBC

यह ब्रोशर कनाडा और ब्रिटिश कोलंबिया प्रांत की सरकार से धन के माध्यम से संभव बनाया गया है।

# अध्ययन युक्तियाँ

## अधिक सफल विद्यारथी कैसे बन सकते हैं, इस के बारे कुछ सहायक विचार

# अध्ययन युक्तियाँ



## बी सी में पढाई करना किसी ओर जगह से भिन्न हो सकता है जिस के कि आप आदि हों।

तथ्यों को स्मरण रखना, सफल विद्यारथी बन सकने का मात्र एक हिस्सा है।

विद्यारथी जो दिखाते हैं कि वह स्वतंत्रता से सोच पाते है उन्हें अधिक महत्व दिया गया है।

विषय-चर्चा के दौरान विचारों पर प्रशन पूछना, छात्र की स्वतंत्र सोच को दर्शाता है।

कलास में होने वाली चर्चा सीखने के अनुभव का एक महत्वपूर्ण हिस्सा है और अध्यापकों के लिए भी छात्रों को उन्नित करते देख पाने का यह एक तारीका है।

**कलास के समय को बुधिमानी से प्रयोग करना**

आप निशचित ही, कलास में समय पर आएं, थकान रहित हों और सीखने के लिए तैयार हों।

अध्यापक को कहें कि वह नोटस को बोर्ड पर लिखे तांकि आप जानकारी अचछी तरह देख सकें और सुन सकें।

नोटस लें और उन्हें इम्तहान की तैयारी के लिए लगातार पढते रहें।

जब भी आप को लगे कि आप को समझ नहीं आ रहा तो प्रशन पूछिए। इस से **सभी** विद्यारथीयों को मदद मिलेगी।

धयान से सुनिए - कुछ अध्यापक आप को ठीक तरह यह नहीं बताते कि क्या पढना है, वह अधिक समय मूल सिधाँतों और विचारों पर बात करने में बिताते हैं ।

## सफल विद्यारथीयों को प्रतिदिन काम करने की अच्छी आदत होती है। वह:

-स्वंय सीखने की जिम्मेदारी ले लेते हैं।

-वह एक कार्यसूची बना लेते हैं जिस को काम की नियत तारीखें, टैस्ट की तारीखें, अैर पढाई के लक्षय निर्धारित करने के लिए प्रयोग करते हैं।

-जानने का प्रयास करते हैं कि उन का काम क्यों गलत हआ है ताँकि वह गलती को दोहराएं नहीं।

- अपनी कमजोरीयों और अच्छाइयों को जानते हैं और सभी क्षेत्रों मे उन्नित करने की कोशिश करते हैं।

-सौंपे गए काम को निशचित तारीख तक पूरा न कर सकने की स्थिती में वह अधयापक से मिल के पहले ही बात कर लेते हैं।

-यदि वह सौंपे गए पढने या अन्य काम को समझने में मुशकिल महसूस करते हैं तो अध्यापक से पूछ लेते हैं।

-यदि वह कलास में अनुपस्थित होते हैं, वह किसी दोस्त से नोटस और अध्यापक द्वारा मिली जानकारी के पेपर प्राप्त करते हैं।

-पुस्तकों, कलास में किए कार्य, घर में करने के लिए मिले कार्य को नियमित रुप से पढते हैं।

## टैस्ट और इम्तहान के लिए तैयारी सम्बंधी क्या करना और क्या नहीं करना चाहिए।

तय करो आप को वास्तविक में पढने के लिए कितने समय की आवशयकता होगी।

ऐसा न करो कि सारा पढने के कार्य एक ही रात में करने लिए छोड़े दें। शोध से पता चलता है कि नींद पूरी न लेने से याद रखने में ओर भी मुशकिल हो जाती है।

ऐसा करो-किसी एकाँत जगह पर पढाई करने से ध्यान लगाना आसान होता है।

ऐसा न करो-दहशत में न आएं या बेचैन और चिंतित मत हों। ईस से आप का ध्यान पढाई से हट जाएगा।

ऐसा करो- ऐसे दोस्तों के साथ मिल कर पढने का फैसला करो जो सफल होने के लिए संजीदा हैं। पढने वाली समग्री के बारे में एक दूसरे से बारी बारी सवाल पूछें।

ऐसा न करो-सिर्फ एक बार पढ कर यह मत सोचो कि आप इम्तहान के लिए त्यार हैं। अक्सर मुख्य विचारों को समझने और याद रखने के लिए काफी बार पढना पड़ता है।