ਪੜ੍ਹਾਈ ਦੇ ਗੁਰ

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਪੜ੍ਹ ਰਹੇ ਹੋ, ਉਸਨੂੰ ਚੰਗੀ ਤਰਾਂ ਸਮਝਣ ਲਈ ਕੁਝ ਗੁਰ ਅਤੇ ਵਿਚਾਰ ।

ਪੜ੍ਹਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ

ਵਿਸ਼ਾ ਬਾਰੇ ਤੁਸੀਂ ਜੋ ਵੀ ਪਹਿਲਾਂ ਜਾਣਦੇ ਹੋ, ਉਹ ਸੋਚੋ ਅਤੇ ਲਿਖੋ।

ਅਧਿਆਏ (ਚੈਪਟਰ) ਵਿਚ ਜੋ ਵੀ ਸਿਰਲੇਖ, ਉਪ ਸਿਰਲੇਖ ਅਤੇ ਸੁਰਖੀਆਂ ਹਨ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹੋ।

ਪੂਰੇ ਅਧਿਆਏ ਵਿਚ ਸਾਰੀਆਂ ਤਸਵੀਰਾਂ, ਗ੍ਰਾਫ, ਤਸਵੀਰਾਂ ਦੇ ਸ਼ੀਰਸ਼ਕ ਵੇਖੋ।

ਪੜ੍ਹਣ ਦੇ ਸਮੇ ਉਹਨਾਂ ਸਵਾਲਾਂ ਬਾਰੇ ਸੋਚੋ ਜਿਹਨਾਂ ਦੇ ਜਵਾਬ ਤੁਸੀਂ ਜਾਨਣਾ ਚਾਹੋਗੇ।

ਪੜ੍ਹਣ ਦੇ ਦੌਰਾਨ

ਨੋਟਸ ਬਣਾਓ, ਸਿਰਲੇਖਾਂ ਨੂੰ ਕਾਪੀ ਕਰੋ ਅਤੇ ਹਰ ਮੁੱਢਲੇ ਪਰਸੰਗ ਵਿਚ ਇਕ ਇਕ ਮੁੱਖ ਭਾਵ ਦੀ ਸੂਚੀ ਬਣਾਓ।

ਜਿਹਨਾਂ ਸ਼ਬਦਾਂ ਨੂੰ ਤੁਸੀਂ ਨਹੀਂ ਜਾਣਦੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਮਤਲਬ ਦਾ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਇਸਤਮਾਲ ਕਰਕੇ ਅੰਦਾਜ਼ਾ ਲਗਾਓ। ਉਸਤੋਂ ਬਾਦ ਅਰਥਾਵਲੀ ਜਾਂ ਸ਼ਬਦ ਕੋਸ਼ ਵੇਖ ਕੇ ਅਰਥਾਂ ਦੀ ਪੁਸ਼ਟੀ ਕਰੋ।

ਮੁੱਖ ਵਿਚਾਰਾਂ ਨੂੰ ਚੰਗੇ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਸਮਝਣ ਲਈ ਉਸ ਚੈਪਟਰ ਦੇ ਚਿਤ੍ਰਿਤ ਖਾਕੇ ਵੇਖੋ।

ਪੱਕਾ ਕਰੋ ਕਿ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਸਵਾਲ ਹਨ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਜਵਾਬ ਮਿਲ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਫਿਰ ਪੜ੍ਹਦੇ ਹੋਏ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਨਵੇਂ ਸਵਾਲ ਪੁੱਛੋ।

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਮਝਣ ਵਿਚ ਮਦਦ ਮਿਲ ਰਹੀ ਹੈ ਤੇ ਆਪਣੇ ਦਿਮਾਗ ਵਿਚ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਾ ਚਿੱਤਰ ਬਣਾਓ ।

ਜਾਣਕਾਰੀ ਨੂੰ ਛਾਂਟਣ ਅਤੇ ਵਿਵਸਥਤ ਕਰਨ ਲਈ ਨੇਤਰੀ ਖਾਕਾ ਖਿੱਚੋ । ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਜੇ ਚੈਪਟਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨੂੰ ਤਿੰਨ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਸ਼ਰੇਣੀਆਂ ਵਿਚ ਵੰਡ ਰਿਹਾ ਹੈ ਤੇ ਇਕ ਤਿੰਨ ਕਾਲਮ ਬਣਾਓ ਜਿਸਦੇ ਵਿਚ ਪੁਸਤਕ ਦੇ ਉਦਾਹਰਨ ਲਿਖੋ। ਫਿਰ ਕੁਝ ਆਪਣੇ ਉਦਾਹਰਨ ਵੀ ਸ਼ਾਮਿਲ ਕਰੋ ।

ਆਪਣੇ ਨੋਟਸ ਦੇ ਗੁੰਝਲਦਾਰ ਹਿੱਸੈਂਆਂ ਦਾ ਲਕੀਰਨ ਕਰੋ। ਅਜੇਹੇ ਨੁਕਤਿਆਂ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਲਈ ਅਧਿਆਪਕ ਦੀ ਮਦਦ ਲਵੋ।

ਪੜ੍ਹਣ ਤੋਂ ਬਾਦ

ਮੁੱਖ ਨੁਕਤਿਆਂ ਅਤੇ ਵੇਰਵੇ ਬਾਰੇ ਸੋਚੋ।

ਜੋ ਸਮਗਰੀ ਤੁਸੀਂ ਪੜ੍ਹੀ ਹੈ, ਓਸਦੀ ਤੁਲਨਾ ਨੋਟਸ ਅਤੇ ਕਲਾਸ ਦੇ ਵਿਚਾਰ ਵਟਾਂਦਰੇ ਨਾਲ ਕਰੋ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਫਰਕ ਨਜ਼ਰ ਆਓਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਆਪਣੇ ਅਧਿਆਪਕ ਨਾਲ ਗੱਲ ਬਾਤ ਕਰੋ।

ਵਿਚਾਰਾਂ, ਮੱਤਾਂ ਅਤੇ ਸਵਾਲਾਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਬਣਾਓ । ਇਹ ਤੁਹਾਡੀ ਅਗਲੀ ਕਲਾਸ ਦੇ ਵਿਚਾਰ ਵਟਾਂਦਰੇ, ਪਰੀਖਿਆ ਜਾਂ ਲੇਖ ਲਿਖਣ ਵਿਚ ਕੰਮ ਆ ਸਕਦੇ ਹਨ।

VSB

"Study Tips"

[Punjabi]

ਇਹ ਬਰੋਸ਼ਰ ਵੀ ਐੱਸ ਬੀ (VSB) ਸਵਿਸ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਵਲੋਂ ਸਪੌਂਸਰ ਕੀਤੇ ਗਏ ਅਤੇ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ (ESL/ELL) ਦੇ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਦੇ ਇਕ ਗਰੁੱਪ ਅਤੇ ਮਲਟੀਕਲਚਰਲ ਲੀਏਜੋਨ ਵਰਕਰਾਂ (MCLW) ਦੀ ਟੀਮ ਵਲੋਂ ਸਾਂਝੇ ਤੌਰ ਤੇ ਤਿਆਰ ਕੀਤੇ ਗਏ ਬਰੋਸ਼ਰਾਂ ਦੀ ਲੜੀ ਵਿੱਚੋ ਇਕ ਹੈ।

Canada   British Columbia   WelcomeBC

ਕੈਨੇਡਾ ਸਰਕਾਰ ਅਤੇ ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਸੂਬੇ ਤੋਂ ਮਿਲੀ ਮਾਇਕ ਸਹਾਇਤਾ ਨਾਲ ਇਹ ਪ੍ਰਜੈੱਕਟ ਸੰਭਵ ਹੋਇਆ ਹੈ।

ਪੜ੍ਹਾਈ ਦੇ ਗੁਰ

ਵਧੇਰੇ ਸਫਲ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਬਨਣ ਲਈ ਲਾਭਦਾਇਕ ਵਿਚਾਰ

ਪੜ੍ਹਾਈ ਦੇ ਗੁਰ

ਜਿਸ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ ਆਦੀ ਹੋ, ਬੀ ਸੀ ਵਿਚ ਪੜ੍ਹਾਈ ਦੇ ਤਰੀਕੇ ਉਸ ਤੋਂ ਅਲੱਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਤੱਥ ਯਾਦ ਕਰ ਲੈਣਾ ਸਫਲ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਹੋਣ ਦਾ ਸਿਰਫ ਇਕ ਪਹਿਲੂ ਹੈ।

ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦੀ ਸੁਤੰਤਰ ਸੋਚ ਵਿਚਾਰ ਤੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਮਹੱਤਵ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਆਪਣੇ ਸੁਤੰਤਰ ਸੋਚ ਵਿਚਾਰ ਨੂੰ ਵਿਚਾਰ ਵਟਾਂਦਰੇ ਦੌਰਾਨ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਪੁੱਛ ਕੇ ਪਰਗਟ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਕਲਾਸ ਵਿਚ ਹੋ ਰਹੇ ਵਿਚਾਰ ਵਟਾਂਦਰੇ ਸਿੱਖਿਆ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਦਾ ਇਕ ਜਰੂਰੀ ਹਿੱਸਾ ਹਨ ਅਤੇ ਇਸ ਤਰੀਕੇ ਅਧਿਆਪਕ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੀ ਤਰੱਕੀ ਬਾਰੇ ਵੀ ਜਾਣ ਲੈਂਦੇ ਹਨ।

ਕਲਾਸ ਦਾ ਸਮਾਂ ਚੰਗੇ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕਰਨਾ

ਪੱਕਾ ਕਰੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਸਮਾਂ ਬੱਧ ਹੋ ਕੇ, ਪੂਰਾ ਅਰਾਮ ਅਤੇ ਸਿਖਿਆ ਲੈਣ ਦੀ ਤਿਆਰੀ ਕਰਕੇ ਕਲਾਸ ਵਿਚ ਆਉਂਦੇ ਹੋ।

ਅਧਿਆਪਕ ਨੂੰ ਬੇਨਤੀ ਕਰੋ ਕਿ ਉਹ ਨੋਟਸ ਬੋਰਡ ਤੇ ਲਿਖਣ ਤਾਂਕਿ ਤੁਸੀਂ ਵੇਖ ਕੇ ਅਤੇ ਸੁਣ ਕੇ ਵੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕੋ।

ਪਰੀਖਿਆ ਵਾਸਤੇ ਪੜ੍ਹਾਈ ਕਰਨ ਲਈ ਨੋਟਸ ਲਿਖੋ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਬਕਾਇਦਾ ਸਮੀਖਿਆ ਕਰੋ।

ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੱਕੀ ਤਰਾਂ ਸਮਝ ਨਾ ਲੱਗੇ ਤਾਂ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਪੁੱਛੋ। ਇਸ ਨਾਲ ਸਾਰੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਸਹਾਇਤਾ ਮਿਲੇਗੀ।

ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਸੁਣੋ- ਕਈ ਅਧਿਆਪਕ ਐਨ ਬਰਾਬਰ ਨਹੀਂ ਦੱਸਦੇ ਕਿ ਕੀ ਪੜ੍ਹਨਾ ਹੈ, ਉਹ ਅਕਸਰ ਮੁੱਢਲੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਅਤੇ ਮੁੱਖ ਨੁਕਤਿਆਂ ਤੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸਮਾਂ ਲਗਾਉਂਦੇ ਹਨ।

ਸਫਲ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਕੋਲ ਹਰ ਰੋਜ਼ ਚੰਗੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੀਆਂ ਆਦਤਾਂ ਹੁੰਦਿਆਂ ਹਨ। ਉਹ:

- ਆਪਣੀ ਸਿੱਖਿਆ ਦੀ ਜਿਮੇਵਾਰੀ ਆਪ ਹੀ ਚੁੱਕਦੇ ਹਨ।
- ਆਪਣੀ ਦੈਨਕੀ (ਏਜੰਡਾ) ਵਿਚ ਸੌਂਪੇ ਹੋਏ ਕੰਮ (ਅਸਾਈਨਮੇਂਟ) ਦੀਆਂ ਤਾਰੀਖਾਂ, ਪਰੀਖਿਆ ਦੀਆਂ ਤਾਰੀਖਾਂ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਪੜ੍ਹਾਈ ਦੇ ਟੀਚੇ ਦਰਜ ਕਰਦੇ ਹਨ।
- ਜੇ ਉਹਨਾਂ ਨੇ ਕੋਈ ਗਲਤੀ ਕੀਤੀ ਹੈ ਤੇ ਉਸਦਾ ਕਾਰਣ ਪਤਾ ਕਰਦੇ ਹਨ ਤਾਕਿ ਉਹ ਗਲਤੀ ਦੁਬਾਰਾ ਨਾਂ ਕਰਨ।
- ਆਪਣੀ ਤਾਕਤਾਂ ਅਤੇ ਕਮਜੋਰੀਆਂ ਨੂੰ ਜਾਣਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਸੁਧਾਰਨ ਲਈ ਸਾਰੇ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿਚ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ।
- ਸੌਂਪੇ ਹੋਏ ਕੰਮ ਨੂੰ ਦੇਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਜੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਅੰਦੇਸ਼ਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਸਮੇਂ ਤੇ ਕੰਮ ਪੂਰਾ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਣਗੇ, ਤਾਂ ਉਹ ਅਧਿਆਪਕ ਨਾਲ ਗੱਲ ਬਾਤ ਕਰਦੇ ਹਨ।
- ਜੇ ਪੜ੍ਹਾਈ ਜਾਂ ਕੰਮ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਸਮਝ ਰਹੇ ਤੇ ਉਹ ਮਦਦ ਮੰਗਦੇ ਹਨ।
- ਜੇ ਕੋਈ ਕਲਾਸ ਛੁੱਟ ਗਈ ਹੈ ਤੇ ਕਿਸੇ ਮਿੱਤਰ ਤੋਂ ਨੋਟਸ ਅਤੇ ਅਧਿਆਪਕ ਤੋਂ ਲਿਖਤ ਜਾਣਕਾਰੀਆਂ ਲੈ ਲੈਂਦੇ ਹਨ।
- ਸਾਰੇ ਸਿੱਖਿਆ ਕਾਲ ਵਿਚ ਪੜ੍ਹਾਈ ਦੀਆਂ ਕਿਤਾਬਾਂ, ਕਲਾਸ ਦੇ ਕੰਮ ਅਤੇ ਅਸਾਈਨਮੇਂਟਾਂ ਦੀ ਬਕਾਇਦਾ ਸਮੀਖਿਆ ਕਰਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ।

ਟੈਸਟ ਅਤੇ ਪਰੀਖਿਆ ਦੀ ਤਿਆਰੀ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਕੁਝ ਨਸੀਹਤਾ : ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਅਤੇ ਨਾਂ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਨੁਸਖੇ।

ਕਰੋ: ਪੜ੍ਹਾਈ ਲਈ ਕਿੰਨਾਂ ਸਮਾਂ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਉਸਦੇ ਬਾਰੇ ਹਮੇਸ਼ਾ ਸਹੀ ਅੰਦਾਜ਼ਾ ਲਗਾਓ।
ਨਾਂ ਕਰੋ: ਇੱਕੋ ਵਾਰੀ ਸਾਰਾ ਕੁਝ ਸਿੱਖਣ ਲਈ ਪੂਰੀ ਪੂਰੀ ਰਾਤ ਨਾਂ ਜਾਗੋ। ਇਹ ਸਿੱਧ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿ ਨੀਂਦ ਦਾ ਅਭਾਵ ਹਰ ਚੀਜ਼ ਨੂੰ ਯਾਦ ਕਰਨਾ ਔਖਾ ਕਰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ।
ਕਰੋ: ਧਿਆਨ ਕੇਂਦਰਤ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿਸੀ ਖਾਮੋਸ਼ ਥਾਂ ਤੇ ਪੜ੍ਹਾਈ ਕਰੋ।
ਨਾਂ ਕਰੋ: ਦਹਿਸ਼ਤ ਵਿਚ ਪੈਣਾ ਜਾਂ ਰੁੱਝ ਜਾਣਾ ਅਤੇ ਫਿਕਰ ਕਰਨਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦੇਣਾ। ਇਹ ਤੁਹਾਡਾ ਧਿਆਨ ਪੜ੍ਹਾਈ ਤੋਂ ਦੂਰ ਖਿੱਚ ਲਏਗਾ।
ਕਰੋ: ਜੇ ਮਿੱਤਰ ਸਫਲ ਹੋਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਉਹਨਾਂ ਨਾਲ ਮਿਲ ਕੇ ਪੜ੍ਹਾਈ ਕਰੋ। ਵਾਰੀ ਵਾਰੀ ਤੇ ਇਕ ਦੂਜੇ ਤੋਂ ਪੜ੍ਹਾਈ ਸੱਮਗਰੀ ਦੇ ਬਾਰੇ ਸਵਾਲ ਪੁੱਛੋ।
ਨਾਂ ਕਰੋ: ਇਕੋ ਵਾਰ ਸਾਰੀ ਸੱਮਗਰੀ ਪੜ੍ਹ ਕੇ ਇਹ ਨਾਂ ਸੋਚੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਤਿਆਰੀ ਪੂਰੀ ਹੋ ਗਈ ਹੈ। ਸਭ ਕੁਝ ਸਮਝਣ ਲਈ ਅਤੇ ਮੁੱਖ ਨੁਕਤੇ ਯਾਦ ਕਰਨ ਲਈ ਅਕਸਰ ਕਈ ਵਾਰ ਸੱਮਗਰੀ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹਨਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ।