

## ﴿كيفية تنظيم الوقت للدراسة﴾

#خطأ شائع غير صحيح إطلافاً



خطأ شائع كثيراً

يعتقد الكثير من الطلاب أن تنظيم الوقت للدراسة سيحتاج منهم إلى تخصيص المزيد من الوقت للدراسة.

سؤال : ما هو الهدف من تنظيم وقت الدراسة ؟



**الجواب :** جعل وقت أكبر للاستمتاع بجميع النشاطات اليومية.

نصائح الهامة في كيفية تحديد الوقت للدراسة :

- ✓ حدد المواد الدراسية التي ستدرسها بشكل يومي على مدار الأسبوع وهي تختلف من شخص إلى آخر (مثل : الأحد = انجليزي، الاثنين = رياضيات، الثلاثاء = عربي ...).
- ✓ حدد الأوقات المناسبة لك للدراسة، دون أن تتعارض مع طاقتك ونشاطك ولامع الأنشطة اليومية التي تقوم بها (مثل من 5 صباحاً لـ 6 صباحاً حفظ تاريخ الأردن ...).
- ✓ قسم برنامجك الدراسي خلال اليوم إلى أجزاء متفرقة (ساعتين ثم استراحة نصف ساعة وهكذا ...)
- ✓ شرط الالتزام؛ لأن عدم الالتزام سيؤدي بك لضياح وقتك بشكل أكبر.
- ✓ أثناء الدراسة لا تشغل عقلك بأي شيء آخر سوى كتابك.
- ✓ خصص (يوم – يومين) يقوم فيه بمراجعة برنامجك خلال الأسبوع باستمرار.



لتضمن المذاكرة أفضل اجعل أوقات فراغك في إنجاز بعض الأعمال الدراسية الجانبية، أو مراجعة بعض المواد بشكل سريع، أو حل الواجبات، فبذلك تكون خففت من الضغط أثناء الوقت المحدد للدراسة