



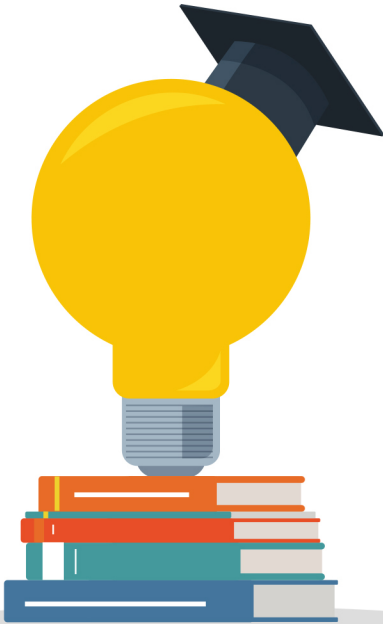
وزارة التعليم
Ministry of Education

رؤية
2030
المملكة العربية السعودية
KINGDOM OF SAUDI ARABIA

المملكة العربية السعودية
وزارة التعليم

ثانياً: وقت المذاكرة:

- ١ نظم وقتك في المذاكرة والراحة والنوم.
- ٢ اعلم أن أفضل أوقات المذاكرة هي ما بعد صلاتي الفجر والعصر حيث يكون الجسم قد نال قسطاً من الراحة.
- ٣ لا تحاول إطالة السهر فكلما طال السهر قل الاستيعاب.
- ٤ عود نفسك والآخرين على احترام مواعيد مذاكرتك.



قواعد الاستذكار الجيد



أولاً: الاستعداد للمذاكرة:

- ١ تحديد جدول للمذاكرة اليومية.
- ٢ التأكد من أن كتبك ودفاترك مكتملة.
- ٣ ابتعد عما يشغلك عن المذاكرة.
- ٤ اطرد عنك كل ما يطارذك من خيال وهواجس وتستطيع التغلب عليها بذكر الله وقراءة آيات القرآن الكريم.



ثالثاً: اختيار المكان المناسب للمذاكرة:

- ١ اختر مكاناً هادئاً في البيت للمذاكرة يتوفر فيه الضوء الجيد والتهوية المناسبة.
- ٢ ابتعد عن مكان نومك عند المذاكرة ولاتذاكر وأنت مستلق على الفراش.



رابعاً: المذاكرة:

- ١ ابدأ بقراءة العناوين ثم اقرأ الموضوع إجمالاً ثم تفصيلاً.
- ٢ امنح وقتاً أكبر للمواد التي ترى أنها صعبة بالنسبة لك.
- ٣ الجأ إلى أستاذك أو مرشدك من الطلابي فيما يعترضك من صعوبات أثناء المذاكرة.
- ٤ لا تشتت ذهنك في أكثر من موضوع وتذكر دائماً أن ساعة واحدة من المذاكرة الجادة أفضل من ساعات يكون ذهن فيها مشتتاً.
- ٤ تذكر دائماً استذكرك إنما هو سبيلك لتحقيق أهدافك القريبة والبعيدة.

خامساً: المراجعة:

المراجعة توفر لك الكثير من الوقت والجهد خاصة في وقت الاختبارات.

