

تست زنی؛ مهم و اثرگذار

سعید، نگاهی به ساعت انداخت. وقت تقریباً تمام شده بود. او فقط می‌توانست نگاه کوتاه دیگری به دفترچه کرده و ببیند آیا همه سؤالاتی را که می‌دانسته جواب داده است یا نه. یادش افتاد که پاسخنامه را هم باید کنترل کند تا پاسخ سؤالات جا بجا نشده و مشکل دیگری در میان نباشد. دیگر وقت تمام شده بود. دفترچه سؤالات، ساعت و پاسخنامه را روی میز گذاشت. لباس‌هایش را عوض کرد و مادرش را به آرامی صدا زد و از او خواهش کرد تا یک استکان چای برایش آماده کند. سپس آماده شد تا جواب‌هایش را تصحیح کند. در همین هنگام به یاد جلسه کنکور پارسال افتاد. درس‌هایش را بخوبی مطالعه کرده و با آمادگی مناسبی در جلسه کنکور حاضر شده بود، اما بر خلاف انتظار و توقعی که داشت، در جلسه آزمون نتوانست به طور مطلوب از عهده تست زدن برآید و همین موضوع باعث شد تا با وجود وقت زیادی که برای سؤالات گذاشت، باز هم نتواند هیچ ایده و فکر خاصی به ذهنش برسد. انگار برای اولین بار بود که چنین مطالبی را می‌دید.

در همان جلسه آزمون بود که ناگهان سعید روحیه خود را از دست داد و تمام زحمت و تلاش خود را از بین رفته دید. سعید، حالا لبخندی حاکی از امیدواری و رضایت به لب داشت و می‌دانست که از تجربه پارسال بخوبی درس گرفته است و دیگر اشتباه گذشته را تکرار نخواهد کرد؛ اشتباهی که به قیمت یک سال تلاش او تمام شد؛ البته مقصر و عامل اصلی این موضوع هم بیشتر از همه، خود سعید بود؛ زیرا با وجود اهمیت تست‌زنی و آگاهی بر شیوه‌های درست آن و نقشی که تست زنی در کنکور دارد، سعید، وقت زیادی از برنامه درسی خود را به این کار اختصاص نداده بود و به همین دلیل هم در کنکور با مشکل مواجه شد.

سعید، پس از آزمون، برای کنکور سال بعد بخوبی درس خواند و با کمک و مشاوره گرفتن از کنکوری‌های موفق و مشاوران با تجربه، وقت مناسبی را در برنامه درسی جدیدش به تست زنی اختصاص داد

و با تلاش و تمرین زیاد به مطالعه و تست زنی ادامه داد؛ به طوری که کم‌کم در آزمون‌ها و تست زنی در منزل، به بهترین حد خود رسید. سعید، مشکل خود را بخوبی حل کرد؛ البته برای حل این مشکل، بهایی نیز پرداخت. قصه سعید بخوبی تمام شد، اما هر سال در کنکور، داوطلبان زیادی هستند که به دلیل آشنایی کافی نداشتن با تست زنی و شیوه‌های درست آن، قبل از کنکور و همچنین در جلسه آزمون دچار مشکل می‌شوند. این مشکل به حدی در میان بعضی از داوطلبان، بزرگ و قابل توجه است که با وجود مطالعه کافی و توقع کسب رتبه و تراز خوب، نمی‌توانند به هدف خود برسند یا از تلاش خود، نتیجه مورد نظر را بگیرند. به همین دلیل، ما در این مقاله سعی داریم تا شما را با شیوه‌های درست تست‌زنی قبل از کنکور آشنا کنیم تا شما عزیزان از همین الان بتوانید با تمرین و تکرار، از عهده تست زنی در کنکور بخوبی برآیید.

معمولاً بیشتر داوطلبان بعد از مطالعه هر درس، در پایان هفته یا ماه، تعدادی تست از مباحث مطالعه شده را حل می‌کنند تا از میزان توانایی و اشراف خود به مطالب دروس مطالعه شده مطلع شوند. به این نوع تست زدن، تست زدن تمرینی گفته می‌شود. اگر شما داوطلب عزیز از جمله داوطلبانی هستید که قبلاً برای همه دروس از شیوه تست‌زنی تمرینی استفاده نمی‌کرده‌اید، سعی کنید که حتماً در وقت باقی مانده، تست‌زنی تمرینی را در برنامه مطالعاتی خود قرار دهید؛ زیرا انجام این کار باعث می‌شود تا شما به نقاط ضعف و قوت خود در دروس مختلف، بیشتر آشنا شوید. نکته دوم اینکه الان بیشتر داوطلبان، دوره مرور و جمع بندی دروس را در برنامه خود دارند؛ بنابراین، استفاده از تست تمرینی باعث می‌شود تا شما عزیزان به مشکلات و نقاط قوت و ضعف خود بخوبی پی برده و وقت بیشتری را برای آن مباحث درسی بگذارید؛ اما نکته مهم‌تر این است که در هفته‌های پایانی باقی مانده تا کنکور، همه داوطلبان حتماً باید تست زمان‌دار به تعداد زیاد بزنند. تا زمانی که داوطلبی، این شکل از تست‌زنی را انجام ندهد، بخوبی نخواهد توانست در جلسه آزمون سراسری به تست‌زنی صحیح و

بهره‌برداری از مطالعات خود بپردازد. از مهم‌ترین فواید تست زمان‌دار می‌توان به موارد زیر اشاره کرد:

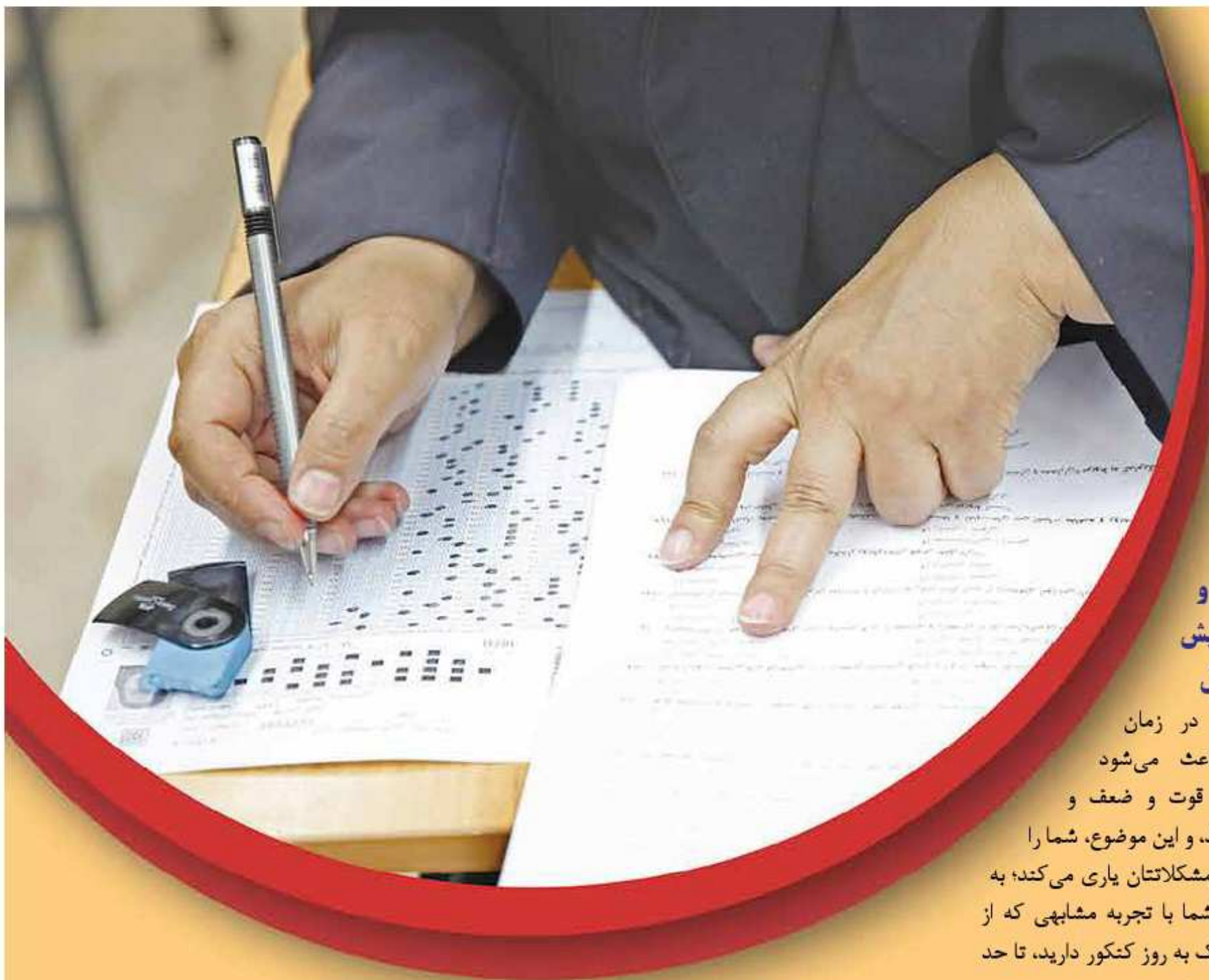
۱- افزایش سرعت و دقت در تست زنی

یکی از عوامل اصلی به اشتباه افتادن داوطلبان در تست زنی آزمون، این است که می‌کوشند سرعت بیشتری در تست زنی به خرج دهند، و این سرعت، باعث کاهش دقت آنها می‌شود؛ در حالی که هم می‌توان سرعت داشت و هم می‌توان از دقت کافی برخوردار شد. مهم‌ترین عامل در همگامی سرعت و دقت، زمان است. تلفیق دو مقوله زمان و تست، ما را به تست زمان‌دار می‌رساند؛ در واقع، تسلط یافتن بر وقت و مهارت پیدا کردن برای استفاده بهتر از وقت، جز با پاسخگویی به تست زمان‌دار، امکان‌پذیر نیست.

زمان گرفتن در هنگام تست باعث می‌شود تا در هر نوبت، تلاش کنید تا میزان وقت صرف شده را به زمان استاندارد نزدیک کنید. این تلاش دائمی، باعث بالا رفتن مداوم سرعت، تا رسیدن به زمان دلخواه می‌شود. وقتی تست زمان‌دار می‌زنید، می‌کوشید که ابتدا ده تست را در ۳۵ دقیقه، سپس در ۳۰ دقیقه و آن‌گاه در ۲۵ دقیقه پاسخ دهید، و این زمان‌گیری را تا رسیدن به زمان مورد نظر ادامه می‌دهید. اصرار بر وقت از یک سو و نیز تعدد دفعات تکرار و تمرین از سوی دیگر، باعث افزایش سرعت شما خواهد شد.

۲- بالا بردن قدرت تنظیم وقت

زدن تست زمان‌دار سبب می‌شود که شما به صورت تجربی بتوانید وقت خود را تنظیم کنید؛ درست مثل زمانی که می‌خواهید از خیابان عبور کنید. در این موقعیت، قطعاً نیازی به محاسبه شتاب خود، شتاب ماشین و محاسبه نقطه برخورد ندارید و با تجربه و احساس خود این کار را انجام می‌دهید. زدن تست زمان‌دار سبب می‌شود که شما بتوانید در جلسه آزمون، وقت خود را، با توجه به تجربه‌های قبلی که از تست‌زنی داشته‌اید، تنظیم کنید. وقتی تست زمان‌دار می‌زنید، در حقیقت مغز خود را آموزش می‌دهید که زمان مناسب برای وقت‌گذاری روی هر تست را به صورت طبیعی تشخیص دهد و در نتیجه، آن با دقت بیشتری با فعالیت علمی شما همراه شود.



۳- کاهش استرس و اضطراب آزمون با پیش آزمونی مناسب در منزل

زدن تست‌های ترکیبی در زمان استاندارد در منزل، باعث می‌شود تا درصد واقعی و نقاط قوت و ضعف و اشتباهات شما به دست آید، و این موضوع، شما را در شناخت هر چه بیشتر مشکلاتتان یاری می‌کند؛ به علاوه، باعث می‌شود تا شما با تجربه مشابهی که از تست زنی زمان دار و نزدیک به روز کتکور دارید، تا حد زیادی از استرس خود بکاهید.

برای اینکه بخوبی بتوانید تست زمان دار بزنید، حتماً به نکات زیر توجه کنید:

۱- از سه هفته مانده به روز برگزاری کتکور، تست زنی زمان دار را شروع کنید؛ حتی از همین الان نیز می‌توانید در یک روز از هفته، مثلاً جمعه‌ها، به تست‌زنی زمان دار بپردازید و بعد از ظهر همان روز با تصحیح تست‌ها، نقاط قوت و ضعف خود را بسنجید؛ با این همه، داوطلبان عزیز باید به خاطر داشته باشند که از دو هفته مانده به کتکور، هر روز، صبح‌ها تست زمان دار زده و بعد از ظهرها را به رفع اشکال و تصحیح تست‌ها بپردازند.

۲- زدن تست زمان دار، مربوط به مباحثی می‌شود که آنها را قبلاً مطالعه کرده‌اید و به مفاهیم آن موضوعات، تسلط نسبی دارید؛ پس به طور طبیعی، به تست زمان دار با فاصله چند روزه نسبت به مطالعه، پرداخته می‌شود.

۳- لازم نیست که برای زدن تست زمان دار، زمان و ساعت خاصی را تعیین کنید؛ اما اختصاص ساعات آغازین روز، از جهت همسان‌سازی با شرایط زمانی آزمون سراسری، مناسب‌تر به نظر می‌رسد.

۴- یادتان باشد که در شرایط آزمونی، علاوه بر وقت که عامل بسیار مهمی است، اضطراب ناشی از آزمون نیز عامل پرفشاری است که شما و نتیجه کارتان را تحت تأثیر قرار می‌دهد. به صورت طبیعی این اضطراب در شرایط غیرآزمونی وجود ندارد؛ اما شما می‌توانید وقت مناسب برای پاسخگویی به تست‌های انتخابی‌تان

را قدری کمتر بگیرید تا این وقت، تداعی‌کننده شرایط اضطراب آزمون باشد.

۵- مناسب‌ترین کار، این است که تست زمان دار را به تعداد استاندارد آزمون سراسری انتخاب کنید؛ به این معنی که تست درسی مانند ادبیات را ۲۵ تایی و تست درسی مانند شیمی را ۳۵ تایی در نظر بگیرید. انجام این کار به شما کمک می‌کند تا با عدد تست در آزمون سراسری، همسازي بیشتری پیدا کنید.

۶- چون در آزمون سراسری، باید پاسخگویی دروس را به صورت آمیخته و در کنار هم انجام دهید، مناسب است که تست‌های زمان دارتان را هم به صورت ترکیبی از چند درس بزنید. هر چه تعداد درس‌های برنامه تست زمان دارتان به تعداد درس‌های آزمون سراسری نزدیک‌تر باشد، همسان‌سازی بهتری انجام داده‌اید.

۷- توصیه می‌کنیم که در انتخاب تست‌های زمان دار، از تست‌های آزمون‌های سراسری و دانشگاه آزاد استفاده کنید؛ البته می‌توانید تعدادی از تست‌های تألیفی را نیز در خلال تست‌های سراسری و آزادتان قرار دهید. پرداختن به این‌گونه تست‌ها کمک می‌کند تا با الگوهای تستی بیشتری آشنا شوید.

۸- همان‌طور که می‌دانید، در ابتدای دفترچه سؤالات آزمون‌ها برای سؤالات هر درس، یک زمان پیشنهاد شده است. اگرچه این زمان‌ها مطابق با استانداردها و ویژگی غالب دروس، بهترین زمان‌های ممکن برای پاسخگویی به سؤالات هستند، اما شما می‌توانید، با توجه به شناختی که از روحیات و توانایی‌های خود دارید، زمان‌بندی مناسبی را برای جلسه آزمون در نظر

بگیرید؛ مثلاً ممکن است زمان‌بندی شخصی در دروس عمومی به این ترتیب باشد که ادبیات (۱۵ دقیقه)، عربی (۲۵ دقیقه)، زبان (۲۰ دقیقه) و معارف اسلامی (۱۰ دقیقه)؛ به همین ترتیب، برای دروس اختصاصی نیز زمان‌بندی مناسبی را در نظر بگیرید و حتی‌الامکان در اجرای کامل آن زمان‌بندی تلاش کنید. این توصیه اصلاً به این معنی نیست که شما در تمام مدت برگزاری آزمون، چشم به ساعت دوخته و تمرکز خود را از دست دهید؛ بلکه برای مطابقت با زمان از پیش تعیین شده، پس از پاسخ دادن به نیمی از سؤالات، به ساعت خود نگاهی بیندازید؛ اگر مطابق با زمان یا جلوتر از زمان باشید که هیچ، ولی در صورت عقب بودن از برنامه، اندکی به سرعت خود بیفزایید؛ اما به یاد داشته باشید که افزایش سرعت، به معنای افزایش دلهره و عصبی شدن نیست، و در صورت پاسخ ندادن به سؤالات یک درس در زمان مقرر، فوراً به سراغ درس بعدی بروید و به هیچ وجه اجازه ندهید که این مسأله به پاسخگویی شما به سؤالات سایر دروس لطمه بزند.

۹- همه این فعالیت‌ها زمانی نتیجه می‌دهد که شما در پایان وقت مقرر برای زدن تست‌های زمان دار، آنها را به‌طور مفصل تحلیل کرده و مشکلاتتان را استخراج کنید. با انجام این کار متوجه می‌شوید که میزان آمادگی و سطح یادگیری‌تان در آن درس چقدر است و تا رسیدن به نقطه مطلوب ذهنتان چقدر فاصله دارید.