

امتحانات میان ترم از چند نظر مهم هستند

نمرات این امتحانات تأثیر زیادی در نمرات مستمر دارند (یا حتی ممکن طبق نظر بعضی دبیرها

اصلاً نمره ی میان ترم عیناً به عنوان نمره ی مستمر در نظر گرفته شود)

نمره ی مستمر نمره ای که با نمره ی پایان ترم جمع و تقسیم بر دو می شود تا نمره ی هر درس مشخص شود .

با درس خواندن برای این امتحانات یک دور درس ها را مرور می کنید و برای امتحانات پایان ترم آماده می شوید .



با نحوه ی امتحان گرفتن و نوع سؤالات امتحانی هر دبیر آشنا می شوید .

ضعف و قوت خودتان را در دروس مختلف پیدا می کنید .

از همه مهم تر خانواده ها می توانند از نتایج تلاش دو ماهه تان با خبر شوند .

با توجه به اهمیت این امتحانات برای بهتر گذراندن آنها توصیه هایی برای شما داریم

جزوه ها و پلی کپی های مربوط به هر درس را مرتب کنید و اگر خدای نکرده نقصی دارند آنها را کامل کنید .

حتماً غلط های امتحاناتی را که تا به حال داده اید و یا تمرین های سخت دروس را با دقت بیشتری مجدداً حل کنید .



از آنجا که در ایام امتحانات کلاس های درس برقرار هستند. نیاز به برنامه ریزی دقیق تری دارید . تا هم به مطالعه امتحان برسید و هم به دروس روزانه . به این منظور حتماً از روزهای تعطیل نهایت استفاده را بکنید و سعی کنید کم ترین وقت تلف شده را داشته باشید .

سعی کنید بعد از درس خواندن حتماً رفع اشکال کنید. از این مهم تر اینکه اگر فکر می کنید درس را بلد هستید سعی کنید اشکالات دوستان را رفع کنید . این کار تأثیر زیادی در تثبیت آموخته ها در ذهن شما دارد .

سعی کنید در ایام امتحانات برنامه ی منظمی برای استراحت داشته باشید حتی المقدور شب زودتر بخوابید تا صبح سر حال تر سر امتحان حاضر باشید .



در این ایام حتی المقدور از تنقلات و غذاهای خارج از منزل استفاده نکنید و غذاهای پر انرژی و

سالم منزل و میوه و سبزیجات تازه را به قدر کافی مصرف کنید. خوردن صبحانه فراموش نشود.

ورزش می تواند به آرامش و آمادگی ذهنی شما کمک کند.

کمی نگرانی پیش از امتحان و در زمان برگزاری امتحان کاملاً طبیعی است ولی مطمئن باشید با

برنامه ریزی صحیح و مطالعه ی کامل درس می توانید این نگرانی را به حداقل برسانید.

امتحان را با نام خدا شروع کنید و به نتیجه ی آن فکر نکنید.

هر سؤال را با دقت بخوانید و به کلمات آن دقت کنید.

در صورتی که جواب سؤالی را نمی دانید بدون نگرانی آن را علامت گذاری کنید و از آن بگذرید.

پس از پایان سؤالات سراغ سؤالات علامت گذاری شده بروید.

برای دادن برگه ی امتحان عجله نکنید و حتماً یکبار سؤال ها و جواب ها را کنترل کنید.

پس از پایان امتحان به فکر برنامه ریزی برای امتحان بعد باشید و غصه ی سؤالات غلط جواب داده

را نخورید.



به امتحان هم به عنوان

فرصتی برای یادگیری نگاه کنید

