



«تعطیلات» و دوراهی بزرگ درس خواندن با خوش گذرانی

افراط و تفریط، آفت است. اگر به همین یک جمله باور داشته باشیم، می‌توانیم دنیایمان را بسازیم. درس خواندن و درس نخواندن در تعطیلات، مسئله‌ای است که پدر و مادرها و دانش‌آموزان با آن درگیرند.

افراط و تفریط، آفت است. اگر به همین یک جمله باور داشته باشیم، می‌توانیم دنیایمان را بسازیم. درس خواندن و درس نخواندن در تعطیلات، مسئله‌ای است که پدر و مادرها و دانش‌آموزان با آن درگیرند.

به گزارش ایسنا، برخی دانش‌آموزان تا اسم تعطیلات را می‌شنوند، وظیفه خود را به کلی از یاد می‌برند. در اینجا پدر و مادر به میدان می‌آیند، بچه‌ها را به زور سر درس و مشق می‌نشانند و تعطیلات را به کام آن‌ها تلخ می‌کنند اما در برخی موارد، بچه‌ها دوست دارند در تعطیلات، فقط درس بخوانند؛ اما پدر و مادرها مخالف اند که هر دو صورت، آفت‌هایی به همراه دارد. پس برای رهایی از این دوراهی بزرگ و انتخاب راه سوم، توجه به نکته‌های زیر کمک‌کننده است:

هدف خود را مشخص کنید

روی سخنم با دانش‌آموزان است. این که برای درس خواندن خود، هدفی مهم تعریف کنید. هدفی که انگیزه شما را برای تلاش مستمر، افزایش دهد. فکر کنید برای چه می‌خواهید درس بخوانید و با این کار می‌خواهید به کجا برسید؟ یک هدف و یک عامل انگیزه بیابید و متناسب با آن، برنامه ریزی کرده و تلاش کنید.

مطمئن باشید اگر هدفی درست داشته باشید، راهتان را می‌یابید. آیا می‌خواهید یک خانم دکتر نه چندان خوش حال بی‌حوصله باشید یا یک خانم معلمی که گل دوزی بلد است، سفر رفته و کتاب‌های غیر درسی خوانده است؟ یادتان باشد رنگ بهار، تابستان، پاییز و زمستان هر سال از عمرمان، با سال پیش متفاوت است و احوالی که در ۱۵ سالگی دارید، هرگز در ۲۵ سالگی و ۴۵ سالگی نخواهید داشت.

دور باورهای اشتباه خط بکشید

روی سخن با پدر و مادرهاست. نخستین اشتباه، این است که از فرزندان می‌خواهید بی‌وقفه درس بخواند. این وسوسه‌ای خطرناک است و هر چه امتحان بزرگ‌تر و نزدیک‌تر باشد، راحت‌تر در این دام می‌افتید. قرار نیست میزان بهینه ساعات مطالعه، کوتاه یا تفریحی باشد. اگر می‌خواهید فرزندان سخت درس بخواند، باید سخت کار کند؛ اما به چشم دوییدن در یک مسابقه دو به آن نگاه کنید.

سرعت بالایی هست که می‌توان با آن به دوییدن ادامه داد و سرعت دیگری هم هست که بسیار بالاست و فرد در آن نفس کم می‌آورد. این دو نوع سرعت را از هم جدا کنید. ساده‌ترین راه برای جدا کردن این دو کار، تنظیم ساعت‌هایی معین است که به فرزندان اجازه می‌دهد زمان کافی برای استراحت داشته باشد.

در تعطیلات، کم ولی مداوم درس بخوانید

روی سخن با دانش‌آموزان است. برنامه ریزی بلندپروازانه و ایده آل‌گرایانه، نه تنها شما را از هدفان دور می‌کند، بلکه تعطیلات را هم برایتان زهرمار خواهد کرد. دو دانش‌آموز را تصور کنید که می‌خواهند در تابستان برای درس خواندن برنامه ریزی کنند. یکی برنامه‌اش را به گونه‌ای می‌چیند که از ۸ صبح تا شب ۸ ساعت درس بخواند و دانش‌آموز دیگر در روزهای تعطیل، دو ساعت درس خواندن را برای خود در نظر می‌گیرد.

بی‌شک فرد نخست، پس از چند هفته خسته کلافه و بی‌حوصله می‌شود، کتاب‌هایش را از خود دور می‌کند و تا چند هفته سراغ درس خواندن نخواهد رفت. اگر هم به اصرار پدر و مادرش درس بخواند، پس از تعطیلات، خموده، عصبی و افسرده است؛ اما کسی که دو ساعت، اما هر روز و با تمرکز و نشاط درس خوانده، در پایان تعطیلات برنده است. چون هم احساس شادی و نشاط را در خود بالا برده، هم مهارت‌های دیگری آموخته و هم به درس‌هایش رسیده است.

البته ناگفته نماند که هر چه ساعت مطالعه بیشتر باشد، نتیجه بهتری گرفته خواهد شد؛ اما کسی می تواند موفق باشد که در کنار مطالعه به فکر برنامه های دیگر هم باشد و کم کم بر اساس نیاز پایه تحصیلی، ساعت مطالعه اش را در روزهای تعطیل افزایش دهد.

متعادل باشید

روی سخنم با پدر و مادرهاست؛ فراموش نکنید که فرزندان، ربات های دانشمند نیستند. بچه های امروز برای این که فردا بنده ای فرمان بردار، شهروندی مفید، همسری شایسته و پدر و مادری خوب باشند، افزون بر درس خواندن به چیزهای دیگر مهارت آموختن و شعر خواندن هم نیاز دارند. یادتان باشد افراط و تفریط، آفت است و تعادل، راز موفقیت و رضایت.

لذت بردن را یاد بگیرد

روی سخن با دانش آموزان است؛ از گرما می نالیم و از سرما فرار می کنیم. در جمع از شلوغی کلافه می شویم و در خلوت از تنهایی بغض می کنیم. تمام هفته منتظر رسیدن روز تعطیل هستیم و آخر هفته هم بی حوصلگی تقصیر غروب جمعه است و بس! همیشه در انتظار به پایان رسیدن روزهایی هستیم که بهترین روزهای زندگی مان را تشکیل می دهند: مدرسه، دانشگاه و کار؛ اما زندگی زمانی معنا پیدا می کند که همه این ها کنار هم قرار بگیرند.

لازم نیست پیوسته درس بخوانید و نباید درس را به طور کلی رها کنید؛ بلکه روشی دیگر داشته باشید. هدف هایتان را بیابید و راه های جذاب بیافرینید. اگر هدفتان شاگرد اول شدن است، دور تفریح، ارتباط با دیگران، ورزش و سفر را خط نکشید.

به گزارش ایسنا و به نقل از شماره چهارم مجله رشد آموزش خانواده، اگر هم عاشق تعطیلات هستید، درس را کاملاً رها نکنید. یادتان باشد انسان سالم برای این که یک زندگی سالم و موفق داشته باشد، هم به درس و هم به تفریح نیاز دارد. لازم نیست درس یا تعطیلات را از زندگی بیرون کنید؛ فقط کافی است اجازه دهید درس خواندن و تفریح کردن در کنار هم، بخشی از زندگی تان باشند، نه آنکه همه آن را در بر بگیرد.