

แบ่งปันประสบการณ์ "สอบบรรจุครูผู้ช่วยได้" โดยใช้เวลาเตรียมตัวระยะสั้นๆ

● นำเสนอเมื่อ 13 เม.ย. 2558

เป็นกระทู้สุดฮอต ที่มีคนค้นหามากที่สุดในช่วงนี้ ซึ่งเป็นช่วงเวลาแห่งการเตรียมสอบแข่งขัน เพื่อคัดเลือกบุคคลเพื่อบรรจุเป็นข้าราชการครูและบุคลากรทางการศึกษา ตำแหน่งครูผู้ช่วย เกี่ยวกับเทคนิค วิธีการอ่านหนังสือเตรียมสอบในครั้งนี้ เป็นกระทู้ที่เขียนขึ้นตั้งแต่ช่วงการสอบแข่งขันครูผู้ช่วย กรณีพิเศษ ที่ผ่านมาเป็น การแบ่งปันประสบการณ์เกี่ยวกับการเตรียมตัว และตารางการอ่านหนังสือเตรียมสอบบรรจุครูผู้ช่วย โดยใช้เวลาเตรียมตัว 1 เดือน โดยคุณสมาชิกหมายเลข 1899010 ในเว็บไซต์พันทิป.คอม ซึ่งครูบ้านนอกขออนุญาตนำมาแบ่งปันสำหรับผู้ที่อ่านกันต่อครับ

แบ่งปันประสบการณ์ "สอบบรรจุครูผู้ช่วยได้" โดยใช้เวลาเตรียมตัว 1 เดือน

ช่วงนี้มีข่าวจะเปิดสอบบรรจุข้าราชการ ครู ตำแหน่ง ครูผู้ช่วย กรณีที่มีความจำเป็น หรือเหตุพิเศษ (ว.3/2558)

ผมอยากแบ่งปันประสบการณ์ การเตรียมตัวอ่านหนังสือสอบ ให้ พี่-น้อง เพื่อนครู ลองนำไปปรับใช้ดูครับ

ขอออกตัวก่อนว่า ผมเรียนไม่เก่งและไม่มีเส้นสาย พี่นพเป็นเด็กชนบท มาจากครอบครัวคนจน

แม่...ไม่ได้เรียนหนังสือ พ่อ...เรียนจบ ม.6 กศน. ทั้งสองมีอาชีพรับจ้าง แต่ก็สามารถหาเงินส่งผมเรียนจนจบ ปริญญาตรี

ผมเรียนที่ราชภัฏ จบออกมาด้วยเกรดเฉลี่ย 2.49 หลังเรียนจบก็ทำงานเอกชน 1 ปี เป็นครูอัตราจ้าง 1 ปี

ระหว่างเป็นอัตราจ้างผมก็เรียน ป.บัณฑิต (วิชาชีพครู)ไปด้วย

เรียนจบ ป.บัณฑิต เดือน มีนาคม ปี 53 ได้ไปประกอบวิชาชีพเดือนเมษายน สอบบรรจุครั้งแรก เมื่อเดือน พฤษภาคม

โดนเรียกบรรจุวันที่ 23 กรกฎาคม เหตุการณ์ทั้งหมดเกิดขึ้นในปีเดียวกัน

ปัจจุบัน เป็นข้าราชการครู สังกัด สพม.36 อายุราชการ เข้าปีที่ 5 ละครับ

ในช่วงเตรียมตัวก่อนสอบ (เดือนเมษายน)ผมได้ออกแบบตารางเตรียมตัวอ่านหนังสือของตัวเอง

และลงมือทำตามตารางอย่างเคร่งครัด

ผลลัพธ์ที่ได้จากตารางนี้ อยู่ในระดับพอใช้ครับ สอบบรรจุครั้งแรกปี 2553 ได้ที่ 11 (ประถม)

สพป.เชียงใหม่ เขต 3

ครั้งที่สอง (สอบย้ายขึ้นมัธยม)ปี 2554 ได้ที่ 5 (มัธยม) สพม.36 และครั้งล่าสุด(สอบย้ายกลับบ้าน)
2557 ไม่ได้ใช้ครับ ฮ่าๆๆ ได้ที่ 20 (มัธยม) สพม.36

ครั้งหลังสุดที่ไปสอบ
ไม่ได้ทบทวนตามตารางเลย แต่ตอนเข้าสอบก็ยังจำความรู้ต่างๆที่เคยอ่านไว้เมื่อคราวสอบครั้งแรกได้

ลองดูรายละเอียดการเตรียมตัวจากตารางครับ...

ตารางอ่านหนังสือเตรียมสอบ “ครูผู้ช่วย”

เวลา	วันจันทร์	อังคาร	พุธ	พฤหัสบดี	ศุกร์	เสาร์	อาทิตย์
02:00 น.	สวดมนต์ 30 นาที นั่งสมาธิ 30 นาที						
03:00 น.	ความรู้ความสามารถทั่วไป					ทำข้อสอบ	ทำข้อสอบ
04:00 น.	วิชาชีพครู					ทำข้อสอบ	ทำข้อสอบ
05:00 น.	การศึกษา					ทำข้อสอบ	ทำข้อสอบ
06:00 น.	วิชาเอก					ทำข้อสอบ	ทำข้อสอบ
07:00 น.	เตรียมตัวไปทำงาน ช้าวเช้า					ช้าวเช้า	
08:00 น.							
09:00 น.						ทบทวน	ทบทวน
10:00 น.						ทบทวน	ทบทวน
11:00 น.							
12:00 น.	ช้าวเที่ยง						
13:00 น.							
14:00 น.							
15:00 น.							
16:00 น.	ออกกำลังกาย						
17:00 น.							
18:00 น.							
19:00 น.	ช้าวเย็น						
20:00 น.	สวดมนต์ 30 นาที นั่งสมาธิ 30 นาที						
21:00 น.							
22:00 น.							
23:00 น.					นอนหลับ		
24:00 น.							
01:00 น.							

ในการเตรียมตัวอ่านหนังสือ ผมจะให้ความสำคัญในการสร้างสมาธิ เนื่องจากผมเป็นเด็กที่เคยอยู่วัดมาก่อน เห็นพระต้องทำวัตรเช้า – เย็น หลังจากทำวัตร

ก็นั่งสมาธิต่อประมาณครึ่งชั่วโมง สังเกตว่า พระ เกือบทุกรูปสามารถท่องบทสวดมนต์โดยที่ไม่ต้องดูหนังสือ และยังพระที่เก่งๆ

ตัวอย่างเช่น

หลวงพ่อ พุทธทาส , พระพรหมคุณาภรณ์ (ปอ.ปยุตโต) , พระไพศาล วิสาโล , พระมหาภูติชัย วชิรเมธี

สามารถจดจำหลักธรรมคำสอนในพระไตรปิฎก ที่มีมากมาย ได้อย่างแม่นยำ อยากบรรยายเรื่องไหน พระสูตรไหน ก็หยิบมาพูดได้ทันที

จะเห็นได้ว่าคนที่มีสมาธิ สามารถจดจำอะไรได้ดี เราอยากจำเนื้อหาเพื่อเอาไปสอบ

ดังนั้นเราต้องมีสมาธิ

สิ่งสำคัญที่สุดอีกอย่างคือ มือเข้า

เป็นมือที่แน่นที่สุด ต้องทานทุกวัน ขาดไม่ได้ เพราะกองทัพต้องเดินด้วยท้องและจากข้อมูลทางวิทยาศาสตร์ บอกว่า มือเข้าเป็นมือที่ช่วยกระตุ้นการทำงาน

ของระบบต่างๆในร่างกาย ให้ทำงานได้อย่างเต็มประสิทธิภาพรวมถึงวิถีชีวิตของปราชญ์ เช่น พระเกจิต่างๆ ต่างก็ทานมือเข้าทั้งนั้น มืออื่นๆ ไม่ว่างกันครับ ตามสะดวก มือแน่นดังได้ยิ่งดี

ต่อมาก็เรื่องการนอนครับ จากตาราง จะมีเวลานอน 5 ชั่วโมง ตรงนี้สัมพันธ์กับการสวดมนต์นั่งสมาธิ ตอนก่อนจะนอน

ผมสังเกตว่า ถ้าวันไหนสวดมนต์นั่งสมาธิ ผมจะนอนหลับสนิทตื่นมา รู้สึกสดชื่น มีเรี่ยวแรงเหมือนโตป्याทั้งวัน 55+

ช่วงที่ทำ รู้สึกแบบนี้จริงๆ ส่งผลให้ผมอ่านอะไรก็เข้าใจไปหมด อันนี้ไม่ได้โมนะครับ ลองทำดู ช่วง 3 วันแรกนี้ ว่างใจเลย

แต่พอผ่านเข้าวันที่ 4 ทำอะไรก็ตีไปหมดผมทำแบบนี้อยู่ 1 เดือนก่อนไปสอบ

ส่วนเรื่องเวลา ที่ผมกำหนดให้ตื่นนอนดี 2 ก็ใช้หลักการทำงานของนาฬิกาชีวิต ที่มีนักวิทยาศาสตร์เขาวิจัยมา

อย่าเพิ่งเชื่อที่ผมบอกครับ ให้ใช้หลัก "กาลามสูตร " พิสูจน์ด้วยตัวท่านเองก่อน

ขอย้ำว่า..ต้องอดทนและมีวินัย ทำให้ได้ตามที่เราวางไว้ ภารกิจ 1 เดือนเพื่อเป้าหมาย และคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น

ทำแค่นี้สบายมากครับ ลองคิดดูครับ เรามีเวลาไปสังสรรค์ทั้งคืน มีเวลาไปเที่ยวเป็นวันๆ กับแค่เจียดเวลามาอ่านหนังสือเพื่อตัวเองทำไมจะทำได้

เป็นกำลังใจให้ว่าที่ครูผู้ช่วยทุกคน ลองแล้วได้ผลยังไง มาเล่าให้ฟังบ้างนะครับ..

อัปเดตข้อความล่าสุดเมื่อ 25 มกราคม เวลา 20:51 น. โดยคุณสมาชิกหมายเลข [1899010](#)

ขอบคุณที่มาจาก เว็บไซต์ [pantip.com](#)

เทคนิคนี้เป็นเทคนิคการเตรียมตัวผสมกับความตั้งใจส่วนบุคคล ที่ครูบ้านนอกดอทคอม
ขออนุญาตนำมาเผยแพร่ต่อ เพื่อเป็นแนวทางสำหรับผู้ที่ไม่มีเวลาในการเตรียมตัวน้อย ได้ลองปรับใช้ดูนะครับ

อย่างไรก็ตาม ขอยืนยันว่า การเตรียมตัวที่ดีนั้น
จะต้องใช้เวลาอ่านหนังสือและเตรียมตัวให้พร้อมตั้งแต่เนิ่นๆ นะครับ เพราะในการสอบทุกครั้ง ไม่มีใครช่วยเราได้
นอกจากตัวเราเองเท่านั้นครับ

ครูบ้านนอกดอทคอม ขอเป็นกำลังใจให้ทุกท่านนะครับ