

9 เคล็ดลับการเรียนรู้เก่ง

นำเสนอเมื่อ : 1 ก.ย. 2552

สรุปเคล็ดลับ การเรียนรู้เก่ง....ไม่ได้ว่าเองนะ สอบถามจากคนที่เขาเรียนรู้เก่งๆ หลากๆ คนละ

1. คุมเวลาดึ้นนอนให้ได้ทุกว้ันก่อน

เช่น ตื่น 6 โมงเช้านอน 4 ทุ่ม ชัก 1 เดือนติดต่อกัน ให้ได้ก่อนค่อยมาว่าจะอ่านหนังสือ เพราะจะเป็นการจัดระบบมันสมองได้อย่างดีเยี่ยม และจะรู้สึกว่ามีพลังในการรับรู้ ถ้าทำข้อนี้ไม่ได้ อย่าคิดว่าจะเรียนให้ได้ดีได้ยาก

2. หลักการอ่านหนังสือใด ๆ ไม่จำเป็นต้องอ่านทีละหนาน ๆ

เช่นตั้งไว้ว่า วันหนึ่ง เราจะ อ่านซัก 1 - 2 ชม.ก็เกินพอ แต่สำคัญอยู่ที่ความต่อเนื่อง ถ้ายิ่งบังคับตัวเองไม่อยู่ ข้อ 1. ก็เป็นการฝึกบังคับบางอย่างแล้ว ต้องอ่านทุกวัน ไม่มีวันหยุด

3. ที่ว่า 1 -2 ชม.นั้นต้องรู้ว่าตัวเองเราสามารถรับได้ครั้งละเท่าไร

อ่านวันละ 2 ชม. แต่แบ่ง เป็น 4 ยก ครั้งละ 25 - 30 นาที และพัก 5- 10 นาที

4. อ่านจบวันหนึ่ง ๆ ต้องมีสรุปแบบเล่มยาว ๆ เลยนะ

สรุปสั้น ๆ ว่าวันนี้ได้อะไรบ้าง สูตรอะไร ๆ หรือความเข้าใจอะไร

5. ถึงตอนนอนให้ห้่งสมาธิซัก 5 นาทีพอรู้สึกใจเริ่มนิ่ง ให้นำที่เรสรุปไว้ในข้อ 4

ถ้านึกไม่ออกแสดงว่าสมาธิตอนอ่านหนังสือไม่ดี ให้เปิดไฟ ลูกออกไปดูที่สรุปใหม่ แล้วนึกใหม่

6. ต้องรู้วิธีเรียนในแต่ละวิชา

เช่น คณิต + ฟิสิกส์ เน้นความเข้าใจเป็นอันดับ 1 เคมี่ เน้น เข้าใจ + ท่องจำบางอย่าง เช่น ตารางธาตุ ถ้าท่องยังไม่ได้แสดงว่าไม่เข้าใจว่ามันจำเป็นต้องจำ อังกฤษ เป็นเรื่องทักษะ ต้องไชบอย ๆ เวลาจะทำอะไรก็นึกเป็นภาษาอังกฤษบ้าง

เช่นนี้จะทุกเพื่อนว่าไปไหน ก็นี้กว่า where do you go .? เป็นต้น แล้วก็ต้องเข้าใจ เป็นภาษาต่างดาวยังมีคำหรือสำนวนที่เราไม่เข้าใจอีกเยอะ ดังนั้นเรื่องศัพท์ต้องรูเยอะ ๆ เวลาจะไปดูหนัง Entertain กันทั้งที ก็เลือกดูเรื่องที่เขาใส่ sub title เป็นภาษาอังกฤษ

7. วิธีเรียนพวกวิชาที่ใช้ความเข้าใจ

อันดับแรกต้องรีบศึกษาเนื้อหาทั้งหมดให้จบอย่างรวดเร็ว ถ้ามัวอ่านจากไหน อายามองไกล แบบเรียนนั้นละ อย่าเพิ่งไปมองพวกคู่มือ ถ้าเราอ่านแบบเรียนไม่รู้เรื่อง ก็อย่าไปหวังจะดูตำราอื่นเลย จากนั้นให้รีบหา แบบฝึกหัด มาทำในแบบเรียนนั้นละให้ได้หมดก่อน จากนั้นค่อย เสาะหาตำราคู่มือที่คิดว่าเราดี อ่านแล้วเข้าใจอีกซักเล่มหนึ่งมา อ่านเนื้อหาทั้งหมด อีกที แล้วทำแบบฝึกหัดในเล่มนั้นให้จบหมด . สำคัญคือความตั้งใจนะคะ ต้องเข้าใจว่าเรา มีความรู้ในบทนั้น ๆ จบแล้ว ทำไม่ยังทำโจทย์บางข้อไม่ได้ พยายามคิด สดท้ายไม่ออก ก็ดูเฉลย แล้วต้องตอบตัวเอง ให้ได้ว่าเราเียงตรงไหน ทำไม่ทำไม่ได้ โจทย์ข้อนั้น ๆ เป็นเทคนิคเฉพาะหรือเปล่า ต่อไป ก็เสาะหาพวกข้อสอบต่าง ๆ มาให้เยอะที่สุดเท่าที่จะทำได้ แล้วยิ่งทำ ๆ ๆ จนเกิดรู้สึก ว่า บรรลุ !!! ในเรื่องนั้น ๆ มันเป็นความรู้สึกคล้าย ๆ สำเร็จเป็นผู้วิเศษอะไรทำนองนั้น หรือฝึกวิทย์ายุทธสำเร็จแบบนั้น มองโจทย์ปุ๊บ จะเกิดความคิด แปลบ ๆ ขึ้นมานึกออกทะลุหมด เมื่อนั้นรู้สึกแบบนี้เมื่อไร ให้รีบสรุปเนื้อหาบทนั้น ๆ ออกมา ในกระดาษขนาดประมาณ 2.5 นิ้ว คุณ 4 - 5 นิ้ว ไขหน้าหลังเขียนให้พอให้ไดโน 1 บทต่อ 1 แผ่น อาจจะมียกเว้นบางบท เช่น สถิติ อาจใช้ถึง 6 แผ่น หรือตรีโกณ 3 แผ่น ส่วนใหญ่ไม่เกินหรอกครับ. จากนั้นไปตำราบทนั้น ๆ ทิ้งไปเลย

8. สิ่งที่สำคัญที่สุดในการทำอะไรก็ตามที่

คือ ต้องมีความรู้ติดสมอง สามารถหยิบมาใช้การได้ทันทีครับ. ถ้าคิดจะเรียนเพื่อสอบนั้นก็แสดงว่า กำลังคิดผิดอย่างใหญ่หลวง เด็กสมัยใหม่ชอบคิดว่าเรียน ๆ ไปเพื่อสอบ สอบเสร็จก็เลิก นั่นเป็นเพราะผลพวงของระบบ แข่งในการศึกษาของไทยเราครับ. เด็กต้องสอบ Entrance เขาต่อ ทำให้ไม่เกิดความรู้สึกในการใฝ่รู้ ต้องเข้าใจว่าเราเรียนหนังสือนี้ ต้องถือว่าไม่มีใครมาบังคับเรา เราเรียนเพื่อตัวเอง เพื่อพัฒนาสมองเราเอง พัฒนา มุมมองความคิดต่าง ๆ เพื่อให้เราเป็นยอดคนเอง สามารถที่จะพึ่งตัวเองได้ทุกเมื่อ ไม่ว่าจะยังอยู่ในความดูแลของครูปกครองหรือหลุดจากอ้อมแขน บิดามารดาเมื่อไร ต้องสามารถที่จะกล้าคิดและทำ พึ่งตัวเอง ยังชีพตัวเองในสังคมนี้ได้. ดังนั้น จากข้อ 7. เราต้องบันทึกความรู้ที่เราเจอแล้ว ให้เป็นความรู้ยาวนานติดสมอง

โดยทำดังต่อไปนี้

- ให้นัก ! โน้ตย่อที่เราสรุปเอง อาทิตย์ละหน ติดต่อกัน ซัก 1 เดือนหรือ 4 อาทิตย์ก็กะคะ. ไม่ใช่เปิดดูถ้าฝึกไม่ออก แสดงว่าไม่ได้สรุปเองแล้วละเปิดหนังสือ แล้วสรุปตามแหล่ง ๆ จากนั้นให้ทิ้งห่างเป็น 1 เดือนต่อครั้ง จนเริ่มรู้สึกเบื่อ เพราะนึกทะเล่ไปรุ่มหุดแล้วให้เลิกคะ. โกลสอบคอยวากันอีกที กระบวนการที่วากันตั้งแต่ 1 อาทิตย์จนเลิกนึกนี้ คาดว่าไม่ต่ำกว่า 3 เดือนนะคะ ใครน้อยกวานี้ แสดงว่าโกหกตัวเองชัด

9. กระบวนการสุดท้าย เป็นการเพิ่มพลังความมั่นใจในตัวเองซึ่งต้องกระทำติดต่อกันบ่อยๆ เรื่อยๆ

คือกระบวนการสอบแข่งขัน

ตรงนี้สำคัญมาก ถ้าเป็นไปได้สอบแข่งขันตั้งแต่ ม.1 จนถึง ม.6 เลย จะทำให้เราอุ่นใจตัวเอง เมื่อเทียบกับคนอื่น ๆ ครับ. เช่นเราอาจจะเรียนได้เกรดดี แต่พอสอบแข่งจริง ๆ ละ สุขเข้าได้ไหม ทักษะในการทำข้อสอบ มีไหม เขาหองก็เดินหน้าลุยทำแต่ข้อแรกยื่นข้อสุดท้ายเลยหรือเปล่า ก็พวก สมาคม โอลิมปิก หรืออะไรก็ตามที่ ทั้งสอบแข่งในโรงเรียน เช่น โรงเรียนจัดเอง หรือสัปดาห์ต่าง เช่น สัปดาห์วิทยาศาสตร์ ภาษาอังกฤษ โจ่งงานวิทยากรฯ ตอบปัญหาภาษาไทย อังกฤษ ฯลฯ สุดท้ายทั้งหมดที่วามา ถานองคนไหนทำได้นะคะ. ซัก 1 - 2 ปี ีรู้ผลแน่ รับรองได้ 100 % เลยว่าอย่างน้อยต้องอยู่ในอันดับ 1 - 3 ของชั้น แนนอน อันดับระดับประเทศ ก็ไม่เกิน 50 อย่างมาก ออ ลิมบอกไป. สิ่งสำคัญคือการอ่านลงหน้าชวงปิดเทอม ก็อ่านของเทอมหน้าหรือ อยู่ ม.4 จะอ่านของ ม.6 ก็ได้นะไม่ผิด

เนื้อหาจาก www.mathcenter.net