

สอบทั้งที่ต้องทำให้ดีหน่อย



อาจารย์ตำรวจ มหาพรหมณ์
ผู้ช่วยผู้อำนวยการฝ่ายวิชาชีพ

การสอบเป็นการประเมินความรู้ของนักเรียน-นักศึกษา ว่าสิ่งที่เรียนไปแล้วมีความรู้ความเข้าใจ สามารถวิเคราะห์ปัญหาแก้ปัญหาได้มากน้อยแค่ไหน การทำคะแนนในการสอบให้ได้คะแนนมาก ๆ นั้น มีความสัมพันธ์กันหลายประการ แต่ที่แน่ ๆ ขึ้นอยู่กับตัวเราครุมีข้อเสนอแนะ ดังนี้

๑. เตรียมตัวให้พร้อม

เตรียมตัวให้พร้อมเป็นคำพูดที่ครอบคลุมมาก เราจะเตรียมตัวอย่างไรดี เตรียมตัวให้พร้อมในที่นี้ครูหมายถึง การเตรียมทั้งร่างกายและจิตใจให้พร้อมที่จะสอบ บางคนพรุ่งนี้จะสอบยังไม่ทราบวิชาที่จะสอบ แนวทางทิศทางของข้อสอบว่าควรเป็นอย่างไร คนประเภทนี้ไม่น่าจะได้คะแนนเกินครึ่ง อย่าลืมถามแนวข้อสอบจากอาจารย์และอย่าลืมไปค้นคว้า ทดลองปฏิบัติก่อนสอบจริง

๒. พักผ่อนให้เพียงพอ

การพักผ่อนทางวิทยาศาสตร์ได้พิสูจน์แล้วว่ามีความจำเป็นสำหรับร่างกายมนุษย์ การพักผ่อนให้เพียงพอโดยเฉพาะการพักผ่อนก่อนสอบ ช่วง 2-3 วัน ครูขอแนะนำว่าไม่ควรนอนดึกกว่าปกติที่เคยนอน ถ้าจะให้ดีควรเป็นวันพักผ่อนสบาย เช่น ไปดูหนัง ที่สวนสาธารณะ นั้นหมายถึงเราเตรียมตัวพร้อมแล้วสำหรับการสอบ

๓. บริหารเวลาสอบให้ดีมีค่า

ในการสอบแต่ละครั้งจะมีระยะเวลาที่กำหนดอาจจะเป็น 1 ชม. หรือ 1.30 ชม. บางวิชาข้อสอบมากให้เวลาน้อยทำไม่ทัน วิธีแก้ไข เราต้องใช้เวลาทุกนาทีให้คุ้มค่า ข้อสอบข้อไหนทำไม่ได้ให้ข้ามไปก่อน ทำข้อที่ทำได้และทำทันที ช่วง 5-10 นาทีสุดท้าย ควรตรวจข้อที่ยังไม่ได้ทำ และควรทำให้ครบทุกข้อ

๔. ย่อยรอยแบบฝึกหัด

การทำแบบฝึกหัด หมายถึง การทดสอบความรู้ความเข้าใจในแต่ละเรื่องที่อาจารย์สอน แบบฝึกหัดนี้แหละคือแนวข้อสอบที่ครูส่วนใหญ่นำมาเป็นแนวทางในการออกข้อสอบ ฉะนั้นก่อนสอบเราควรทบทวนแบบฝึกหัดนี้ให้ขึ้นใจ โดยเฉพาะแบบฝึกหัดที่อาจารย์ให้ความสำคัญ

๕. ทดสอบตัวเองก่อนสอบจริง

การทดสอบตัวเองเป็นเรื่องยาก เราควรจับกลุ่มเพื่อทดสอบตัวเอง สิ่งสำคัญคือข้อสอบที่จะมาใช้ทดสอบเราควรจับกลุ่ม ๓-๔ คน แล้วนำเอกสาร ตำรา สมุดโน้ต เอามาดูและทดลองออกข้อสอบตามวัตถุประสงค์การสอนของอาจารย์ ประมาณคนละ ๑๐ ข้อ แล้วนำมา

รวมกันถ้าข้อไหนข้างหน้าจะมีโอกาสเป็นข้อสอบ หลังจากนั้นจึงนำมาทดสอบร่วมกัน แล้วจึงเฉลยว่าผิด ถูก อย่างไร แนวทางนี้ทำให้เรามั่นใจ มากยิ่งขึ้น

๖. ทบทวนอย่างชาญฉลาด

การทบทวนเป็นสิ่งสำคัญในการเรียนรู้ บางครั้งในชั้นเรียนเรามีความเข้าใจเป็นอย่างดี หลังจากนั้นอีกเพียง ๑-๒ สัปดาห์ เราลืมเกือบทั้งหมด ถ้าเราไม่ได้ทบทวน การทบทวนที่ดีควรทำสรุปโครงร่างของเรื่อง ที่สำคัญเราต้องทำสรุปว่าใครทำอะไร ที่ไหน เมื่อไร ทำอย่างไรมีโทษและประโยชน์อะไรบ้าง

๗. ไม่ควรทานอาหารอิ่มจนเกินไปหรือน้อยเกินไปก่อนการสอบ

น้ำมัน จำเป็นสำหรับเครื่องยนต์ ไฟฟ้าสำคัญสำหรับเครื่องใช้ไฟฟ้าชนิดใด อาหารเป็นสิ่งสำคัญสำหรับมนุษย์เช่นกัน ช่วงสอบถ้าหิวหรืออิ่มมากเกินไปก็เป็นปัญหาทำให้เราขาดสมาธิในการสอบ ถ้าโชคร้ายเกิดท้องเสียคงนึกออกกว่าอะไรจะเกิดขึ้น ฉะนั้นช่วงสอบไม่ควรรับประทานอาหารแปลก ๆ และรับประทานมากเกินไป ควรทดลองเมื่อสอบวิชาสุดท้ายเสร็จ

๘. จิตเป็นสมาธิ

สมาธิมีความจำเป็นอย่างมากในทุกกรณี คนที่ไม่พร้อมสอบย่อมไม่มีสมาธิ ลูกลี้ลูกหลงยังเป็นสาเหตุให้ทำข้อสอบได้คะแนนน้อยลงกว่าที่ควรจะเป็น ครูขอแนะนำว่าไม่ว่าอะไรจะเกิดขึ้น เมื่อถึงเวลาสอบต้องทำจิตใจให้นิ่งพยายามหายใจลึก ๆ (หายใจให้ท้องป่องให้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้) ประมาณ ๔-๕ ครั้งจะรู้สึกดีขึ้น

๙. ทำข้อสอบที่คิดว่ามั่นใจก่อน

ในแต่ละครั้งที่สอบมีข้อสอบที่ยากและง่าย เราควรทำข้อสอบที่มั่นใจว่าทำได้ถูกต้องก่อนเมื่อเราทำได้มากข้อ เราจะเกิดความภาคภูมิใจ ในบางครั้งข้อหลัง ๆ เป็นข้อมูลในการตอบคำถามที่เราเว้นไว้ ถ้าไม่มีข้อมูลในการตอบ เราควรเลือกวิธีตัดทิ้งในข้อที่เห็นว่า ไม่เหมาะสม ให้เหลือตัวเลือกน้อยที่สุดแล้วจึงตัดสินใจ

๑๐. อย่าทุจริตในการสอบ

ในบางสถานศึกษามีกฎระเบียบในการสอบเข้มงวดมาก โรงเรียนเทคโนโลยีภาคตะวันออก (อี.เทค) ก็เช่นเดียวกัน การทุจริตมีโทษรุนแรงถึงปรับตกทุกรายวิชา บางครั้งความมีน้ำใจสงสารเพื่อนที่ทำข้อสอบไม่ได้ให้เพื่อนลอกข้อสอบทำให้เรามีความผิดด้วย เราช่วยเพื่อนทางอื่นดีกว่า เช่น ช่วยติว หรือให้ข้อมูล เพื่อเตรียมตัวสอบ การทำผิดทุจริตข้อสอบจะเป็นตราบาปแก่ผู้คุมสอบไม่รู้ตัวเรารู้ดี

การมีความคิดที่ดี เป็นสิ่งที่ดี แต่ถ้าจะให้ดี
เราควรนำความคิดนั้นมาใช้ให้เกิดประโยชน์