



مجمع لرهنگی-آموزشی کوشش
تاسیس ۱۹۶۱



kooshesh3gandi



آیا راه رفتن هنگام
مطالعه کار درستی
است؟



- راه رفتن در هنگام مطالعه یکی از عواملی است که سبب حواس پرتی و درگیری بخشی از ذهن شما خواهد شد. علاوه بر این، اینکار سبب کاهش سرعت مطالعه شما شده و باید حتما این عادت را ترک کنید.





- شرایط یادگیری و یادآوری باید شبیه به هم باشند. بنابراین اگر شما میخواهید یادآوری خوبی در امتحانات داشته باشید، باید شرایط یادگیری و یادآوری شما یکسان (هر دو نشسته) باشد.





مجتمع فرهنگی - آموزش کوشش
تاسیس ۱۳۷۱



- راه رفتن زیاد سبب ایجاد محستگی شده و همین موضوع کاهش تمرکز و یادگیری شما را نیز به همراه دارد.





- سعی کنید با انجام فعالیت های دیگر از قییل یادداشت برداری، افزایش سرعت مطالعه و حل تمرین و ... فضای خالی ذهن خود را پر کنید تا بتوانید این عادت خود را به تدریج برطرف نمایید.

