NBT
नवभारत टाइम्स
नई दिल्ली । शनिवार, 20 जनवरी 2018

एनबीटी ने तैयार किया सबसे अच्छा पैनल, हर गाइडेंस मिलेगी यहां

वनिता सहगल
प्रिंसिपल
डीपीएस, आरके पुरम

अमिता वट्टल
प्रिंसिपल,
स्प्रिंगडेल्स स्कूल पूसा रोड

प्रियंका गुलाटी
प्रिंसिपल एवरग्रीन सी.से स्कूल, वसुंधरा एनक्लेव

रोमा पाठक
प्रिंसिपल, एमएम पब्लिक स्कूल, पीतमपुरा

ज्योति अरोड़ा
प्रिंसिपल, माउंट आबू पब्लिक स्कूल, रोहिणी

डॉ. अरुणा ब्रूटा

फिजिक्स का फंडा, डायग्राम्स हैं खास

'रट्टा न मारें, फ्लोचार्ट की मदद लें, कॉन्सेप्ट समझें'

■ प्रमुख संवाददाता, नई दिल्ली

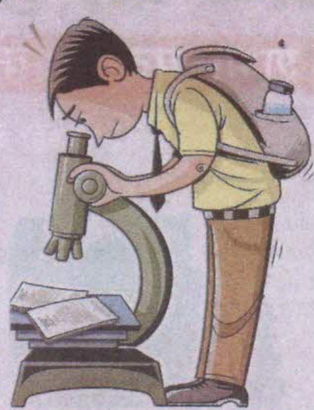
12वीं में अगर फिजिक्स टेंशन दे रही है, तो घबराएं नहीं। टीचर्स का कहना है कि अभी भी अगर पढ़ लें और तैयारी कर लें, तो वे बोर्ड एग्जाम में अच्छा स्कोर कर सकते हैं। फिजिक्स पेपर 7 मार्च को है और टीचर्स का कहना है कि आप फ्लोचार्ट और सैंपल पेपर्स की मदद लेंगे, तो फिजिक्स की तैयारी मुश्किल नहीं होगी।

फ्लोचार्ट सबसे खास

टीचर्स का कहना है कि फिजिक्स की पढ़ाई के लिए फ्लोचार्ट बहुत मदद करते हैं। जीडी गोएनका स्कूल, कड़कड़डूमा के साइंस डिपार्टमेंट के हेड कपिल त्यागी कहती हैं, इन डेढ़ महीने में स्टूडेंट्स फ्लोचार्ट की मदद से पढ़ाई करें। इससे आप हर टॉपिक का कॉन्सेप्ट समझेंगे। स्टूडेंट्स टाइमटेबल सेट कर लें, वाइट बोर्ड में डायग्राम प्रैक्टिस करें, फ्लोचार्ट की मदद से टॉपिक्स को स्टेप वाइज समझें। रटकर आपको बिल्कुल मदद नहीं मिलेगी।

डायग्राम बहुत जरूरी

कपिल का कहना है कि पिछले कुछ सालों से सीबीएसई पेपर में डायग्राम पर फोकस कर रहा है। बोर्ड का मानना है कि स्टूडेंट्स डायग्राम की मदद से टॉपिक अच्छी तरह समझता है और समझा पाता है। 12वीं के फिजिक्स के पेपर में 15 से 20 नंबर डायग्राम के लिए मिलते हैं। इस वजह से डायग्राम की जितनी प्रैक्टिस करेंगे, मार्क्स लाने में उतनी मदद मिलेगी। रे डायग्राम, ट्रांजिस्टर्स एंड ऐंप्लिफ्लायर्स, आइंसटाइंस फोटोइलेक्ट्रिक इफेक्ट, डायोड्स समेत कुछ और डायग्राम्स की प्रैक्टिस जरूर करें।



याद रखें

- डेरिवेशन और न्यूमेरिकल्स की प्रैक्टिस करें
- अभी भी है वक्त, खास टॉपिक्स पर फोकस करें
- डायग्राम की जितनी प्रैक्टिस करेंगे, मार्क्स लाने में उतनी मदद मिलेगी

तैयारी एग्जाम की

तीन साल के सैंपल पेपर जरूरी

टीचर्स का कहना है कि अगर स्टूडेंट्स फिजिक्स के सैंपल पेपर्स को प्रैक्टिस करते हैं, तो अच्छा स्कोर पाना मुश्किल नहीं। कपिल कहते हैं, पिछले तीन साल के सीबीएसई सैंपल पेपर भी अगर स्टूडेंट पढ़ लेता है तो भी काफी है। इससे टॉपिक्स का ट्रेंड पता चल जाता है।

न्यूमेरिकल्स प्रैक्टिस करें

टीचर्स का कहना है कि हर टॉपिक से न्यूमेरिकल्स जरूर प्रैक्टिस करें। फिजिक्स टीचर कपिल कहते हैं, हर टॉपिक से कम से कम दो न्यूमेरिकल जरूर प्रैक्टिस करें। डेरिवेशन के अलावा न्यूमेरिकल्स में फोकस करना जरूरी है, इससे कम से कम 20 अंक के सवाल पूछे जाते हैं।

कपिल का कहना है कि फिजिक्स के बोर्ड पेपर में सेमी कंडक्टर्स, कम्यूनिकेशन, ऑप्टिक्स, करंट इलेक्ट्रिसिटी, डूअल नेचर इन टॉपिक से 50% सवाल पूछे जाते हैं। 70 मार्क्स में से 35 नंबर इन्हीं को कवर करते हैं, इसलिए इन्हें कतई ना छोड़ें।

'क्वॉलिटी टाइम दें, दिमाग को आराम जरूरी'

Q मैं 17 घंटे हर दिन पढ़ाई कर रहा हूं, फिर भी मेरे रिजल्ट में कोई बदलाव नहीं है। क्या करूं?

इतनी पढ़ाई करना सही नहीं, क्योंकि दिमाग को आराम देना भी जरूरी है। आप अपने हर सब्जेक्ट को क्वॉलिटी टाइम दें, ना कि क्वॉन्टिटी। एक टाइमटेबल बनाएं, उसे फॉलो करें। बीच-बीच में आराम करें और अपनी डाइट का पूरा ध्यान रखें।

Q बोर्ड के पेपर की छुट्टियों में क्या पढ़ूं? -मानव, क्लास 10

एक रुटीन बना लें, उसके हिसाब से तैयारी करें। जो टॉपिक्स आसान लगते हैं, सबसे पहले उसे खत्म करें। इससे बोर्ड की तैयारी के लिए आपका कॉन्फिडेंस भी बनेगा। बाद में मुश्किल टॉपिक्स को पढ़ें। मुश्किलों के लिए टीचर्स की मदद जरूर लें।

Q मेरा भाई 10वीं में हैं। उसे मैथ्स में बहुत दिक्कत आती है। उसके 40% मार्क्स प्री बोर्ड में आए हैं। प्लीज उसे गाइड करें। - प्रियंका शर्मा

तब तक मुश्किल ही आएगी। मैथ्स को ज्यादा वक्त दें और मुश्किलों के लिए मैथ्स टीचर की मदद लें। साथ ही, कूल जरूर रहें, अभी भी आपके पास तैयारी के लिए वक्त है।

बोर्ड एक्सपर्ट
रोमा पाठक,
प्रिंसिपल, एमएम पब्लिक स्कूल,
पीतमपुरा

Q मैं क्लास 10 का स्टूडेंट हूं। मेरे सभी सब्जेक्ट बढ़िया हैं मगर केमिस्ट्री मुश्किल लगती है। इससे मेरी परफॉर्मेंस साइंस में वीक हो रही है। मैं केमिस्ट्री के फॉर्म्युला में उलझ जाता हूं। कैसे मैं खुद को सुधारूं? -मयंक रावत

एग्जाम में अभी कुछ वक्त है, आप केमिस्ट्री टीचर की मदद ले सकते हैं। उनसे कहकर केमिस्ट्री के लिए एक्स्ट्रा टाइम निकालें और 'पढ़ाई को दें क्वॉलिटी टाइम, दिमाग को आराम देना जरूरी' या इक्वेशंस को याद करने के लिए टिप्स लें। इन्हें याद करने या बैलंस करने की तकनीक होती है, जिसमें केमिस्ट्री टीचर आपकी मदद सही तरीके से कर सकता है।

Q मैं हर सब्जेक्ट को कितना कितना टाइम दूं? - मुदित

रोजाना हर सब्जेक्ट को टाइम दें। जिस सब्जेक्ट में आप कमजोर हैं, उसे ज्यादा वक्त दें। बीच-बीच में आराम जरूर करें। साथ ही, इस वक्त