पढ़ाई करते समय ' नोट्स लिखने की कला' सीखना ।

1. नोट्स लिखने की कला सीखना

1.1 कक्षा 8 से नोट्स बनाना आरम्भ करना एक अच्छी आदत है, जो उच्च कक्षाओं में बहुत सहायक होती है । वैसे इसे कभी भी आरम्भ किया जा सकता है , लेकिन आदत को सुदृढ़ करने में कुछ वर्ष लग जाते हैं । इसलिये स्कूल के स्तर से आरंभ करना उचित रहता है ।

1.2 नोट्स क्या होते हैं ? नोट्स किसी अध्याय या विषय या लेख या चर्चा के मुख्य, मूल विचार या पौयन्ट्स होते हैं । सामान्यतः, एक पैरा में केवल एक ही मूल विचार होता है । उसी को पहचानना या ढूढने की कला, नोट्स बनाने का आरम्भ है । पहले कुछ वर्ष अभ्यास के लिये, मूल विचारों को अलग से लिख लिया जाता है । बाद में मानसिक स्तर पर, बिना लिखे ही, बात के मूल विचार पहचानने की आदत पड़ जाती है ।

1.3 प्रत्येक अध्याय या लेख को, एक विषय पर, कुछ ही मूल विचारों को लेकर बनाया जाता है । उसके शीर्षक से पता चलता है कि किस विषय के विचारों से उस अध्याय का ताना बाना बुना गया है । उस विषय को कितनी गहराई और जटिलता से प्रस्तुत किया गया है ,इस बात के आधार पर मूल विचारों को पहचानना आवश्यक है।

1.4 स्कूल से ले कर उच्चतर स्तर की शिक्षा तक, सभी विषयों और अध्यायों में केवल पॉच प्रश्नों के आधार पर मूल विचार होते हैं । ये हैं क्या? कब? कहॉ? कैसे ? और क्यों? जब नोट्स बनाने का अभ्यास आरम्भ करें तो नीचे दिया हुआ खाका तैयार रखें ।

संख्या व प्रश्न	नोट्स बनाने के लिये जगह	अतिरिक्त टिप्पणीयॉ स्वयं के लिये
1	2	3
1. क्या ?		
2. कब ?		
3. कहॉ ?		
4. कैसे ?		
5. क्यों ?		
सामान्य मूल विचार जो उपर्युक्त के सभी प्रश्नों के लिये हों		

सीखने का पहला स्तर

1.5 नोट्स हमेशा स्वयं ही बनायें । उधार लिये हुए नोट्स लाभ नहीं पहुॅचाते, क्योंकि जो भी नोट्स बनाता है वह अपनी समझ के अनुसार मूल विचार नोट करता है । नोट्स केवल अपनी पूरी समझ का एक बटा छः हिस्सा लिखित रूप में होते हैं । बाकी पॉच बटा छः, नोट्स लिखने वाले की बुद्धि में रहता है । इसलिये उधार लिये हुए नोट्स केवल रट्टा लगाने के काम तो आ सकते हैं, लेकिन वे उस अध्याय को सिखा नहीं दिला सकते । सीखने के लिये स्वयं नोट्स बनाना अति आवश्यक है ।

1.6 नोट्स बनाते समय उस विषय की मुख्य बातों का एक ग्राफ या चित्र , मन में बनाते जाना चाहिये। आगे जब भी उसी विषय पर नया सीखें तो उसी चित्र में जोड़ते जाए । यह मानसिक चित्र किसी रूप में हो सकता , चाहें किसी पौधे के आकार का या फूल और फल के आकार का। पौधे की हर पत्ती को एक मूल विचार

या पॉयन्ट माना जा सकता है । आरम्भ मे दो पत्तियॉ , फिर चार या उस के आगे। इस प्रकार जानकारी एक ही स्थान या चित्र में जुड़ती जाती है। ऐसे चित्रकारी के नोटस अलग अलग कापी या रजिस्टर या कम्पयूटर फाइल में भी बनाए जा सकते हैं ।

2. सीखने का दूसरा स्तर

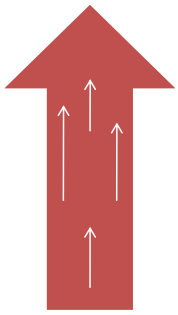
हमें क्या और कैसे सीखना है , इसकी जानकारी कैसे एकत्र करें ? योजना व नियमित रिव्यू के लिये निम्नलिखित आकार अपनाएं।

चार खाने या चौकोर का आकार

क्या जानना जरूरी है ?		
	4. सब से आवश्यक और जरूरी यहॉ लिखें	1.परीक्षा या कार्य के लिये सब से आवश्यक बातों की सूची
	3.बहुत कुछ जो कम आवश्यक है, इस कॉलम में ।	2.सब से कम जो आता हो, उसे इस कॉलम में अंकित करें ।

सूची में कितना मुझे आता है और कितना सीखना है ?

3. किसी ग्रुप या टीम में सीखने या कार्य करने का तीसरा स्तर



जब योजना या लक्ष्य बना हो, तो पूरे स्लिेबस के अनुसार, परीक्षा की तयारी प्रतिदिन की दिनचर्या से हो सकती ह ।

' क्या कार्य हर दिन पूरा करना ह ?' इस जानकारी से समय बचता ह । कार्य पूरा होने पर आत्मवि वास बढ़ता ह, प्रोत्साहन मिलता ह ।

योजना व लक्ष्य दोनों ही चुम्बक की तरह कार्य करते हं और सीखने में सहायक होते हं ।

परीक्षा से पहले केवल सबसे मूल बातें ही रिवाइज करें । इसके लिये नोट्स के भी छोटे नोट्स बनाते रहें ।

4. नोट्स के भी छोटे नोट्स से क्या अर्थ या अभिप्राय है ?

वर्ष भर में पढ़ाई के समय, एक पाठ के लिये एक सप्ताह का समय होता है । उस समय नोट्स बनाए जाते हैं ।

लेकिन स्कूल या कालेज की परीक्षा के समय, रिविज़न के लिये केवल आधा दिन या एक दिन होता है ।

सिविल सेवा जैसी परीक्षाओं में, एक दिन में दो पर्चे होते हैं, और यह पॉच दिनों में लगातार दस पर्चों में पूरी हो जाती है । हर दिन परीक्षा के बाद कोई पुनःअवलोकन या रिविज़न का समय नहीं बचता ।

ऐसे कम समय में रिविज़न के लिये ' नोट्स के छोटे नोट्स' बनाए जाते हैं ।

इन में केवल संख्या क्रम अनुसार मूल विचारों को एक एक पंक्ति के पॉयन्ट्स मे लिखा जाता है । इस कला में अभ्यास के साथ ही सुधार होता है ।