JN

TransformationSeries#01

SIRI 12 WANAZOTUMIA WANAFUNZI BORA NDANI YA CHUMBA CHA MTIHANI

Joel Athur Nanauka

© 2020 Joel Arthur Nanauka

Haki zote zimehifadhiwa. Huruhusiwi kunakili, kudurufu au kutumia sehemu ya kitabu hiki bila idhini ya mwandishi. Kufanya hivyo itakuwa ni ukiukwaji wa haki za mwandishi, na ukiukwaji wa taratibu hii unaweza kupelekea mashitaka toka kwa waandaaji wa kazi hii.

JOEL ARTHUR NANAUKA

Dar-Es-Salaam, Tanzania. East Africa

Simu: +255 756 094875/0745 252 670

Barua pepe: jnanauka@gmail.com

Tovuti: www.joelnanauka.com

Kimepangiliwa na

Infinite Press

Contact us: Lights On

+255 757400948/+255 620 319 485.

Email: praisearnold.pa@gmail.com

YALIYOMO

Utangulizi……………………………………….05

Sehemu ya kwanza: KWA NINI MTU ANAKUMBWA NA WOGA NYAKATI ZA MITIHANI………………………………………..…07

1: Maandalizi duni…………………………….……. 10

2: Kuchanganyikiwa mara baada ya kujadili na wenzako kabla ya mtihani ………………………………..…. 12

3: Akili ngumu/mtazamo mbovu……………….………… 15

4: Andaa vifaa vyote utakavyotumia ndani ya mtihani mtihani ……………………………………………. 19

5: Tambua chumba cha mtihani na fika mapema iwezekanavyo……………………………………..….. 23

6: Tengeneza mazingira ya kujiweka salama………. 26

Sehemu Ya Pili: NDANI YA CHUMBA CHA MTIHANI… … … … … … … … … … … … … … … … … … 31

7: Soma Maswali Vizuri…………………………… 34

8: Je, Unahitaji Kuwa Na Upande Wa Kuandika Dondoo (Pointi) Za Majibu Yako?………………………….... 37

9: Fanya Chaguo la Kuanza na Maswali Unayoyaweza Zaidi._……………………………………...…… 40

10: Panga Muda Wa Kujibu Maswali……………...... 43

11: Tumia Kanuni Ya Muonekano………………… 47

12: Uko nje ya muda? Nini cha kufanya?................... 53

Hitimisho……………………………………….. 56

*KuhusuMwandishi………... **57***

Utangulizi

Mwezi Novemba 22, 1986 kulikuwa na tukio moja la kihistoria ambalo lilitikisa dunia na kutoa somo muhimu katika maisha. Na hili si lingine bali kuibuka kwa mwanamasumbwi hatari duniani, Mike Tyson.

Kwa mara ya kwanza aliwekwa kwenye ratiba katika mashindano makubwa ya WBC na mbabe wa ndondi za uzito mkubwa, Trevor Berbicks. Tyson alikuwa hana uzoefu mkubwa katika ndondi, watu wengi walimpa kura Berbicks kutetea taji lake.

Bila ya kujua kutokuwa na uzoefu ndiko kulikomfanya Mike Tyson kujiandaa vema kwa ujasiri tangu siku alipoambiwa atakwenda kupigana na mbabe Berbicks, kwa mshangao mkubwa sana Tyson aliweza kushinda yale mashidano kwa ushindi mkubwa sana zaidi ya watu walivyotegemea tangu mzunguko wa kwanza.

Ulipofika mzunguko wa 3, ilikuwa wazi kuwa Berbicks ameshapigwa na hawezi kuendelea hivyo mshindi akatangazwa.

Swali muhimu je, ni wapi uzoefu wa Berbicks ulikwenda? Nini kilimpa mtu asiye na uzoefu Tyson kuwa mshindi? Hakuna aliweza kuwa na jibu lakini Tyson mwenyewe alijibu katika mahojiano, alipoulizwa aliweza vipi kuwa mshindi wa dunia kirahisi hivyo, akasema "Nilipomwangalia kwenye macho yake hata kabla ya kuanza pambano, niligundua kuwa ana woga na wasi wasi na nikajua nimeshashinda hata kabla ya kupigana" ndiyo, na hili ndilo lililotokea kwa Berbicks.

Berbicks alipoteza pambano kwa sababu ya woga. Kitu cha kwanza unachohitaji kukishughulikia katika maisha yako yote ni woga wa kufanya mitihani.

Ni muhimu kujua kuwa matendo yetu yote yanasimamiwa na hisia ambazo zinatusukuma kufanya au kutokufanya vitu. Kutokana na saikolojia tunafahamu kuwa kila mmoja anasukumwa na aina mbili za hisia- hisia za furaha na hisia za woga.

SEHEMU YA 1

KWA NINI MTU ANAKUMBWA NA WOGA NYAKATI ZA MITIHANI

Inahitaji Mtazamo Sahihi Ili Kwenda Juu Sana

Ukifika wakati wa mitihani watu wengi sana ambao huwa wahanga wa woga. Umeshawahi kupitia hali fulani unayoipata wakati unakaribia muda wa mtihani, jinsi mapigo yako ya moyo yanavyokwenda haraka sana kuliko kawaida? Unajisikia kama kwenda chooni kila wakati mtihani unakaribia?

"Kila mmoja anasukumwa na aina mbili za hisia- hisia za furaha na hisia za woga."

Hii yote ni alama kuwa unapokaribia katika mtihani kiwango cha woga kinaongezeka sana. Na kuna watu wengi ambao wanafeli mitihani kwa sababu

wanaongozwa na woga na wanakuwa wahanga katika maisha yao yote.

Lakini swali la msingi la kujiuliza sote – kwa nini mtu akumbwe na woga nyakati za mitihani wakati alikuwa na taarifa ya mitihani kwa muda mrefu?

Kuna sababu nyingi juu ya hili na chache zimeelezwa kama ifuatavyo.

1

Maandalizi Duni

Hakuna kitu kitakachokupa mashaka na kukufanya kuwa mhanga wa woga kama kutambua kuwa hukupata wakati mzuri wa kufanya maandilizi ya kutosha kwa ajili ya mtihani wako.

Kama unataka kuepukana hali hii unahitaji kuhakikisha kuwa umefanya maandalizi yote ya msingi kama ilivyoelezwa katika kitabu cha ***"Mbinu 8 za Maandalizi ya Kufaulu Mitihani kwa Kiwango cha Juu"***.

Kujiandaa kunakusaidia kuwa na ujasiri, kiasi kwamba hata ukikutana na maswali magumu sana ambayo hujawahi kukutana nayo kabla, utakuwa na uwezo wa kutulia na kutafakari na kisha kuyajibu kwa kiwango cha juu cha ubora wa kufikiri kwa ubongo wako.

2

Kuchanganyikiwa Mara Baada Ya Kujadili Na Wenzako Kabla Ya Mtihani

Ni tabia ya kawaida ya wanafunzi kujadili hata kama zimebaki dakika chache sana kuingia katika mtihani.

Kitu kimoja ambacho kinawapa watu wengi woga ni kugundua kuwa kuna jambo ambalo hajasoma na alitakiwa asome kabla ya mtihani na hakuna muda wa kufanya hivyo.

Hii hutokea wakati unajiunga katika kundi la kujadili dakika chache kabla ya mtihani wako.

Unahitai kujua kuwa kuna nyakati katika maisha yako kama mwanafunzi kuwa unakosa pointi fulani kabla hujakaa katika mtihani wako lakini kitu cha muhimu ni unaitaji umakini zaidi juu ya unayoyajua.

Mbinu mojawapo ambayo wanatumia wanafunzi bora ni kuepuka mambo ambayo wanaona yatawaharibia yote wanayoyajua.

"Wachanganyaji ni aina ya watu ambao wanakushirikisha vitu ambavyo vitakufanya upate presha au kuchanganyikiwa kabla ya kuingia katika mtihani wako."

Tabia ya ubongo wa mwanadamu ni kupoteza ujasiri katika mengi unayoyajua wakati utakapojua kuwa kuna mambo yaliyotakiwa uyajue.

Kumbuka kuwa katika darasa lako siku zote kuna watu ambao mimi huwa nawaita *"Wachanganyaji"* hawa ni aina ya watu ambao wanakushirikisha kitu ambacho kitakufanya upate presha au

kuchanganyikiwa kila wakati kabla ya kuingia katika mtihani wako. Kuwa na ufahamu kuhusu watu wa aina hiyo na kaa mbali nao.

Woga siku zote huua ujasiri hata katika maeneno ambayo uko vizuri. Kadiri muda wa mtihani unavyokaribia ndivyo unavyotakiwa kukaa mbali na watu wa aina hii na unahitaji kuiweka sawa kumbukumbu yako.

Epuka kukariri vitu katika muda wa mwisho kwa sababu vitaishia kukuchanganya tu.

3

Akili Ngumu/Mtazamo Mbovu.

Kila hatua katika shule nilizopita kuna ile tabia ya somo moja kufahamika kuwa ni gumu sana au mwalimu mmoja kufahamika kwa mitihani yake migumu.

Unakumbuka katika kusoma kwako ulikopita juu ya hii tabia, na wakati mwingine walioko darasa la mbele utakuta wanajaribu kukutishia kuwa masomo fulani ni magumu au walimu fulani ambao wanasifika kwa mitihani migumu.

Bila kujali sana na hizi taarifa kuna baadhi ya watu ambao wameishia kuwa wahanga kwa kuogopa masomo ambayo waliambiwa kuwa ni magumu. Kanuni ya *Imani* inasema kuwa chochote ambacho kitajirudia katika akili yako kinafanyika kuwa imani, ni kweli kabisa na hii ndiyo sababu pekee kwa nini makampuni makubwa kama cocacola wamekuwa wakiwekeza mabilioni ya shilingi katika matangazo bila kujali kuwa kila mmoja anajua bidhaa za kampuni yao.

Wanafanya hivyo ili kuwe na na ile nguvu ya kurudia ambayo inazaa imani katika akili za wateja kuwa bidhaa zao ni nzuri na kuwa tayari kuzitumia. Vivyo hivyo kadiri unavyosikia na kuongea zaidi kuhusu ugumu wa somo au mwalimu fulani katika masomo fulani ndivyo akili yako inavyoweka imani kuwa kweli ni magumu.

Kitu kimoja ambacho nilikuwa sitaki kukiri kila mahali ambapo nimepita katika masomo yangu ni kukiri kuwa kitu fulani ni kigumu. Siku zote nilikuwa naamini kuwa lazima nitaibuka zaidi ya wastani.

Hii imenifanya kuwa wa tofauti sana kwa sababu imenitokea mara nyingi wakati watu wengi

wanafeli mimi ninafaulu zaidi kwenye somo hilohilo. Hii ni rahisi kuamini; katika kila mtihani ambao unaamini kuwa ni mgumu, kutakuwa na watu ambao watafaulu vizuri tu. Hii hali inakuambia nini? Hii inamaanisha kuwa hata wewe unaweza kufaulu vizuri kama wao kama utaamini wanachoamini. Usithubutu kufungwa na imani ya kukiri kuwa hili somo ni gumu, Leo lazima ujue kuwa Jambo lolote unalofikiria ni gumu katika maisha yako linaanzia ndani yako.

"Kanuni ya Imani inasema kuwa chochote ambacho kitajirudia katika akili yako kinafanyika kuwa imani."

Kama unataka kufaulu mtihani, unahitaji kushinda woga siku ya mtihani wako, usikubali woga ukuchukue mateka. Kuwa imara na mwenye ujasiri kwa sababu una kila kitu unachohitaji ili kufaulu mtihani wako.

Zoezi moja ambalo huwa nafanya na limenisaidia siku zote ni kuongea na mimi mwenyewe kabla

sijaenda kwenye mtihani, naondoka nakwenda kwenye mtihani, nikiwa najismea maneno yafuatayo moyono; “nipo imara”- “mimi ni bora, mimi ni zaidi ya mtu wa kawaida, nitafaulu mitihani yangu, nin ujasiri na nitapata alama za juu sana safari hii”

Nilichogundua ni kwamba kadiri ninavyoongea haya maneno kabla ya mtihani, ndivyo ninavyoongeza nguvu ambayo inanifanya niwe imara na kuwa mtulivu, pili ndivyo ninavyokuwa na ujasiri na umakini katika yale ninayojua na hata nisiyoyajua.

Ni muhimu kujua kwamba hii mbinu ya kuongea wewe mwenyewe inafanya kazi sawasawa na kiwango cha ubora wa maandalizi yako na haiwezi kuwa mbadala wa maandalizi mabovu.

4

Andaa Vifaa Vyote Utakavyotumia Ndani Ya Mtihani Mtihani.

Maandalizi ndiyo mama wa mafanikio. Moja ya maandalizi ya muhimu kuhusu mtihani wako ni kuandaa kila kifaa ambacho unahitaji kutumia katika mtihani wako.

Ni muhimu kujipanga na kujua kuwa kifaa gani kinahitajika kwa ajili ya urahisi wa kufanya mtihani wako. Kujua tu kuwa una kila kitu ambacho kinahitajika kwenye mtihani inakupa ujasiri kutokuhamaki dakika za mwisho mwisho.

Baadhi ya vifaa vinaweza kuwa ni kikokotoleo, mfuto, kalamu ya wino, kalamu ya risasi, rula, saa n.k. ni wakati gani unafikiri unahitaji kuandaa hivi vitu?

"Wanafunzi bora wanaelewa kuwa si kwamba wao wana akili sana na ni bora sana kuliko wengine lakini maandalizi watakayoyafanya ndiyo yatakayowapa ubora"

Sio asubuhi na mapema andaa siku moja kabla na weka mahali ambapo vinaonekana na itakuwa rahisi kwa wewe kuvichukua kesho asubuhi. Kuna upotevu wa muda wakati unaamka asubuhi umechelewa na hujui vifaa vyako uliweka wapi jana, unaanza kutumia nguvu nyingi za kutafuta na kuweza kuvipata.

Moja ya sifa ya wanafunzi bora ni kuweka kila kifaa ambacho wanahitaji kutumia katika mitihani yao mahali ambapo itakuwa rahisi kwao kuviona kesho, kwa hiyo hawaingizi hisia zao katika msongo wa

mawazo na kuhamaki kwa chochote asubuhi siku ya mtihani.

Kipindi cha mitihani unapaswa kuwa na kisanduku chako cha vifaa, kimeandaliwa ambacho huhitaji kuanza kuhangaika kuazima au kuomba msaada. Ni muhimu kuwa na kalamu zaidi ya moja ili kama itatokea peni moja ikagoma kuandika unakuwa na nyingine mbadala.

Kumbuka kuwa vitu hivi vyote vinaweza kuwa vinaonekana havina maana yoyote kwa sasa, lakini tofauti yake katika chumba cha mtihani ni kubwa sana.

Jaribu kutafakari unaamka asubuhi na kwa sababu hukuvitilia maanani kuwa navyo unaishia kutokukiona kitambulisho chako, Wakati huo masaa mawili tu yamebaki, na unapaswa kwenda kutoa taarifa ya upotevu wa kitambulisho chako, wakati unamaliza kila hatua nguvu zinakuwa zimekuishia na hamasa yako ya mtihani imepotea, unapoingia kwenye chumba cha mtihani unagundua kuwa wenzako wameshaanza kufanya mtihani na nusu saa imekwishapotea.

Hii lazima itakufanya uchanganyikiwe, na kushindwa kujiweka sawa na kuanza kuamini kuwa umekwisha feli mtihani hata kabla hujamaliza. Lakini yote haya yameanzia wapi? - Kutokuwa makini kuweka kila kifaa kinachohitajika kwa ajili ya mtihani siku moja kabla ya mtihani.

Wanafunzi bora wanaelewa kuwa si kwamba wao wana akili sana na ni bora sana kuliko wengine lakini wanajua vitu kama hivi siku zote ndiyo vinavyoleta tofauti kubwa sana. Kadri unavyojiandaa vizuri ndivyo ujasiri wako unavyoongezeka katika mtihani wako.

5

Tambua Chumba Cha Mtihani Na Fika Mapema Iwezekanavyo

Hii inaweza isiwe katika shule za sekondari na taasisi za chini lakini kwa taasisi za juu kuna vyumba vingi sana ambavyo vinatumika kwa ajili ya mitihani ni muhimu kujua kipi ni chako na jiandae kuwa pale kabla ya mtihani.

Wakati ratiba ya mitihani imetoka hakikisha kuwa unaelewa vizuri chumba kinachokuhusu na hakikisha hata mara mbili kuwa ndio chumba ambacho utanyia mtihani wako.

Kuhakikisha hili limefanyika, hakikisha kuwa una nakala ya ratiba ya mitihani yako, inaweza kuwa katika barua pepe yako au kwenye simu yako au kompyuta yako au mkononi mwako. Usiwe mtu wa kutegemea kuuliza kwa jirani kila wakati kuhusu nini kinafuata.

Hakikisha unayo ya kwako na ipo karibu na unafahamu kila taarifa muhimu ambayo inapaswa kufuatwa. Hakikisha unakuwa katika eneo linalotumika kwa mtihani nusu saa kabla.

Kisaikolojia itakufanya ujisikie kwamba kila kitu kipo sawa na kinaenda vizuri na inakuongezea nguvu na ujasiri, jambo ambalo ni muhimu katika kufanya mtihani kwa utulivu.

Epuka kukimbia katika dakika za mwisho kuelekea katika chumba cha mitihani eti kwa kisingizio ulikuwa unasoma, itakugharimu ujasiri wako na itaanza kukuingizia hisia za kushindwa hata kabla ya kuanza kujibu mtihani.

“Ushauri wangu ni kuwa fika katika chumba cha mtihani mapema nusu saa kabla. Hii inakuapa ujasiri na utulivu”

Wakati mwingine chumba cha kufanyia mtihani kinaweza kuwa karibu sana na unapokaa na unaweza kujipa matumaini kuwa ikibaki dakika tano nitaenda.

Lakini ushauri wangu ni kuwa fika katika chumba cha mtihani mapema nusu saa kabla. Kama nilivyosema awali kuwa kufika nusu saa kabla inakupa ujasiri unaohitajika na utulivu ambao utakuwa faida unapofanya mtihani.

6

Tengeneza Mazingira Ya Kujiweka Salama

Uwezo na ujuzi wako wa kutumia dakika za mwisho kabla ya kufanya mtihani unaweza kuwa ni sababu pekee ya kukuonyesha kuwa ni kiwango gani unaweza kufaulu mtihani wako.

Ni muhimu kutengenza mazingira ya kujiweka salama, ambayo yatakusaidia kuweka sawa maandalizi ya mwisho tayari kwa ajili ya mtihani wako.

Ni kawaida kwa watu wengi katika dakika zao za mwisho kuelewa mambo mapya na kuanza kuongea na kusababisha kuhamaki kwa sababu

wanakuja kujua vitu ambavyo walitakiwa kujua mapema kabla.

"Usijisumbue kusoma mambo mapya dakika za mwisho; huwezi kuyaelewa vizuri na yanaweza kukufanya hata kusahau ambayo ulikwishasoma kabla na kuyaelewa vizuri."

Wanafunzi bora siku zote wanatumia dakika zao za mwisho kufanya vitu vitatu vifuatavyo:

- *Tafakari ya ndani*
  Unaposoma chochote, hatua ya kwanza ni kuhakikisha unachosoma kinaanza kukaa katika kumbukumbu ya muda mfupi.

  Utakapotumia mbinu ambazo zimeelezewa kwenye kitabu cha 'Mbinu 8 za Kufaulu Mitihani kwa kiwango cha juu' unaanza kuzihamisha kumbukumbu zako kwenda katika kumbukumbu ya kudumu. Dakika zako za mwisho za utulivu zinaruhusu ubongo wako

kufanya tafakari ya ndani kuruhusu chochote ambacho hakipo kwenye kumbukumbu na kuendelea kukifanya kiwepo.
Unaweza tumia wakati kama huu kuruhusu kila kitu ambacho umesoma kuwa sehemu ya ubongo wako bila muingiliano wowote, hii ni sababu ya msingi kwa nini unahitaji kutengeneza muda amabo hauingiliani na kitu kingine chochote.

- *Marudio akisi (Reflection)*
  Faida nyingine ya mazingira salama ni kukusaidia wewe kufanya marudio wa mambo uliyosoma. Ni kwa njia hii pekee unaweza kupima uelewa wako juu ya mambo uliyosoma na mpangilio wa mtiririko wa mawazo yako kwenye fikra, hasa baada ya kugundua kuwa kuna mambo huyakumbuki kabisa.
  Jaribu kufanya marudio akisi kukumbuka hata zile pointi zake, au kuhusu kanuni na hata kuhusu vitu vya muhimu vya maada mbalimbali husussani zile ulizokuwa hauna utulivu nazo. Hatua hii itakusaidia

kujua kuwa maeneo gani unahitaji kujikumbusha zaidi mapema.

- *Mpangilio wa ulivyovisoma*
  Usijisumbue kusoma mambo mapya dakika za mwisho; huwezi kuyaelewa vizuri na yanaweza kukufanya hata kusahau ambayo ulikwishasoma kabla na kuyaelewa vizuri. Jambo la tatu ambalo unapaswa kulifanya katika kijiweka salama ni kuweka mpangilio mzuri wa mambo ambayo unayajua na umekwishasoma.
  Jaribu kujipa changamoto ya kufanya swali ambalo ni chaguo lako au jaribu kuorodhesha pointi muhimu katika akili yako.
  Jaribu kufikiria kwa kina ni jinsi gani utaweza kujibu swali fulani endapo litatokea. Fanya zoezi hili maeneo ambayo hauna ujasiri nayo sana.
  Epuka watu wanaopenda kuwachanganya wenzao ambao watakufanya uanze kujimezesha mambo makubwa ambayo ungehitaji siku nzima kuweza kuyajua. Kuwa jasiri kwa

unachokifahamu na epuka kuhamaki kunakoletwa na watu wa aina hiyo. Ni vema katika yote unayojua kujaribu kuwa bora zaidi kuliko kulazimisha mambo mapya ambayo huyajui vema.

N.B – Katika hatua hii epuka marafiki wote wenye mtazamo hasi wanaokuja na kukuingizia woga kwa kujaribu kukuonesha kuwa haujajiandaa vema. Jaribu kadri uwezavyo kuwa mbali nao.

SEHEMU YA 2

NDANI YA CHUMBA CHA MTIHANI

Ongeza Ubora Wako.

Kwenye Chumba cha mtihani ni sawa na uwanja wa mpira au ulingo wa masumbwi, kote huko tunajiandaa kwa ajili ya hapa tu. Kushinda au ama kushindwa kunatokea kwenye chumba cha mtihani, Kwa hiyo kuwa makini na kipengele hiki.

Kama umejiandaa vema na umeshindwa kuelewa jinsi ya kuukabili mtihani wako? Hii inaweza kuwa sababu pekee kuonyesha uwezo wako wa kipekee.

Kwa hiyo sehemu hii inakuonyesha na kukusaidia kuelewa mbinu ambazo wanafunzi bora huzitumia katika mitihani yao, utakapoanza kuzitumia utaanza kuona tofauti katika maisha yako ya taaluma pia.

Mara unapopewa mtihani wako na karatasi ya kujibia, ni muhimu kuelewa jambo lipi la kuanza kufanya na kwa namna gani. Kwanza inategemea na

maelekezo yaliyotolewa, kama mtihani wako umefunikwa na umeambiwa usubiri tafadhali kuwa mtii subiri.

Mara zote unapokwenda tofauti na maelekezo huwa unataka kusoma maswali mapema zaidi lakini kwa upande mwingine hiki kitendo kinaupa ubongo wako alama ya kushindwa au ya kutokumaliza mtihani wako.

Tabia hii pekee itaanza kupoteza ujasiri wako, acha kufanya chochote ambacho ni kinyume na maelekezo amini tu unaweza na unaweza kufaulu vizuri mitihani yako kwa muda uliopangwa.

7

Soma Maswali Vizuri

Mara utakaporuhusiwa kuanza kusoma maswali, usisome kwa haraka sana. Wakati umepewa muda wa kujibu mtihani wako muda wako wa kusoma maswali tayari upo.

Kwa hiyo siku zote panga dakika 15-20 za kwanza kuzitumia katika kusoma na kuyaelewa maswali na nini kinategemewa kutoka kwako na msahishaji. Ukishaelewa nini kinahitajika na mshahishaji itakutofautisha sana na watu wengine tayari. Mwanafunzi bora yeyote atakwambia kuwa, dakika chache za mwanzo ni kwa wewe kuelewa vizuri maswali yako.

Unavyoendelea kusoma maswali, unaweza kupigia mstari maneno muhimu ili kuhakikisha kuwa umepata yote ya muhimu yanayotegemewa kutoka kwenye swali.

Katika hili ni vema kuelewa ni nini mtunzi wa mtihani anataka kutoka kwako- kila swali lina lengo ambalo lazima litimizwe- baadhi ya maswali yanaweza kuwa ni kwa lengo la kupima uwezo wa kumbukumbu yako, mengine ni kuangalia unatumiaje maarifa uliyonayo, mengine ni kutumia tu kanuni au kuelewa dondoo muhimu.

Swali la muhimu hapa ni kujiuliza wewe mwenyewe, nini mtunzi anatafuta kutoka kwangu?

Unahitaji kuelewa tofauti ya maneno ukiambiwa elezea, fafanua au toa maelezo, hakikisha kuwa upo makini na umeelewa mtunzi anataka nini kutoka kwako.

"Mwanafunzi bora yeyote atakwambia kuwa, dakika chache za mwanzo ni kwa wewe kuelewa vizuri maswali yako."

Kushindwa kuelewa maswali inaweza kukupelekea kupoteza baadhi ya alama na wakati mwingine inaweza kukufanya kujibu swali kinyume na inavyotakiwa kwa 100%.

Kumbuka; kama umepewa habari ndefu ya kusoma na maswali kuja baada ya habari, siku zote anza kwa kusoma maswali kabla ya kuanza kusoma habari.

Hii inakusaidia kukupa dondoo mtunzi anazotaka kutoka kwenye habari na unapoanza kusoma habari, moja kwa moja utaona majibu kwa sababu ulishasoma maswali kabla. Kuliko ukianza kusoma habari na tena maswali, tena itakubidi kurudi kwenye habari kwa sababu unaposoma habari kwanza hujui nini kinapaswa kuwekewa mkazo na kuishia kupoteza muda mwingi na itakugharimu hata kushindwa kumaliza kujibu maswali yote.

8

Je, Unahitaji Kuwa Na Upande Wa Kuandika Dondoo (Pointi) Za Majibu Yako?

Moja ya mazoezi ambayo yamenisaidia sana ni kuwa na upande wa kuandika majibu yangu, mara nyingi nilikuwa natumia upande wa mwisho wa mtihani wangu kuandika pointi za kila swali kabla ya kuanza kujibu mtihani kama maandalizi.

Wakati mwingine unapokuwa na uhakika kuwa kuna taarifa ambazo ni rahisi sana kusahau, kanuni au vidokezo unaweza tumia ukurasa wa mwisho wa karatasi yako ya kujibia na ukaandika vichwa vya pointi zake tu ili usiweze kusahau au kuupa ubongo kazi ya kuanza kufikiri kukumbuka.

Hii ina faida zifuatazo;

Kwanza, Inakusaidia kujua kila swali una pointi ngapi.

Kwa kawaida unapokuwa na pointi nyingi za kujibia swali ndivyo unavyopata ujasiri zaidi wa kulijibu swali hilo. Hii inaweza isitumike katika mtihani wa hesabu.

Lakini ni muhimu kwa sabau wakati mwingine unaweza kusoma swali na ukajiona kuwa una kilaje pointi ambayo inahitajika kujibu hadi utalapoanza kujibu ndipo utakapoona kuwa huna yote yanayohitajika na unakwama njiani au inakulazimu kutumia muda mwingi sana kufikiri wakati unajibu.

"Mara nyingi nilikuwa natumia upande wa mwisho wa mtihani wangu kuandika pointi za kila swali kabla ya kuanza kujibu mtihani kama maandalizi."

Pili, hii njia inakusaidia kuachilia kumbukumbu yako ya muda na kuongeza nafasi ya kazi ya akili yako.

Kumbuka kuwa mpaka unapoanza kujibu mtihani wako utakuwa una taarifa nyingi sana katika kumbukumbu yako ya muda ambazo huna uhakika kama utazitumia au laa.

Kitu kimoja kuhusu kumbukumbu ya muda ni kuwa inaweza potea kama haitatumika kwa muda mrefu.

Kuepuka na huu upotevu, anza kwa kuandika nyuma ya karatasi ya kujibia kwa kufanya hivi unaruhusu kumbukumbu yako ya muda kuachilia baadhi ya taarifa ambazo ilikuwa imeshikilia na inaongeza uwezo wa ubongo wako kufikiri na kufanya kazi kwa ajili yako.

Tatu, katika majibu unayoandika yatakusaidia wewe kuweka vizuri muitikio wako katika swali. Na pia itakusaidia kujua ni kwa namna gani uanze kujibu mtihani wako na kutofautisha pointi za muhimu na nzito kutoka kwenye pointi za kawaida.

Kwa hiyo, inashauriwa muda wote kutumia mbinu hii, itakusaidia. Kumbuka kuwa pointi unazoweka zinaweza kuwa ni fupi sana au alama ambazo zitaamsha ubongo wako kuanza kutoa muitikio mzuri katika maswali yako.

9

Fanya Chaguo La Kuanza Na Maswali Unayoyaweza Zaidi.

Swali lipi la kuanza kujibu? Kumbuka kuwa namna unavyoanza mtihani wako unaonyesha namna gani unakwenda kuhitimisha.

Kama unaanza kwa ujasiri wote jua kuwa utaendelea kuwa na huo ujasiri muda wote na pia kama utaanza kwa woga na wasi wasi, utapooza sana kuanzia mwanzoni mpaka mwisho wa mtihani wako.

Kamwe usifanye makosa kwa kuanza kujibu mtihani kama ulivyopangwa kwa kufuata namba moja hadi nyingine, baada ya kupitia maswali yote

andika pointi za kila swali nyuma ya karatasi ya kujibia kisha angalia ni maswali gani ya kuanza kujibu.

"Uzoefu wangu unaniambia kwa kadri unavyojibu vizuri na kwa ujasiri swali la kwanza, ndivyo unavyopata ujasiri mkubwa wa kujibu hata maswali magumu."

Kanuni ni kuwa anza kujibu maswali ambayo unajisikia kuyajibu na una uwezo nayo, hii ni muhimu inakuongezea ujasiri wakati unaendelea kujibu maswali mengine.

Chukua swali ambalo unaanza kujibu na kisha jipime kama una uwezo nalo kiasi cha kutosha.

Uzoefu wangu unaniambia kwa kadri unavyojibu vizuri na kwa ujasiri swali la kwanza, ndivyo unavyopata ujasiri mkubwa wa kujibu hata maswali magumu.

Hakuna uhitaji wowote wa kuanza na maswali magumu hata kama ni lazima hilo swali kujibiwa (compulsory).

Siku zote tengeneza ujasiri na mwendo mzuri kwa kuanza kujibu maswali mepesi. Unaweza chagua na kisha angalia lipi la kuanza nalo.

Unapofika kwenye maswali magumu tayari unakuwa na ujasiri wote wa kukuongezea ubunifu wa kujibu maswali magumu.

10

Panga Muda Wa Kujibu Maswali

Kumbuka muda wa mtihani wako unachukua vitu vingi ambavyo vinatokea katika mtihani wako.

Japo muda wako wa mtihani umepewa kwa ujumla, kila mwanafunzi bora anajua kupanga muda kwa kila sehemu na kwa kila swali, ili aweze kutumia muda wa mtihani vizuri.

Kuna watu wengi wanaofeli mitihani yao kwa sababu tu walishindwa kupanga muda wa kujibu maswali. Muda wako wa mtihani unatakiwa kugawanyika katika sehemu nne:

a. ***Muda wa kusoma maelekezo na maswali***
   Hii inajumuisha jitihada za kuelewa maelekezo ya jumla na pia kila maelekezo

kwa kila swali katika sehemu husika. Unatakiwa kupanga muda wa kusoma maswali na kuyaelewa.

b. ***Muda wa kuandika na kupanga vipaumbele vya majibu***

Weka muda wa kuandika pointi zako kwa kila swali ambazo zitakusaidia kuweka vipaumbele na kuamsha kumbukumbu yako ili kujibu maswali

c. ***Muda wa Kuandika***

Hapa unahitaji muda wa kutosha wa kujibu maswali ya mtihani wako.

d. ***Muda wa Marudio***

Ukipanga vizuri muda wako utakuwa na muda wa kurudia mtihani wako kabla hujakusanya kwa msimamizi wako. Siku zote kumbuka kurudia mtihani wako kabla ya kuukusanya.

e. ***Muda Kwa Ajili Ya marekebisho***

Wakati unapitia kwa mara ya pili unaweza kukutana na sehemu za kufanya marekebisho.

Tumia muda huu kuyaangalia kwa umakini, ni muhimu kwa sababu kumbuka ongezeko la alama moja tu katika mtihani wako

linaweza kuhamisha gredi nzima na hii ni muhimu kwa maendeleo yako ya baadaye.

"Mwanafunzi bora anajua kupanga muda kwa kila sehemu na kwa kila swali, ili aweze kutumia muda wa mtihani vizuri."

Mfano wa mpango wa muda wa mtihani;

Jinsi ya kupanga muda-

- Chukua muda wote wa mtihani mfano masaa 3 (dakika 180)
- Toa dakika 20 za kusoma maelekezo, maswali na kuandika dondoo

- Kutoka hapo umebakiwa na dakika 160 (180-20)
- Chukua dakika 160 na gawanya kwa idadi ya alama za jumla 100% kwa hiyo kila alama ina thamani ya dakika 1.6 kwa mtihani huu

- Kwa hiyo kwa swali ambalo lina alama 20 =1.6x20= dakika 32

Hii ina maana usitumie zaidi ya dakika 32 kwa swali la maksi 20.

Unaweza sasa jaribu kufanya zoezi la kukokotoa muda wa kutumia kwa swali hapa chini:

"Unahitaji kutumia ngapi kujibu swali lenye alama 8?"

Hii hesabu ni muhimu na unahitaji kujua kuwa umeelewa, kama siyo tafadhali rudia kuisoma tena au omba msaada wa rafiki yako. Hii itakusaidia kutumia muda vizuri na hutakuwa na siku ambayo utashindwa kumaliza mtihani kwa muda sahihi.

11

Tumia Kanuni Ya Muonekano

Nilipokuwa sekondari kulikuwa na msichana ambaye alikuwa anapata alama za juu sana. Siku moja nikamuomba anipe karatasi yake ya somo alililoongoza darasani.

Wakati nimeichukua ile karatasi sikuamini kwa macho yangu, karatasi ilikuwa safi na imepangwa vizuri na hata mwalimu kabla ya kusahihisha anajisikia hata kumpendelea.

Hii ilinibadilisha mtazamo wangu kabisa. Ilikuwa ni kutokana na sababu nilikuja kutambua nguvu ya kanuni ya muonekano.

Hii kanuni inasema kwamba ***"Uwezo wa kufanya pointi zako kuwa za muhimu na kupanga kazi yako, utakupa alama za ziada ambazo vinginevyo usingeweza kupata"***

Kanuni hii inakusaidia kuvuta akili na umakini wa msahihishaji kwa namna ya upendeleo.

Kumbuka kuwa wasahihishaji wengi wanakuwa na karatasi nyingi sana za kupitia na wanaweza wasiwe tayari kutumia nguvu zao za ziada kutafuta pointi zako katika kazi yako.

Lakini kanuni hii itakusaidia wewe kumpa urahisi anayehusika na karatasi yako kupitia kwa umakini mzuri.

Kanuni ya Muonekano inachukua sehemu tatu ya maeneo ya mtihani wako

(a) *Mtiririko wa mawazo*

Siku zote kumbuka kuwa mtiririko mzuri wa mawazo katika majibu yako ni muhimu. Katu usipuuzie hamasa na uwezo anaopta msahihishaji kazi yako ikipangwa vizuri.

Wakati mwingine unahitaji kuwa na majibu ambayo yanaonesha namna gani mpangilio wako ulivyo kwa upande wa juu. Katika sehemu hii unapaswa kuwa na mpangilio mzuri wa kila sehemu.

Hii inakusaidia kujiandaa katika akili yako lakini pia kumshawishi kuwa unajua nini unajibu.

"Kanuni ya muonekano inasem, 'Uwezo wa kufanya pointi zako kuwa za muhimu na kupanga kazi yako, utakupa alama za ziada ambazo vinginevyo usingeweza kupata."

Msahishaji atakapoona majibu yako pale juu anakuwa na uhakika kuwa upo mahali sahihi na ulichojibu chini ni sahihi, na ataendelea kusahihisha akijua ulichoandika ni sawa. Njia hii ni hatari kama huna uhakika na pointi zako kwa sababu ukiandika pale juu pointi ambazo sio sahihi, inaweza ikakugarimu kazi yako yote.

(b) *Anza na pointi za muhimu na nzito*

Kuwa na uwezo wa kumshawishi msahishaji muda wowote, hakikisha unaanza kwa kuandika pointi

muhimu vizuri kwa kila aya kiasi kwamba msahihishaji akiona anaridhika na anaweza asiendelee kusoma aya nzima badala yake anakuwa ameelewa. Usifikirie kuwa msahihishaji ana muda wa kusoma kazi yako yote.

Kila wakati unapoandika mtihani wako, jaribu kufikiria kuwa msahihishaji amechoka anaposahihisha mtihani wako na ana karatasi nyingi sana za kupitia pia ana muda mchache, kwa hiyo kumsaidia andika pointi zako wazi na za muhimu mwanzoni mwa kila aya.

(c) *Pangilia: Wasilisha kazi yako kwa Usafi*

Kazi yako inapaswa kuwa safi ili msahihishaji yeyote akichukua karatasi yako aone tofauti. Ile tu kuona kazi yako imepangwa vizuri kuliko nyingine hii pekee inakupa faida za nyongeza kutoka kwa msahihishaji. Katika sehemu hii kuna vitu vitatu unatakiwa kuwa navyo makini;

- ❖ *Fuata mbinu ya kuweka kwa herufi kubwa vitu vya muhimu na kupigia mstari;* Moja ya namna ya kuhakikisha kazi yako ni safi ni kufuata hiyo mbinu hapo juu ya kuhakikisha sehemu ambazo zinahitaji

kuandikwa kwa herufi kubwa na kama kuna haja ya kupigia mstari (hakikisha hufanyi mara nyingi)

- *Kuacha nafasi na kuruka mistari;* Kumfanya msahishaji wako kuwa makini na kumvutia angalia na weka nafasi kati ya neno na neno na pia kuruka mistari kati ya aya na aya. Yote hii ni kumrahisishia msahihishaji kazi. Kadiri msahihishaji anavyoona kazi yako ilivyo safi ndivyo anavyoshawishiwa kukupa alama nyingi kwa kila swali. Lakini pia kadri anavyoona kazi yako chafu ndivyo anavyo amua kukupa alama chache. Kwa hiyo usiandike kazi yako bila ya kuwa na aya nzuri au pointi za muhimu, usiogope kutumia na kuomba karatasi nyingine za ziada.

- *Epuka Kufutafuta* Hakuna kinachokera kwa msahihishaji kama karatasi ambayo imefutwa futwa kila aya au uchafu wa kifutio. Jitahidi kadri uwezavyo kuepuka kwa sababu, hii itaonyesha kwamba

hauna uhakika na unachokiandika lakini pia inaongea sana kuwa hauna ubora katika karatasi yako, basi hata katika akili yako ni vivyo hivyo.

12.

Uko Nje Ya Muda? Nini Cha Kufanya?

Usipaniki!

Kama huwezi kufikiri, acha kujaribu kuwa makini kwa dakika chache. Vuta pumzi kwa nguvu kwa dakika chache na anza tena. Kama umetulia tayari andika vitu vya muhimu vya kukurudisha katika reli. Kama bado hauko vizuri na hali inakuwa mbaya, omba ruhusa utoke nje na hata kwenda chooni.

Kutoka kwenye mtihani inaweza ikaonekana kama unapoteza muda, lakini kupaniki mara nyingi ndiyo kunapoteza muda zaidi!

Tupa akili: Muda umekuishia na hujamaliza, unaweza Kuorodhesha pointi bila ya maelezo (listing) na kama unaweza weka maelezo kidogo au mifano, fanya hivyo hadi muda wako unaisha. Unaweza kuwa hujatoa jibu zuri lakini angalau unaweza kupata alama fulani.

NB: Baada Ya Kumaliza Usithubutu Kujadiliana Kuhusu Mtihani Uliopita

Hakuna haja ya kufanya hivyo na hakuna faida yoyote ya kufanya hivyo mara baada ya mtihani wako.

Muda mzuri wa kujadili mitihani ni pale ambapo umemaliza mitihani yote au wakati matokeo yametoka. Na lengo pekee la kujadili mtihani ni kuchukua hatua kwa makosa uliyofanya ili usirudie tena na sio kujua kama ulikuwa sahihi au la, mahususi sana kama una mtihani mwingine mbele yako usijaribu kujadili mtihani uliopita ukifanya hivyo na ukajua kuwa mtihani uliopita umejibu

vibaya ni sababu tosha ya kukufanya kushindwa kujibu vema mtihani ujao. Jifunze na jaribu kuweka mkazo na umakini unakoelekea na sio unakotokea. Funga ukurasa na angalia nini kinafuata, vinginevyo labda kama ulikuwa ni mtihani wa mwisho kwako.

HITIMISHO

Hakuna somo gumu, na ni ukweli usiopingika kuwa kila somo kuna mtu au watu mahali fulani walifaulu kwa alama za juu sana, unaweza tumia kanuni zile zile katika masomo yako yote na itafanya kazi.

Mafanikio huacha alama, tunaweza kuwa bora kama wengine walivyofanikiwa. Kwenye kitabu hiki umesoma mbinu na jumbe ambazo zimewasaidia mamilioni ya watu kubadilisha taaluma zao, nawe utakapochukua hatua ya kuzitumia, wewe pia utapata mafanikio mazuri ya kitaaluma.

Kumbuka hakuna mtu aliyezaliwa na akili ndogo, wote tuna nafasi ya kutumia ubora wetu wa akili kama tunajua ni namna gani ya kuongeza uwezo wetu. Kabla hujatua kitabu hiki andika mkakati wa kutekeleza kila ulichojifunza, Maamuzi yako ya kutumia mbinu hizi kwa vitendo ndiyo yatakayobadilisha taaluma yako. Anza leo usisubiri kesho.

See you at the top!

KUHUSU MWANDISHI

Joel Arthur Nanauka ni mwalimu anayefundisha sayansi ya maisha, kijana mwenye ushawishi mkubwa juu ya maendeleo kibinafsi, mkufunzi wa mashirika na mwandishi wa vitabu 20 vya Kiswahili, Kiingereza na Kifaransa.

Joel alichaguliwa kutoa mafunzo ya mwaka mmoja kwa vijana wajasiriamali wanaowania tuzo zilizoandaliwa na Benki ya BMCE iliyopo Casablanca Morocco. Mwaka 2019, Joel alitambuliwa na Avance Media iliyoko Ghana, kama kijana wa Kitanzania mwenye ushawishi mkubwa kwenye eneo la maendeleo binafsi na taaluma (Personal development and Academia) na alitajwa kwenye nafasi ya saba kama kijana mwenye ushawishi zaidi nchini Tanzania kwa ujumla.

Joel pia aliwahi kutajwa na Mkutano wa kimataifa wa uongozi wa vijana kama kiongozi bora wa vijana

ulimwenguni nchini Taiwan-China mnamo mwaka 2002. Anatambuliwa na Graca Machel Trust (GMT) kama mshauri wa biashara kwa wanawake wajasiriamali. Mwaka 2019, Joel alikuwa mshauri mkuu wa biashara na usimamizi katika kufanya mabadiliko kwenye vituo vikuu 6 vya habari nchini Tanzania akivisaidia kufuata mfumo ulio bora wa ujasiriamali.

Mwaka 2018 alichaguliwa na Baraza la kitaifa la uwezeshaji wananchi kiuchumi (National Economic Empowerment Council) lililo chini ya ofisi ya Waziri Mkuu kuwa kwenye kamati ya ufundi ya kuandaa mwongozo wa mafunzo ya ujasiriamali kwa ajili ya biashara ndogo ndogo, za kati na kubwa.

Joel amepata elimu yake rasmi kwenye mambo ya usimamizi wa biashara (Bcom), maendeleo ya kimataifa, usimamizi wa miradi, uongozi na Diplomasia ya Uchumi na pia alishawahi kufanya kazi na Shirika la Umoja wa Mataifa (UNESCO) katika programu ya kimkakati kwenye sekta ya Elimu. Joel anajulikana kwa kutoa mafunzo yenye matokeo chanya katika mashirika ya kimataifa, mashirika ya kitaifa na mashirika muhimu ya serikali katika maeneo ya uongozi, usimamizi, biashara na utendaji wa kiwango cha juu sana.

Joel alikuwa mwanafunzi bora kitaifa kwenye mtihani wake wa kidato cha nne na mwanafunzi bora katika masomo yake baada ya kuhitimu Diplomasia ya Uchumi (Post-Graduate Studies in Economic Diplomacy).

Joel anaongoza kampuni inayotoa mafunzo mbalimbali ya Africa Success Academy (ASA) yenye ofisi zake jijini Dar es Salaam nchini Tanzania. Joel amemuoa Rachel na wamebarikiwa kuwa na watoto wawili wa kike, Joyous and Joyceline.

VITABU VINGINE VILIVYOANDIKWA NA JOEL ARTHUR NANAUKA.

HARDCOPY (nakala ngumu)

1. TIMIZA MALENGO YAKO (Mbinu60 walizotumia watu maarufukufanikiwa)
2. ISHI NDOTO YAKO (Siku 30 za kuishi maisha unayotamani)
3. TABIA 12 ZINAZOLETA MAFANIKIO
4. ISHINDE TABIA YA KUGHAIRISHA MAMBO
5. ONGEZA KIPATO CHAKO (Maarifa juu ya fedha, Biashara na uwekezaji)
6. NGUVU YA MWANAMKE
7. MBINU ZA KUFANIKISHA NDOTO KATIKATI YA CHANGAMOTO
8. HOW TO PASS YOUR EXAMS WITH EASE
9. UZALENGO NA UJENZI WA TAIFA.

10 UFANISI KAZINI

11 BORESHA MAHUSIANO YAKO

SOFTCOPY (nakala ya electroniki).

1. MONEY FORMULA (Elimu ya fedha isiyofundishwa shuleni)
2. HATUA SITA ZA KUJIAJIRI
3. MUONGOZO WA MAFANIKIO
4. CORE GENIUS (Jinsi ya kugundua uwezo wako wa kipekee)
5. JINSI YA KUFANIKIWA KATIKA NYAKATI NGUMU.
6. SAIKOLOJIA YA MTEJA
7. MBINU ZA KUJENGA UJASIRI NA KUJIAMINI
8. SURVIVING THE CRISIS.

TEMBELEA MITANDAO YA <u>KIJAMII YA JOEL NANAUKA</u>.

YOUTUBE: ***Joel Nanauka*** (Utapata VIDEO nyingi za kukufundisha mambo mbalimbali)

Instagram: ***joelnanauka_*** (Utapata mafunzo kila siku yatakayokusaidia kupiga hatua katika maisha)

Facebook: ***Joel Nanauka page*** (Utapata mafunzo kila siku na pia shuhuda mbalimbali za watu walionufaika na mafunzo)

Twitter: ***jnanauka***.

Unaweza kupata vitabu vingine vilivyoandikwa na JOEL NANAUKA kutoka TIMIZA MALENGO BOOKSHOP tunapatikana njia panda chuo kikuu Ubungo, wasiliana nasi kwa namba zifuatazo.

Instagram: ***timizamalengo_bookshop***

Simu: **0745 252 670**

0756 094 875 au 0683