

# عیدانه دوره ابتدایی

## برنامه‌ریزی پیشنهادی ایام عید نوروز ۱۴۰۰ واحد مشاوره مبتکران (ویژه ابتدایی)

ماه‌ها یکی پس از دیگری از پی هم گذشتند و رسیدیم به فروردین‌ماه... ماهی پر از نو شدن و نو کردن، پر از حس تازه...

همه‌ی دانش‌آموزان بعد از گذراندن چند ماه کوشش برای درس خواندن، علاقه دارند در تعطیلات عید، به دور از درس باشند و به استراحت بپردازند. اما در این حالت ممکن است بسیاری از نکاتی را که حین تحصیل یاد گرفتند، فراموش کنند. پس در تعطیلات عید، نیاز به ایجاد یک برنامه‌ی مناسب است که دانش‌آموزان بدانند که چگونه می‌توانند در نهایت آرامش و بدون استرس و فشار روحی و جسمی، به درس‌های‌شان رسیدگی کرده و به استراحت و تفریح نیز بپردازند.

### اصول و تکنیک‌های برنامه‌ریزی در ایام نوروز

پیشنهاد ما به شما این است قبل از شروع تعطیلات، برنامه خود را با توجه به نکات زیر آماده کنید تا از روز اول دچار سردرگمی نشوید.

برای هرروز خود یک برنامه‌ریزی منظم و واقع‌گرایانه بر اساس توانایی‌ها و زمان مطالعه‌ی خود داشته‌باشید و حتما خود را ملزم به اجرای آن کنید؛ چرا که داشتن برنامه موجب می‌شود تا زمان خود را به بهترین شکل ممکن مدیریت کنید.

قبل از شروع برنامه‌ریزی هفتگی، لازم است برای هر درس این سه مرحله را انجام دهید:

مراحل	تعیین سطح	فعالیت
اول	مباحثی که تسلط کامل بر درس و تمرین - ها دارید.	✓ حل تست‌های سطح متوسط و سخت از آن مبحث و تحلیل آن ✓ تکمیل خلاصه‌ها و نکته برداری
دوم	مباحثی که خواندن آن یا حل تمرین از آن ناتمام مانده‌است.	✓ تمام کردن مبحث ✓ حل تست و تمرین تشریحی ✓ تکمیل خلاصه و نکته برداری
سوم	مباحثی که تسلط کامل بر درس و تمرین - ها وجود ندارد.	✓ مطالعه مفهومی ✓ حل تست و تمرین تشریحی ✓ نوشتن خلاصه و نکته برداری

# عیدانه

## دوره ابتدایی

میزان ساعتی را که می‌توانید در طول هفته مطالعه کنید، مشخص کنید و برنامه را روی کاغذ بنویسید. با اینکار ذهن روی کارهای نوشته شده تمرکز می‌کند و موارد پراکنده مرور نمی‌شود.

برنامه‌ریزی پیشنهادی

### زمان مطالعه

پایه		سوم و چهارم		پنجم	ششم
حدافل زمان مطالعه روز		۲ ساعت		۲ ساعت + ۳۰ دقیقه	۳ ساعت + ۴۵ دقیقه
		اختصاصی	۳۰ دقیقه	۳۰ دقیقه	۴۵ دقیقه
		عمومی	۳۰ دقیقه	۳۰ دقیقه	۴۵ دقیقه
		اختصاصی	۳۰ دقیقه	۳۰ دقیقه	۴۵ دقیقه
		اختصاصی	۳۰ دقیقه	۳۰ دقیقه	۴۵ دقیقه
		تست هوش و استعداد تحلیلی		تست هوش و استعداد تحلیلی	تست هوش و استعداد تحلیلی
				۳۰ دقیقه	۴۵ دقیقه

### فعالیت

مطالعه هر بخش را به ۲ مرحله تقسیم کنید:	
مرحله اول	۱. مطالعه کتاب، جزوه و درس نامه
مرحله دوم	۲. حل تمرین های تشریحی و تستی از مبحث خوانده شده (حدافل ۱۰ تمرین یا تست)
توجه: نکته برداری و تکمیل خلاصه ها در ۲ بخش بالا امری ضروری است. ❌	

صفحه ۲

واحد مشاوره

# عیدانه

## دوره ابتدایی

### نکات مهم عمومی

- ✓ نقاط ضعف و اشکالات درسی خود را با انجام تمرین برطرف نمایید.
- ✓ بهتر است مطالعه ریاضی، علوم و فارسی را هرروز در برنامه خودتان قرار دهید.
- ✓ درس مطالعات اجتماعی و هدیه‌های آسمانی و قرآن را یک روز درمیان در برنامه خود تکرار کنید.
- ✓ برای مطالعه‌ی هر مبحث تعیین کنید از چه منبعی می‌خواهید تمرین و تست انجام دهید. سعی کنید تست‌های انتخابی شما در سه سطح آسان، متوسط و سخت باشد و از هر سه سطح تعدادی تست انجام دهید.
- ✓ تحلیل آزمون‌هایی که تا به الان انجام داده‌اید به شما کمک می‌کند تا به نقاط ضعف خود پی ببرید. برای این منظور دانش‌آموزان پایه‌ی سوم در برنامه خود ۱ روز را به تحلیل آزمون ۳ و ۴ اختصاص دهند. دانش‌آموزان پایه چهارم، پنجم و ششم در برنامه خود حداقل دو روز را به تحلیل آزمون ۴، ۵ و ۶ پیشرفت تحصیلی اختصاص دهند. در ضمن دانش‌آموزانی که در آزمون تیزهوشان شرکت می‌کنند آزمون‌های ۳ و ۴ خود را تحلیل کنند.
- ✓ در هر درس مباحثی را که مشکل دارید یا خواندن آن ناتمام مانده، در اولویت مطالعه قرار دهید و به جای بازخوانی دروسی که تسلط دارید زمانی به مرور خلاصه‌ها و حل تست اختصاص دهید.
- ✓ میزان تست زدن در هر درس به نسبت تسلط بر آن مبحث افزایش یابد.
- ✓ دانش‌آموزانی که در مدرسه مجازی هستند می‌توانند از فیلم‌های آموزشی در بخش‌های مطالعاتی خود استفاده نمایند. هم‌چنین سوالات آزمونک‌های خود را تا هفته ۲۰ آموزشی در هر درس تحلیل نمایند.

📌 جدول نمونه‌ی یک برنامه‌ی مطالعاتی را در صفحه‌ی آخر حتما مشاهده کنید و از آن ایده بگیرید.



# عیدانه

## دوره ابتدایی

### نکته مطالعاتی شرکت در آزمون‌های تیزهوشان مبتکران

- ✓ با توجه به آزمون تیزهوشان و آزمون ورودی مدارس برتر بهتر است دانش آموزان پایه‌ی پنجم هر روز حداقل ۳۰ دقیقه و دانش‌آموزان پایه‌ی ششم هر روز حداقل ۴۵ دقیقه از برنامه مطالعاتی خود را به حل تست‌های هوش و استعداد تحلیلی اختصاص دهند و عملکرد خود را با آزمون‌های جامع و هوش ارزیابی کنند. همچنین برای این درس دانش‌آموزان از خریدن منابع آموزشی متعدد بپرهیزند و یک منبع خود را تا آخر به اتمام برسانند و در صورت نیاز منبع دیگری تهیه نمایند.
- ✓ سوالات استعداد تحلیلی (هوش کلامی، الگوهای تصویری و...) را طبقه‌بندی نموده و تمرین‌های متفاوت از آن قسمت حل نمایید تا به مرور تسلط شما افزایش یابد.
- ✓ در درس حساب مباحث تقارن، دوران، حجم و تناسب برای تسلط بیشتر نیاز به تمرین و مرور بیشتری دارند.
- ✓ برای قرابت معنایی در درس فارسی نیز پیشنهاد می‌شود هر روز یک بیت شعر بخوانید و سعی کنید مفهوم آن را با زبان خودتان بیان نمایید.

# عیدانه

## دوره ابتدایی

برنامه‌ریزی پیشنهادی ایام عید نوروز ۱۴۰۰ واحد مشاوره مبتکران (ویژه پایه ششم)

روز - زمان	۴۵ دقیقه	۴۵ دقیقه	۴۵ دقیقه	۴۵ دقیقه	۴۵ دقیقه
سه شنبه ۱۴۰۰/۱/۳	فصل ۳ + ۱۰ تست	مطالعات (درس ۱۱ تا ۱۳) + ۱۰ تست	درس ۶ + ۱۰ تست	درس ۸ و ۹ + ۱۰ تست	حل ۲۵ تست هوش و استعداد تحلیلی
چهارشنبه ۱۴۰۰/۱/۴	فصل ۴ (تقارن و دوران) + ۱۰ تست	هدیه ها (درس ۸ تا ۱۰) + ۱۰ تست	درس ۷ + ۱۰ تست	درس ۱۰ و ۱۱ + ۱۰ تست	حل ۲۵ تست هوش و استعداد تحلیلی
پنجشنبه ۱۴۰۰/۱/۵	فصل ۴ (مختصات و تقارن و مختصات) + ۱۰ تست	مطالعات (درس ۱۴ تا ۱۶) + ۱۰ تست	درس ۹ + ۱۰ تست	جبرانی	حل ۲۵ تست هوش و استعداد تحلیلی
جمعه ۱۴۰۰/۱/۶	تحلیل آزمون ۴ پیشرفت تحصیلی	تحلیل آزمون ۴ پیشرفت تحصیلی	تحلیل آزمون ۴ پیشرفت تحصیلی	تحلیل آزمون ۴ پیشرفت تحصیلی	تحلیل آزمون ۳ تیزهوشان
شنبه ۱۴۰۰/۱/۷	مرور فصل ۳ و ۴ + ۲۰ تست	قرآن (درس ۷ تا ۹) + ۱۰ تست	مرور درس ۶ و ۷ + ۹ + ۲۰ تست	درس ۱۲ و ۱۳ + ۱۰ تست	حل ۲۵ تست هوش و استعداد تحلیلی
یکشنبه ۱۴۰۰/۱/۸	فصل ۵ (طول و سطح، حجم و جرم) + ۱۰ تست	مطالعات (درس ۱۷ تا ۱۹) + ۱۰ تست	درس ۱۰ + ۱۰ تست	مرور درس ۸ تا ۱۲ + ۱۰ تست	حل ۲۵ تست هوش و استعداد تحلیلی
دوشنبه ۱۴۰۰/۱/۹	فصل ۵ (مساحت دایره، خط و زاویه) + ۱۰ تست	هدیه ها (درس ۱۱ تا ۱۴) + ۱۰ تست	درس ۱۱ + ۱۰ تست	درس ۱۴ و ۱۵ + ۱۰ تست	حل ۲۵ تست هوش و استعداد تحلیلی
سه شنبه ۱۴۰۰/۱/۱۰	جبرانی	مطالعات (درس ۲۰) + ۱۰ تست و جبرانی	درس ۱۲ + ۱۰ تست	جبرانی	حل ۲۵ تست هوش و استعداد تحلیلی
چهارشنبه ۱۴۰۰/۱/۱۱	مرور فصل ۵ + ۲۰ تست	قرآن (درس ۱۰ تا ۱۲) + ۱۰ تست	مرور درس ۱۰ و ۱۱ + ۲۰ + ۱۲ تست	مرور درس ۱۳ تا ۱۵ + ۱۰ تست	حل ۲۵ تست هوش و استعداد تحلیلی
پنجشنبه ۱۴۰۰/۱/۱۲	تحلیل آزمون ۵ و ۶ پیشرفت تحصیلی	تحلیل آزمون ۵ و ۶ پیشرفت تحصیلی	تحلیل آزمون ۵ و ۶ پیشرفت تحصیلی	تحلیل آزمون ۵ و ۶ پیشرفت تحصیلی	تحلیل آزمون ۴ تیزهوشان

در قسمت جبرانی در صورت نیاز می‌توانید درس‌هایی که نیاز به مطالعه‌ی بیشتر دارید را قرار دهید.

دانش آموزان تیزهوشانی به جای آزمون‌های پیشرفت تحصیلی، آزمون‌های ۳ و ۴ تیزهوشان خود را تحلیل نمایید.

دانش آموزان مدرسه‌ی مجازی در قسمت مرور و جبرانی، سوالات آزمونک خود را تحلیل نمایند.