

نوروز ۱۴۰۰

برنامه‌ریزی پیشنهادی ایام عید نوروز ۱۴۰۰ واحد مشاوره مبتکران (ویژه متوسطه ۱)

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 درس‌خواندن، 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.

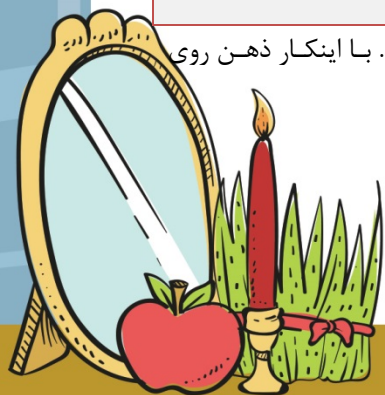
🌀 برای هرروز خود یک برنامه‌ریزی منظم و واقع‌گرایانه بر اساس توانایی‌ها و زمان مطالعه‌ی خود داشته‌باشید و حتما خود را ملزم به اجرای آن کنید؛ چرا که داشتن برنامه موجب می‌شود تا زمان خود را به بهترین شکل ممکن مدیریت کنید.

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

🌀 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.

صفحه ۱

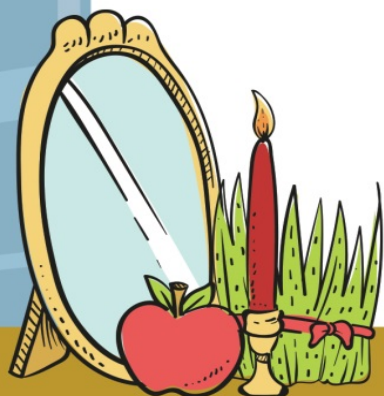


زمان مطالعه

نهم		هشتم		هفتم		پایه
۳:۴۵ ساعت + ۴۵ دقیقه		۳:۴۵ ساعت + ۳۰ دقیقه		۳:۴۵ ساعت		حداقل زمان مطالعه در روز
۴۵ دقیقه		۴۵ دقیقه		۴۵ دقیقه	اختصاصی	
۴۵ دقیقه		۴۵ دقیقه		۴۵ دقیقه	عمومی	
۴۵ دقیقه		۴۵ دقیقه		۴۵ دقیقه	اختصاصی	
۴۵ دقیقه		۴۵ دقیقه		۴۵ دقیقه	عمومی	
۴۵ دقیقه		۴۵ دقیقه		۴۵ دقیقه	اختصاصی	
۴۵ دقیقه	تست هوش و استعداد تحلیلی	۳۰ دقیقه	تست هوش و استعداد تحلیلی			

فعالیت

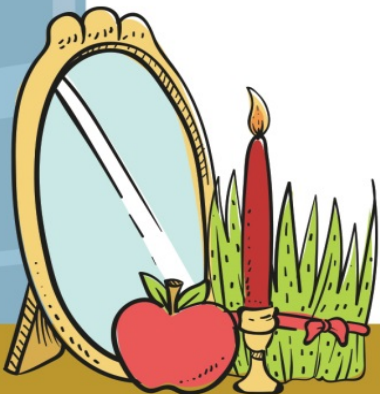
مطالعه هر بخش را به ۲ مرحله تقسیم کنید:	
مرحله اول	۱. مطالعه کتاب، جزوه و درس نامه
مرحله دوم	۲. حل تمرین های تشریحی و تستی از مبحث خوانده شده (حداقل ۱۰ تمرین یا تست)
✗ توجه: نکته برداری و تکمیل خلاصه ها در ۲ بخش بالا امری ضروری است.	



نکات مهم عمومی

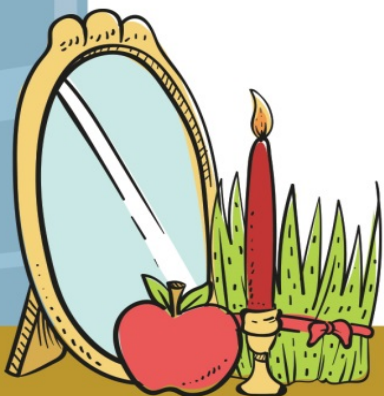
- ✓ نقاط ضعف و اشکالات درسی خود را با انجام تمارین برطرف نمایید.
- ✓ بهتر است مطالعه ریاضی، علوم و فارسی را هرروز در برنامه خودتان قرار دهید.
- ✓ درس مطالعات اجتماعی با درس هدیه‌های آسمانی و قرآن و همچنین درس عربی با زبان انگلیسی را یک روز درمیان در برنامه خود تکرار کنید.
- ✓ برای مطالعه هر مبحث تعیین کنید از چه منبعی تمرین و تست می خواهید انجام دهید. سعی کنید تست های انتخابی شما در سه سطح آسان، متوسط و سخت باشد و از هر سه سطح تعدادی تست انجام دهید.
- ✓ تحلیل آزمون هایی که تا به الان انجام داده اید به شما کمک می کند تا به نقاط ضعف خود پی ببرید. برای این منظور در برنامه خود حداقل ۲ روز را به تحلیل آزمون ۴، ۵ و ۶ پیشرفت تحصیلی اختصاص دهید. دانش آموزانی که در آزمون تیزهوشان شرکت می کنند آزمون های 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. به جای بازخوانی دروسی که تسلط دارید زمانی به مرور خلاصه ها و حل تست اختصاص دهید.
- ✓ میزان تست زدن در هر درس به نسبت تسلط بر آن مبحث افزایش یابد.
- ✓ دانش آموزانی که در مدرسه مجازی هستند می توانند از فیلم های آموزشی در بخش های مطالعاتی خود استفاده نمایند. همچنین سوالات آزمونک های 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.



نکته مطالعاتی شرکت در آزمون‌های تیزهوشان مبتکران

- ✓ با توجه به آزمون تیزهوشان و آزمون ورودی مدارس برتر بهتر است دانش‌آموزان پایه‌ی هشتم هر روز حداقل ۳۰ دقیقه و دانش‌آموزان پایه‌ی نهم هر روز حداقل ۴۵ دقیقه از برنامه‌ی 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 حل نمایند 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.
- ✓ برای قرابت معنایی در درس فارسی پیشنهاد می‌شود هر روز یک بیت شعر را بخوانید و سعی کنید مفهوم آن را با زبان خودتان بیان نمایید.



نوروز ۱۴۰۰

برنامه ریزی پیشنهادی ایام عید نوروز ۱۴۰۰ واحد مشاوره مبتکران (ویژه پایه نهم)

روز - زمان	۴۵ دقیقه (درس ریاضی)	۴۵ دقیقه (درس پیام‌های آسمانی و قرآن / اجتماعی)	۴۵ دقیقه (درس علوم)	۴۵ دقیقه (درس عربی / زبان)	۴۵ دقیقه (درس فارسی)	۴۵ دقیقه (ویژه‌ی تیزهوشان)
سه شنبه ۱۴۰۰/۱/۳	فصل ۳ + ۱۵ تست	پیام آسمانی درس ۶ و ۷ هر درس ۱۰ تست	فصل ۷ + ۱۰ تست	عربی درس ۵ + ۱۰ تست	درس ۷ + ۱۰ تست	۲۵ تست استعداد تحلیلی
چهارشنبه ۱۴۰۰/۱/۴	فصل ۴ + ۱۵ تست	اجتماعی درس ۱۳ تا ۱۵ هر درس ۱۰ تست	درس ۸ + ۱۰ تست	زبان درس ۴ + ۱۰ تست	درس ۸ + ۱۰ تست	۲۵ تست استعداد تحلیلی
پنجشنبه ۱۴۰۰/۱/۵	تحلیل آزمون ۴ پیشرفت تحصیلی	پیام آسمانی تحلیل آزمون ۵ پیشرفت تحصیلی	تحلیل آزمون ۴ پیشرفت تحصیلی	عربی تحلیل آزمون ۵ پیشرفت تحصیلی	تحلیل آزمون ۵ پیشرفت تحصیلی	۲۵ تست استعداد تحلیلی
جمعه ۱۴۰۰/۱/۶	فصل ۵ + ۱۵ تست	اجتماعی درس ۱۶ تا ۱۸ و هر درس ۱۰ تست	فصل ۹ + ۱۵ تست	زبان تحلیل آزمون ۵ پیشرفت تحصیلی	درس ۹ و ۱۰ هر درس ۱۰ تست	۲۵ تست استعداد تحلیلی
شنبه ۱۴۰۰/۱/۷	۱۰ تست فصل ۳ ۱۰ تست فصل ۴ ۱۰ تست فصل ۵	قرآن درس ۸ تا ۱۰ هر درس ۱۰ تست	فصل ۱۰ + ۱۵ تست	عربی درس ۶ + ۱۵ تست	جبرانی	۲۵ تست استعداد تحلیلی
یکشنبه ۱۴۰۰/۱/۸	تحلیل آزمون ۵ پیشرفت تحصیلی	پیام آسمانی درس ۸ و ۹ هر درس ۱۰ تست	تحلیل آزمون ۶ پیشرفت تحصیلی	زبان درس ۵	تحلیل آزمون ۶ پیشرفت تحصیلی	۲۵ تست استعداد تحلیلی
دوشنبه ۱۴۰۰/۱/۹	فصل ۶ تا دستگاه معادله خطی + ۱۰ تست	اجتماعی درس ۱۹ و ۲۰ تحلیل آزمون ۶ پیشرفت تحصیلی	فصل ۱۱ + ۱۰ تست	عربی تحلیل آزمون ۶ پیشرفت تحصیلی	درس ۱۱ + ۱۰ تست	۲۵ تست استعداد تحلیلی
سه شنبه ۱۴۰۰/۱/۱۰	تکمیل فصل ۶ + ۱۵ تست	پیام آسمانی درس ۱۰ و ۱۱ هر درس ۱۰ تست	فصل ۱۲ + ۱۰ تست	زبان تحلیل آزمون ۶ پیشرفت تحصیلی	درس ۱۲ + ۱۰ تست	۲۵ تست استعداد تحلیلی
چهارشنبه ۱۴۰۰/۱/۱۱	تحلیل آزمون ۶ پیشرفت تحصیلی	جبرانی	فصل ۱۳ تا ابتدای نرم‌تنان	عربی درس ۷ + ۱۰ تست	درس ۱۳ + ۱۰ تست	۲۵ تست استعداد تحلیلی
پنجشنبه ۱۴۰۰/۱/۱۲	فصل ۷ تا تقسیم چند جمله‌ای	عربی درس ۸ + ۱۰ تست	تست از فصل ۹ تا ۱۲	زبان درس ۵ + ۲۰ تست	جبرانی	۲۵ تست استعداد تحلیلی

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.

صفحه ۵

