



برنامه مطالعاتی هفته ۵

تاریخ ۲ تا ۸ شهریور ۹۸

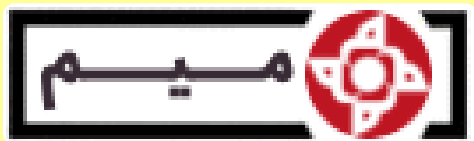
عنوان هفته: هدف استفاده از زمان صبحگاهی

ویژه دانش آموزان و کنکوری های ۹۹ نظام جدید

نوع برنامه: پیشرو (جدی و مستحکم)

هماهنگ با آزمون های تابستانی کانون فرهنگی آموزش

گروه : ریاضی



مدیریت و نظارت بر تهیه و تنظیم برنامه:

مهندس جلال سلیمی



مشاور همکار: مهدی تولائی

راهنمای استفاده از برنامه مطالعاتی

- ۱۲- در ابتدا ویدئوی توضیحات مشاوره ای در مورد اهداف تنظیم برنامه را مشاهده کنید.
- ۱۳- به مشاور و برنامه ارائه شده اعتماد کنید. اگر برای اولین یا دومین بار است که کنکور می دهید، مطلع باشید مشاوران «میم» و مدیر تولید محتوای این سایت (مهندس جلال سلیمی) بیش از بیست سال است که در این مسیر در کنار داوطلبان موفق بوده و این مسیر را طی کرده اند.
- ۱۴- برنامه ای در حد توان خود، انتخاب کنید تا دلسرد و ناامید نشوید. اگر سابقه مطالعه جدی ندارید حتماً با برنامه متعادل شروع کنید و نگران هیچ چیز نباشید. موفقیت در مسیر شماسست و هر هفته با اجرای جدی برنامه به شما نزدیک تر می شود.
- ۱۵- در برنامه درسی هفتگی مبحث، نوع مطالعه و منابع و زمان یا تعداد تست ها پیشنهاد شده است. سعی کنید به آنها پایبند باشید و در ۶ روز هفته به اجرای آن بپردازید. اگر از درسهای برنامه عقب افتادید، از روز هفتم برای جبران استفاده کنید.
- ۱۶- حتماً برای مشخص شدن حجم و کیفیت فعالیت خود طبق پیشنهاد مشاور در ویدئوها، چک لیست ها را به دقت تیک بزنید و با خود رو راست باشید.
- ۱۷- توصیه کرده ایم اگر وقت داشتید چه درسی را بیشتر بخوانید یا تست بزنید.
- ۱۸- ساعت اجرای برنامه برای هر گروه پیشنهاد شده است. بر اساس مدل زندگی خود یکی از آنها را انتخاب کنید و به آن ساعت ها پایبند باشید.

کارهای ممنوعه در اجرای برنامه

- ۱- درسی را طی هفته از برنامه خارج نکنید.
- ۲- درسهایی را که دوست ندارید به هیچ وجه در برنامه جابه جا نکنید.
- ۳- در قسمت هایی که تست زنی توصیه شده است حتماً و قطعاً تست بزنید و آن را به مطالعه تبدیل نکنید.
- ۴- به درسهای عمومی در حدی که توصیه شده توجه کنید و آنها را کنار نگذارید.
- ۵- مثال ها و تمرین های کتاب درسی را بی ارزش تلقی نکنید و طی سال چندین بار آنها را حل کنید.
- ۶- با تست های سخت و تالیفی شروع نکنید. الویت اصلی شما تست های سراسری مرتبط به کتابها ی تان است.
- ۷- بدون کاغذ و قلم سراغ مطالعه و تست زنی نروید. چک نویس استفاده کنید.
- ۸- برای افزایش سرعت عمل عجله نداشته باشید و الا بی دقتی غوغا می کند.
- ۹- دیر وقت (۱۲ شب تا ۴,۵ صبح) درس نخوانید و زندگی غیر عادی درست نکنید. علاوه بر آسیبهای جسمی و روانی، این شیوه ها نتیجه نمی دهد!
- ۱۰- فکر ساعت مطالعه زیاد و تعداد تست زیاد نباشید. جدی مشغول یادگیری باشید و بدانید ساعت مطالعه و تست شما، حتماً با یادگیری خوب، بیشتر خواهد شد.
- ۱۱- برنامه انتخابی خود (متعادل یا پیشرو) را عوض نکنید و فقط مثل یک ربات از آن پیروی کنید. خلاقیت در تغییر برنامه بماند برای ماه های بعد!

موفق و پیروز و سلامت و شاد باشید

جلال سلیمی (مشاور و کارشناس آموزش)



چه ساعتی از شبانه روز برنامه مطالعاتی و الویت های برنامه را اجرا کنیم؟

بر اساس نوع کلاس ها و سبک زندگی انتخاب کنید اما پایبند باشید!

فارغ التحصیلی هستیم که بعضی روزها به آموزشگاه می روم یا دانش آموزی هستیم که تابستان به مدرسه می روم.		فارغ التحصیل هستیم یا دانش آموزی هستیم که تابستان به مدرسه نمی روم.	چه کسی هستی؟
روزهایی که آموزشگاه نمی روم	روزهایی که مدرسه یا آموزشگاه می روم		
۱۷ تا ۱۵:۳۰	۹:۳۰ تا ۸	۹:۳۰ تا ۸	ساعت فعالیت الویت اول
۱۹ تا ۱۷:۳۰	۱۲ تا ۱۰:۳۰	۱۲ تا ۱۰:۳۰	ساعت فعالیت الویت دوم
۲۰:۳۰ تا ۱۹:۳۰	۱۵:۳۰ تا ۱۴	۱۵:۳۰ تا ۱۴	ساعت فعالیت الویت سوم
۲۲ تا ۲۱	۱۸ تا ۱۶:۳۰	۱۸ تا ۱۶:۳۰	ساعت فعالیت الویت چهارم
۲۳:۱۵ تا ۲۲:۱۵	۲۰:۳۰ تا ۱۹	۲۰:۳۰ تا ۱۹	ساعت فعالیت الویت پنجم

برنامه دانش آموزان و فارغ التحصیلان نظام جدید - گروه ریاضی							
برنامه هفته (۵) - هدف استفاده از زمان صبحگاهی							
روز	شنبه	یکشنبه	دوشنبه	سه شنبه	چهارشنبه	پنجمشنبه	جمعه
اولویت	۹۸/۴/۶	۹۸/۴/۳	۹۸/۴/۴	۹۸/۴/۵	۹۸/۴/۶	۹۸/۴/۷	۹۸/۴/۸
اولویت اول ۱/۵ ساعت	حسابان ۱ مرور نکات مثلثات و تمرین	حسابان ۱ تست و تمرین مثلثات	حسابان ۱ تست مثلثات	هندسه ۲ تست کاربرد تبدیل ها	حسابان ۱ تست مثلثات	هندسه ۱ مرور و تمرین کاربرد های تالس	جبرانی
اولویت دوم ۱/۵ ساعت	هندسه ۲ مطالعه و تمرین و مثال کاربرد و تبدیل ها	آمار و احتمال مرور آمار توصیفی	فیزیک ۲ تست مغناطیس	فیزیک ۲ مرور نکات مغناطیس	آمار و احتمال مرور و تست آمار توصیفی	آمار و احتمال مرور آمار توصیفی	جبرانی
اولویت سوم ۱/۵ ساعت	فیزیک ۲ مرور کتاب و جزوه مغناطیس	فیزیک ۲ تست مغناطیس	شیمی ۲ یادگیری تکمیلی و مثال و تمرین فصل ۲	شیمی ۲ تست و تمرین فصل ۲	شیمی ۲ تست و تمرین فصل ۲	فیزیک ۱ مطالعه و یادگیری دما	جبرانی
اولویت چهارم ۱/۵ ساعت	شیمی ۲ مطالعه متن و درسنامه فصل ۲ ص ۷۲ تا آخر فصل	ادبیات ۲ مرور نکات و تست درس ۱۱	هندسه ۲ تست کاربرد تبدیل ها	آمار و احتمال تمرین و تست آمار توصیفی	ادبیات ۲ مرور نکات و تست درس ۱۲	دینی ۲ مطالعه و تست درس ۱۰	جبرانی
اولویت پنجم ۱ ساعت	عربی ۲ مرور متن و قواعد درس ۶	زبان ۲ تست لغت و گرامر درس ۲	دینی ۲ مطالعه و تست درس ۹	عربی ۲ تست درس ۵ و ۶	فیزیک ۲ تست مغناطیس	شیمی ۲ تست و تمرین فصل ۲	جبرانی

برنامه پیشرو
(جدی و مستحکم)

۴۲
ساعت
مطالعه در
هفته

اگر وقت داشتیم چه کاری انجام دهیم؟ تست ریاضیات بیشتر بزن

