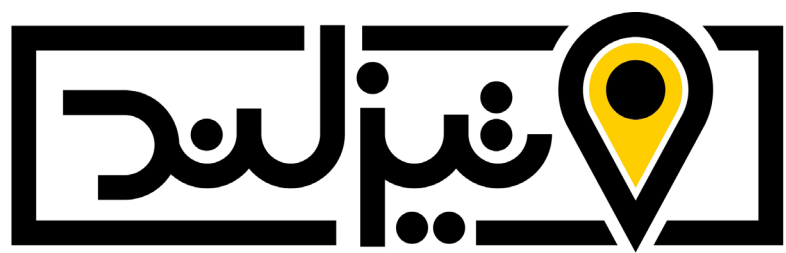


w w w . t i z z l a n d . i r



شماره بیست و هشت  
اسفند ماه ۹۸



مرجعی برای همه دانش‌آموزان باهوش سرزمینمان، ایران





نشریه داخلی سرزمین تیزهوش‌ها «انتشار الکترونیک»

تیزلند | [www.tizland.ir](http://www.tizland.ir) | ۰۲۱۸۸۹۹۶۳۱۶-۱۷

مدیر مسئول: عادل طالبی [adeltalebi@tizland.ir](mailto:adeltalebi@tizland.ir)

مدیر اجرایی: شیرین محمدی [mohamadi@tizland.ir](mailto:mohamadi@tizland.ir)

طراح گرافیک و صفحه‌آرا: یاسمن مرادی

تاریخ انتشار: اسفند ۱۳۹۸، شماره بیست‌وهشت

منبع مطالب: سایت تیزلند و سایت میم

انتشار این فایل به صورت الکترونیک آزاد است.

## چگونه می‌توانیم رفتار مطلوب را در فرزند خود حفظ کنیم؟

یکی از دغدغه‌های بزرگ ما این است که رفتار خوب در وجود فرزندان حفظ شود. ممکن است برای این کار از تشویق استفاده کنیم اما گاهی تشویق نتیجه برعکس دارد. از این رو ما باید بدانیم که در چه موقعیتی و چگونه به تشویق بپردازیم.

بهتر است که به او تعداد ندهیم. به عنوان مثال می‌توانیم بگوییم زمانی که کارهای خوب بسیاری در خانه و مدرسه انجام دادی برایت عروسک یا بازی دلخواهت را خریداری می‌کنم و هر چه او اصرار کرد تعداد را مطرح نکنیم. در این نوع تشویق فرزند ما نمی‌داند که پس از اتمام چند کار خوب، مورد تشویق قرار می‌گیرد. از این رو تلاش می‌کند و پیوسته کار خوب انجام می‌دهد. نوع دیگری از تشویق وجود دارد که وابسته به زمان است. مثلاً ما به فرزند خود می‌گوییم که در پایان هفته تمامی دفترها و کتاب‌هایت را بررسی می‌کنم، اگر کارهای خوب بسیاری در آنها دیده شد، برایت جایزه می‌خرم یا به سینما می‌رویم. این تشویق تا

حدی مطلوب است اما برای همه‌ی کودکان کارساز نیست. مثلاً برخی از آنها در اوایل هفته تلاشی نمی‌کنند اما در روزهای پایانی تلاش خود را کرده و سعی می‌کنند که کارهای عقب مانده‌ی خود را انجام دهند. اگر فرزند ما به این شکل عمل کرد و مطرح کردن زمان سبب تنبلی او در طی روزهای اول هفته شد، ما می‌توانیم که زمان دقیق را مطرح نکنیم و به عنوان مثال بگوییم که چند روز دیگر تصمیم دارم که به مدرسه‌ات بیایم یا دفتر تکالیفت

را بررسی کنم. در اینجا فرزند ما زمان را نمی‌داند و سعی می‌کند که در تمام روزهای هفته بهترین باشد. در عبارات فوق انواع تشویق‌های ناپیوسته و گهگاهی مورد بررسی قرار گرفت. تمامی این تشویق‌ها در جایگاه خود مناسب و کاربردی هستند. در رابطه با به کارگیری آن‌ها، بهتر است که ما همه‌ی آن‌ها را در مورد فرزند خود به کار ببریم و خود به این نتیجه برسیم که کدام یک با ظرفیت و روحیات فرزند ما سازگارتر است. اگر فرزند ما در مقابل تمامی این تشویق‌ها واکنش مساعدی نشان داد، بهتر است از تشویقی استفاده کنیم که در آن تعداد و زمان مشخص نیست. به طور مثال به او بگوییم که اگر نمرات خوب بسیاری گرفتی یا کارهای خوب بسیاری انجام دادی به تو جایزه می‌دهم. در رابطه با این نوع تشویق فرزند ما همیشه



ما برای آموزش فرزندان خود به ویژه در مقطع ابتدایی، ناگزیر به در نظر گرفتن زمان زیادی هستیم و تمایل داریم که فرزندان آنچه را که ما با زحمت بسیار به او یاد داده‌ایم، به خاطر بسپارد. گاهی می‌بینیم که علیرغم اینکه ما بسیار تلاش کردیم و فرزندان مطلبی را یاد گرفت. در طولانی مدت آن را به خاطر نمی‌آورد. برای اینکه فرزند ما بتواند مطالب را در ذهن خود حفظ کند، ما می‌توانیم از روش‌های نگهداری رفتار استفاده کنیم. زمانی که ما می‌خواهیم رفتار و کار جدیدی را به فرزندمان یاد بدهیم، ضرورت دارد که به تشویق او بپردازیم. تشویق‌های ما می‌تواند پشت سرهم و پیوسته باشد و یا به صورت ناپیوسته باشد. در این

رابطه اگر ما بخواهیم که رفتار جدیدی را به فرزند خود آموزش دهیم، بهتر است که به صورت پشت سرهم و پیوسته او را تشویق کنیم. زمانی که ما از یادگیری آن مفهوم توسط فرزندمان به اطمینان رسیدیم، دیگر لازم نیست که برای ماندگاری و تثبیت آن در ذهنش، به تشویق مداوم و پیوسته بپردازیم. در این جا ما نباید تشویق را به طور کامل کنار بگذاریم. ما می‌توانیم گه‌گاهی فرزندمان را تشویق کنیم و به عبارتی از تشویق‌های ناپیوسته استفاده کنیم. این

نوع تشویق تاثیر مثبتی بر عملکرد فرزند ما دارد. در تشویق ناپیوسته، زمانی که فرزند ما رفتاری را یاد گرفت و آن را چند بار انجام داد ما تنها یک بار او را تشویق می‌کنیم. اگر به طور مداوم او را تشویق کنیم، دیگر تشویق برایش عادی شده و انگیزه‌ای برای ادامه و انجام کار ندارد.

در تشویق ناپیوسته ما می‌توانیم به چند شکل عمل کنیم. مثلاً ما می‌توانیم با فرزند خود قرار بگذاریم که هر بار ۵ نمره متناسب با توانایی خود کسب کرد یا هر زمان ۳۰ کار خوب در طول هفته انجام داد. به او جایزه‌ای می‌دهیم. در این رابطه فرزند ما تلاش می‌کند که در مدرسه به یادگیری بپردازد و زحمات خود را در عمل نشان دهد. سعی می‌کند که در خانه کارهای خوب انجام دهد تا به حدی که ما برایش تعیین کرده‌ایم برسد و جایزه را دریافت کند. این نوع تشویق در جایگاه خود خوب است اما چندان مناسب نیست. در این نوع تشویق ممکن است که زمانی که فرزند ما ۳۰ کار خوب را انجام داد و مورد تشویق قرار گرفت و جایزه خود را دریافت کرد به سراغ شیطنت‌ها و کارهای پیشین خود برود. اگر فرزند ما به این شکل عمل کرد.

نویسنده: اعظم پیکانی



در حالت آماده باش به سر می‌برد و لحظه‌ای وقت خود را به بطالت نمی‌گذراند، زیرا ممکن است در همان لحظه ما برای تشویق کردن به سراغ او و کارهایش برویم.



در این مقاله تکنیک‌هایی را برای یادگیری بهتر مطالب آموزشی را بررسی کردیم و سعی کردیم در قالب راهکار آن‌ها را به شما ارائه بدهیم.

دانش‌آموز می‌گوید من ریاضی یاد نمی‌گیرم. می‌پرسید: «کی ریاضی خوندی؟» فکر می‌کند و می‌گوید: «خُب گفتم که یاد نمی‌گیرم! وقتی یاد نمی‌گیرم برای چی باید بخونم؟» و با همین تصور خود را قانع کرده که ریاضی را نباید بخواند چون یاد نمی‌گیرد. برای اینکه درک کنید این کار چقدر عجیب است فرض کنید یک نفر به شما بگوید من رانندگی بلد نیستم و شما بپرسید چه زمانی تمرین رانندگی داشتی و چند ساعت و حالا فکر می‌کنی یاد نمی‌گیری و او به شما جواب بدهد خُب من تمرین نکردم چون یاد نمی‌گیرم.

حتی والدینی که تصور می‌کنند عربی یا ادبیات یا املاً و انشا و... درس‌هایشان ضعیف بوده باید فکر کنند چقدر برای این درس‌ها تمرین می‌کردید و وقت می‌گذاشتید.

نتیجه این مقدمه این است که در اولین قدم برای حل چنین مشکلات که همه تصورات ذهنی غلط هستند باید بپذیریم که باید کار را شروع کنیم و خواندن و مطالعه و تمرین و تکرار را برای چنین درس‌هایی جدی بگیریم. از آن مهم‌تر عجله نداشته باشیم. یک روز در یک کلاس از دانش‌آموزی سال دهم که می‌گفت ریاضی استعداد می‌خواهد و او استعدادش را ندارد و با خواندن و تمرین درست نمی‌شود پرسیدم: «چند وقت است ریاضی را درست و دقیق و جدی تمرین نکردی و مطالعه نکردی؟» کمی فکر کرد و گفت: «ده سال!» یعنی دقیقاً باور داشت که در هیچ سالی از تحصیل برای ریاضی وقت سالم و مفید و کافی صرف نکرده است. حتی اگر چند ماه هم کم کاری کرده باشید نایستی انتظار داشته باشید مشکل شما در یک هفته و یک روز حل شود. حداقل یک ماه تلاش جدی و دائمی داشته باشید و بعد ببینید چه تغییراتی اتفاق افتاده است.

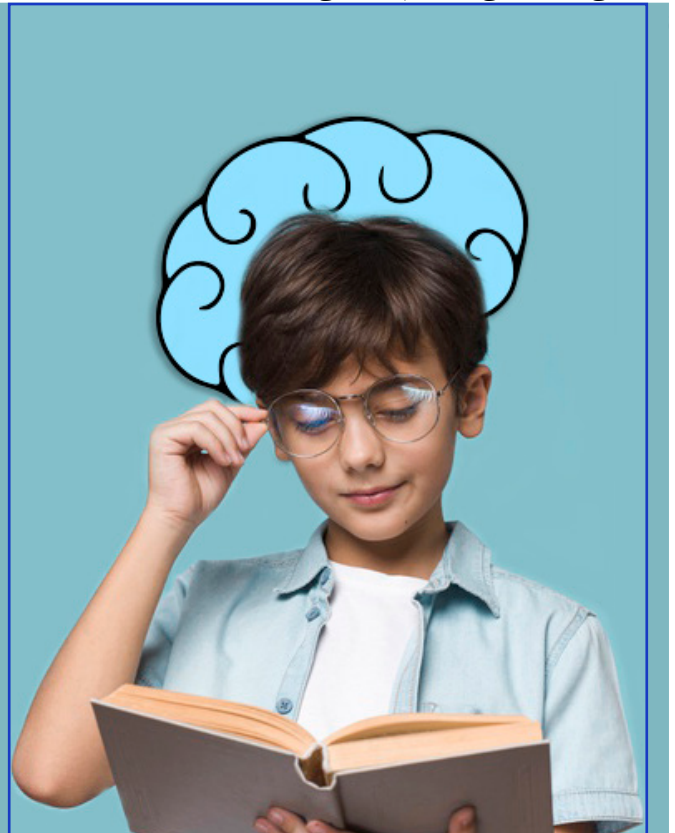
پس قدم اول شامل دو بخش بود: اول اینکه شروع کنید و با تمرین و تکرار خلاقانه و حل سوال و دوره و مرور یادگیری خود را بهبود دهید. دوم اینکه صبر داشته باشید و متصافانه نگاه کنید و برای مشکلی که مثلاً دو سال قدمت دارد (من دو سال است با درس زبان مشکل دارم) حداقل دو ماه تلاش کنید و بعد منتظر نتیجه و تحول باشید.

قدم دوم یادگیری اصول و تکنیک‌های مطالعه اصولی است که می‌تواند یادگیری را ساده‌تر و پیشرفت را سریع‌تر کند و از آن مهم‌تر یادگرفتن را لذت بخش نماید. در ادامه درباره این اصول نوشتاری خواهیم داشت.

خیلی وقت‌ها دانش‌آموزان و حتی والدین تصوراتی درباره یادگیری خودشان یا فرزندانشان دارند که عجیب است. مثلاً دانش‌آموز تصور می‌کند زبان یاد نمی‌گیرد یا ریاضی برایش سخت است و یا والدینی که تصور می‌کنند فرزندشان به آنها رفته! و عربی و ادبیات یاد نمی‌گیرد یا املاش ضعیف است و از این دست برچسب‌ها!

آیا چنین تصوراتی واقعیت دارد و ما توانایی برطرف کردن چنین مشکلاتی را در وجود خود یا فرزندانمان نداریم؟

قطعاً پاسخ منفی است و توانایی ذهن ما افراد عادی دست کم برای یادگیری دروس در حد مدرسه تا سطح دبیرستان کفایت می‌کند اما مشکل از زمانی شروع می‌شود که به شیوه‌های «الاً بختکی» درس می‌خوانیم و حتی وحشتناک‌تر اینکه اصلاً درس



## چگونه می‌توانیم یادگیری مستقل را به فرزندان خود آموزش دهیم؟

یادگیری مستقل یکی از اصول مهم، در تمام موقعیت‌های زندگی است. زمانی‌که فرزند ما بتواند بدون اتکا به ما یاد بگیرد. به خوبی می‌تواند در سایر مسائل زندگی نیز مستقل عمل کرده و به حل مشکلات خود بپردازد.

همه ما در زندگی دغدغه‌های بی‌شماری داریم. کارهای ناتمام و جدید در فهرست برنامه‌های زندگی ما به چشم می‌خورد. گاهی در مورد زمان محدود خود و اموراتی که در پیش‌رو داریم می‌اندیشیم. این تفکر سبب ایجاد استرس در وجود ما می‌شود. یکی از دغدغه‌های بزرگ ما آموزش و فعالیت‌های مدرسه فرزندان است. ما پس از اتمام کارهای خود، باید به این امور بپردازیم و نمی‌توانیم زمانی را برای استراحت‌مان در نظر بگیریم. علاوه بر این ما تنها در سال‌های اولیه تحصیل فرزندان می‌توانیم همراهی او تلاش کنیم. در طی زمان مطالب کتاب‌ها و روش‌های آموزشی تغییر می‌کند و اگر زمانی هم برای پیگیری آموزش فرزند خود در نظر بگیریم، نمی‌توانیم

که ما در پی این باشیم به فرزند خود آموزش ما خود نحوه یادگیری به دیگران می‌تواند یادگیری عمیق در ذهن او به روش‌هایی پرداخته آنها می‌توانیم چگونه آموزش دهیم. یکی از به کارگیری آن می‌توانیم یادگیری خودش قرار می‌باشد. ما می‌توانیم برای فرزندان مسائلی را ریاضی با توجه به مطلب، برای دروسی که جنبه مفهومی طراحی کنیم تا به آنها پاسخ دهد. پاسخ‌ها با مشارکت بر طراحی مسئله و سوال،



براین اساس ضرورت دارد که چگونه یادگرفتن را دهیم. زمانی که فرزند را بیاموزد. بدون اتکا به یادگیری بپردازد و شکل می‌گیرد. در ادامه می‌شود که از طریق یادگرفتن را به فرزندان اصول بسیار مهمی که با فرزندان را در مسیر دهیم. موقعیت حل مسئله متناسب با مطالب درسی طراحی کنیم. برای درس مسئله طراحی کنیم. حفظی دارند، سوالات و از فرزندان بخواهیم سپس به بررسی و اصلاح فرزندان بپردازیم. علاوه

ما می‌توانیم جریان یادگیری را برای فرزند خود واقعی و ملموس کنیم. به عنوان مثال اگر ما تصمیم داشتیم که مبحث تخیل و تغییرات آب را به فرزندان آموزش دهیم، می‌توانیم این آموزش را به زمانی موکول کنیم که تصمیم داریم چایی یا غذا حاضر کنیم. آموزش در موقعیت واقعی، اطلاعات یادگرفته شده توسط فرزند ما را به حافظه بلندمدت می‌فرستد. در جریان یادگیری و آموزش بهتر است که ما به صورت مداوم به فرزند خود مسئولیت بدهیم و نظر او را بپرسیم. دادن مسئولیت به او و دریافت نظرش سبب می‌شود که او روی مبحثی که ما قصد آموزش آن را داریم تمرکز کرده و خود را مسئول امر یادگیری خود بداند. در آموزش مطالب پیچیده و کلی بهتر است که به ساده کردن مفاهیم بپردازیم و سعی نکنیم که پیش از آموزش آنها، اصول ابتدایی را آموزش بدهیم. بهتر است در رابطه با مطالب پیچیده بحث کنیم. نظر فرزندان را بپرسیم و کم‌کم او را وارد بحث کنیم. زمانی که او وارد بحث شد، رفته‌رفته می‌تواند با کمک گرفتن از ما، اصول ابتدایی مفاهیم پیچیده را کشف کند. کشف اصول به مرور زمان فرزند ما را به فردی خودآموز تبدیل می‌کند. فردی که خود می‌تواند مسئولیت یادگیری‌اش را در آینده برعهده بگیرد. ارزیابی مداوم، یکی از اصول مهمی است که ما باید در طی آموزش همواره به آن توجه کنیم. گاه ممکن است که فرزند ما مطلبی را یاد نگرفته باشد اما به دلایلی از جمله: ترس از سرزنش شدن، احساس شرم و... از عنوان کردن این مسئله پرهیز می‌کند. براین اساس بهتر است که ما در حین آموزش یک مفهوم، به طور مداوم از فرزند خود سوال پرسیده و در صورت عدم پاسخگویی ایرادات او را برطرف کنیم. زمانی نیز که پاسخ صحیح را مطرح کرد او را مورد تشویق قرار دهیم تا انگیزه‌اش برای ادامه بیشتر شود.



نویسنده: اعظم پیکانی

# کدام اشتباهات والدین باعث ایجاد حسادت در کودکان می‌شود؟

در این اینفوگرافیک نمونه‌ای از اشتباهاتی که والدین در رفتار با کودکان انجام می‌دهند به ساده‌ترین شکل مطرح شده است.

برخی رفتارهای والدین موجب شعله‌ور شدن آتش حسادت در کودک می‌شود. اشتباهات والدین بعضاً محرکی قوی برای این موضوع است. در ادامه نمونه‌ای از این اشتباهات مطرح شده است :



## کدام اشتباهات والدین باعث ایجاد حسادت در کودکان می‌شود؟

برخی رفتارهای والدین موجب شعله‌ور شدن آتش حسادت در کودک می‌شود. اشتباهات والدین بعضاً محرکی قوی برای این موضوع است. در ادامه، نمونه‌ای از این اشتباهات مطرح شده است:

اگر بیش از اندازه فرزند خود را نازپرورده بار بیاورید امکان ایجاد حسادت را در او افزایش می‌دهید، به طوری که احساس می‌کند بی‌رقیب است و همه چیز متعلق به شخص اوست؛ بنابراین وقتی با کودک جدیدی از اطرافیان روبه‌رو می‌شود یا فرزند جدیدی به خانواده اضافه می‌شود، احساس ناامنی می‌کند و رقیب تازه را علت این ناامنی برمی‌شمارد. در چنین شرایطی امکان ابتلای کودک به افسردگی وجود دارد. وقتی کودک به خواسته‌های خود دست نمی‌یابد، احساس حقارت می‌کند و این احساس در مراحل رشد با او همراه خواهد بود.

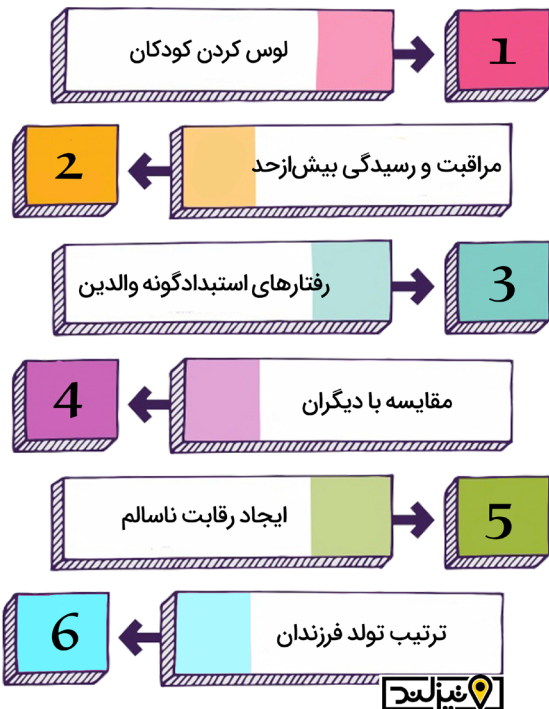
یکی دیگر از رفتارهای اشتباه والدین که به حسادت در کودکان منجر می‌شود، مراقبت و رسیدگی بیش از حد است. مراقبت و رسیدگی زیاد همیشگی نیست و بالاخره روزی می‌رسد که فرزندان به‌طریقی باید وارد جامعه بشود و دیگر خبری از مراقبت و رسیدگی نخواهد بود. فرزندان به‌تنهایی وارد محیطی می‌شوند که به‌زعم او وحشی و بی‌رحم است. در این حالت او تنها، منزوی و خجالتی می‌شود و وقتی کودک دیگری را می‌بیند که این ضعف‌ها را ندارد، احساس حسادت در او شکل می‌گیرد.

کنترل بیش‌ازحد نیز یکی دیگر از اشتباهات بزرگ والدین است که باعث حسادت در کودکان می‌شود. وضع قوانین و مقررات سفت‌وسخت در خانه بدون ذکر دلایل و علت‌های چنین محدودیت‌هایی باعث شعله‌ور شدن حسادت می‌شود. زیرا در چنین محیطی فرزندی با اعتماد به نفس پایین رشد خواهد کرد و نسبت به سایر همسالان خود احساس بی‌ارزشی می‌کند. در نهایت این احساسات منفی باعث بروز حسادت خواهد شد.

یکی از مهلک‌ترین اشتباهات والدین، مقایسه کردن فرزند خود با دیگران است. مقایسه کار بسیار ناپذیرانه‌ای است. هیچ‌گاه نباید فرزند خود را با دیگران مقایسه کنید. مقایسه فقط و فقط موجب شکل گیری حسادت در دل کوچک فرزندان می‌شود و نتیجه‌ی آن رقابت‌جویی کاذب و کاهش اعتماد به نفس در کودکان است.

وادار کردن کودک به انجام کارهایی که دیگر همسوسالانش انجام می‌دهند و مقایسه نتایج باعث ایجاد رقابت ناسالم می‌شود. باید در نظر داشته باشید که استعداد و توانایی افراد با یکدیگر متفاوت است. مثلاً اگر کودک خود را در زمینه‌ی ورزشی با کودک دیگری که استعداد بیشتری دارد مقایسه کنید، حس حسادت ناشی از رقابت بی‌مورد را در دل او خواهید انداخت.

گاهی اوقات ترتیب تولد فرزندان در میزان توجهی که از والدین دریافت می‌کنند، نقش مهمی دارد. مثلاً وقتی پس از اولین فرزند، کودک جدیدی به خانواده اضافه می‌شود، فرزند بزرگتر احساس می‌کند توجه بیشتر والدین به کودک جدید باعث تغییر موقعیت او می‌شود.



## ۲۴ عادت روزانه که شما را باهوش تر خواهد کرد



24 عادت روزانه که شما را باهوش تر خواهد کرد



کاری از سرزمین تیزهوش ها



## حفظی خواندن یعنی تلاش زیاد و نتیجه بد!

برخی از دانش‌آموزان بسیار تلاش کرده و کتاب‌هایشان را یک لحظه هم از خودشان دور نمی‌کنند اما در کمال ناباوری نتیجه خوبی نمی‌گیرند. حتی اگر در درس‌های عمومی هم نمرات خوبی بگیرند، در درس‌هایی مثل ریاضی و علوم به مشکل برخورد و احساس شکست می‌کنند.

این دانش‌آموزان مرتکب یک اشتباه بزرگ می‌شوند و آن اینست که سعی می‌کنند تا مطالب کتاب‌های درسی را حفظ کرده و در ذهن‌شان یک کپی از کتاب داشته باشند. بی‌توجه به این که به هر حال ممکن است چیزهایی که حفظ کرده‌اند خیلی زود از ذهن‌شان پاک شود و یا این که درس‌هایی مثل ریاضی، فیزیک و یا شیمی نیاز به حل مساله‌ها و نمونه‌های فراوان داشته و اگر تحلیل مساله و روش حل آن‌ها را یاد نگیرند، شکست خواهند خورد. دانش‌آموزانی که به حفظ کردن مطالب کتاب عادت می‌کنند، در کلاس‌های بالاتر و با سنگین شدن درس‌ها، نمرات ضعیف‌تری را کسب خواهند کرد و در کنکور هم موفق نخواهند بود. اما شاید خود این دانش‌آموزان هم متوجه این مساله نباشند که درس‌ها را یاد نگرفته‌اند و فقط حفظ کرده‌اند.

را یاد نگرفته‌اند و فقط حفظ کرده‌اند. این‌که دانش‌آموز به‌خاطر نمره‌ی خوب در درس‌های عمومی جذب این درس‌ها شده و درس‌های اختصاصی را کنار بگذارد، راه‌حل مناسبی برای رفع این مشکل نیست. زیرا حتی نمره‌ی خوب در درس‌های عمومی دلیل محکم و قاطعی بر یادگیری این درس‌ها نیست و شاید یکسال بعد همین درس‌ها هم از ذهن او پاک شوند.

پس قبل از هر چیز چه والدین و چه معلمین در مدرسه باید روش‌های مطالعه درست را به دانش‌آموز ابتدایی بیاموزند و او را برای مقاطع بالاتر آماده کنند. پس اگر پدر و مادری هستید که از وضع نمرات فرزندتان راضی نیستید و یا اگر معلمی هستید که فکر می‌کنید، بعضی از دانش‌آموزان تان درس‌ها را یاد نمی‌گیرند و همچنین اگر دانش‌آموزی هستید که بسیار تلاش می‌کنید و نتیجه‌ی خوبی نمی‌گیرید، باید دنبال علل و ریشه‌ی این مشکل بگردید و آن را به‌طور کامل ریشه‌کن کنید.



## حفظی خوانی یا یادگیری طوطی‌وار!

خیلی از شما دانش‌آموزان شاید بارها شنیده‌اید که به شما گفته‌اند، درسها را طوطی‌وار یاد بگیر! اما هیچگاه فکر نکرده‌اید که چرا به حفظ کردن درس‌ها، یادگیری طوطی‌وار می‌گویند؟! مساله بسیار ساده است. طوطی می‌تواند با شنیدن و تکرار کلمه‌ای که شما در گوشش می‌خوانید آن کلمه را یاد گرفته و تکرار کند.

اما هیچ درک صحیحی از معنی آن کلمه نخواهد داشت. طوطی شاید هر ۵ دقیقه یکبار به شما بگوید: «سلام». اما طوطی نمی‌داند که معنی سلام، چیست و سلام را کی و به چه کسی، بدهد. پس، اگر دانش‌آموزی هم مثل یک طوطی با تکرار، جملات را به ذهنش بسپارد، هیچوقت درک نخواهد کرد که این جملات را کجا و چه موقع باید استفاده کند.

البته اگر درس‌هایی مثل دینی، تاریخ و یا جغرافی باشد، کار کمی راحت‌تر است و ممکن است بتوانید با حفظ کردن جوابها را در مقابل سوالاتشان بنویسید. اما برای درسی مثل ریاضی، چه چیزی را می‌توانید حفظ کنید؟ حتی اگر راه حل یک مساله را با حفظ کردن به خاطر سپردید، چه تضمینی وجود دارد که آن مساله عیناً و با همان اعداد و ارقام در برگه امتحانی شما، درج شده باشد؟!

پس یادگیری و تفهیم درس‌ها بسیار مهم بوده و به دانش‌آموز کمک خواهد کرد تا سخت‌ترین سوالات و مساله‌ها را هم با تحلیل درست و منطقی، جواب داده و نمره خوبی کسب نماید.

## چگونه روش‌های یادگیری صحیح و مطالعه درست را بیاموزیم؟

برای این که بدانید، مشکل مطالعه شما کجاست و چرا با تلاش و پشتکار زیاد، نتیجه خوبی نمی‌گیرید، اول از هر چیزی باید این سوال را بپرسید که، آیا مطالعه به صورت حفظی خوانی بوده یا نه؟

قبل از هر چیز مطمئن شوید که مشکل نمرات پایین شما از حفظی‌خوانی بوده و بعد بدون هیچ نگرانی در پی رفع این مشکل بوده و سعی کنید تا روش مطالعه خود را عوض کنید. عوض کردن شیوه مطالعه هم سخت نیست و شاید متوجه شوید که خیلی هم مهیج‌تر و نشاط‌آورتر از روش حفظ کردن شماست!

برای اینکه ویژگی‌های حفظی‌خوانی را بدانید و با راه‌حل‌های رفع این مشکل، آشنا شوید، برای شما یک ویدئو تدارک دیده‌ایم که تماشای آن برای تمامی دانش‌آموزان و حتی والدین آنها توصیه می‌شود. در این ویدئو با آقای مهندس سلیمی همراه خواهید شد تا شما را با حفظی‌خوانی و عواقب آن آشنا کرده و به شما نحوه صحیح مطالعه و یادگیری دروس را بیاموزند. تماشای این ویدئو را به هیچ عنوان از دست ندهید.

نویسنده: سعید احمدزاد





## تاثیر موسیقی بر یادگیری، آری یانه؟

پدر و مادرها بارها با این صحنه مواجه شده‌اند که فرزندشان با گوش دادن به موسیقی درس می‌خواند و مطالعه می‌کند. پرسشی که در ذهن والدین ایجاد می‌شود این است:

آیا واقعا موسیقی کمکی به افزایش تمرکز دانش‌آموز می‌کند؟

یا بیشتر موجب حواس‌پرتی دانش‌آموز می‌شود؟

چرا فرزند من اصرار دارد هنگام مطالعه، آهنگ گوش کند؟

برای والدین به نظر می‌رسد موسیقی گوش دادن همراه مطالعه، بیشتر موجب حواس‌پرتی می‌شود.

اما هدف از گوش دادن به موسیقی چیست؟ دانش‌آموزان هنگام مطالعه، احتمالا برای از بین بردن صداهای مزاحم اطراف و ایجاد یک محیط مناسب برای مطالعه از موسیقی استفاده می‌کنند. یا برخی از دانش‌آموزان می‌گویند با موسیقی بهتر یاد می‌گیرند و بدون آن تمرکز کافی برای مطالعه ندارند. اما آیا واقعا موسیقی کمکی به یادگیری و افزایش مطالعه می‌کند؟

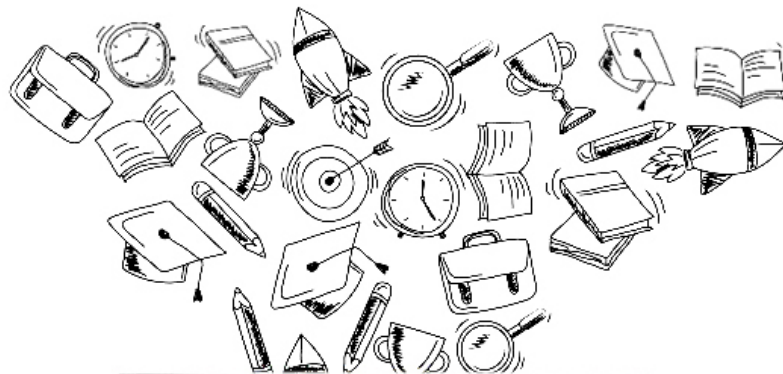
## محیط مناسب یادگیری

به هر حال دانش‌آموز باید در محیطی مناسب، مطالعه کند تا بتواند به خوبی درس را مطالعه کند. با شرایط یک محیط مناسب و ایده‌آل مطالعه آشنایی دارید؟ مطالعه، برنامه‌ریزی و مدیریت زمان، بسیار مهم هستند اما محیط مطالعه نیز از عوامل موثر بر یادگیری است و برای افزایش تمرکز باید به این عامل موثر توجه کافی داشته باشیم.

توصیه می‌کنیم ویدیوی «تمرکز هنگام مطالعه و عوامل بیرونی» را تماشا کنید تا از تاثیر عوامل بیرونی بر روی تمرکز آگاه شوید. حتی ممکن است تصور کنید بهم ریختگی یا نظم در اتاق مطالعه اهمیتی ندارد، اما نکات قابل توجهی درباره ارتباط تمرکز و محیط اتاق مطالعه وجود دارد. این نکات مهم و موثر را می‌توانید در ویدیوی «اتاق شلوغ و پروسيله چقدر به یادگیری لطمه می‌زند».

## بایدها و نبایدهای گوش دادن به موسیقی هنگام مطالعه

برای دانستن بایدها و نبایدهای گوش دادن به موسیقی هنگام مطالعه، این ویدیو را با دقت تماشا کنید. تحقیقاتی اخیرا درباره‌ی این مساله انجام گرفته که نتایج جالبی دارد و جناب جلال سلیمی، مشاور تحصیلی و کارشناس آموزش سایت میم، این نتایج را برای شما دانش‌آموزان و والدین عزیز توضیح می‌دهد. پیشنهاد می‌کنیم این ویدیو را از دست ندهید. برای تماشای این ویدیو و توضیحات مشاور تحصیلی و کارشناس آموزش، ابتدا در سایت میم عضو شوید، اگر قبلاً در سایت عضو بوده‌اید، وارد حساب کاربری خود شوید. با عضویت در سایت به ویدیوهای آموزشی، انگیزشی و مشاوره‌ای بسیاری که برای موفقیت و رشد دانش‌آموزان تهیه کرده‌ایم، دسترسی پیدا می‌کنید.



نویسنده: جلال سلیمی

## اگر می‌خواهی مخترع شوی

### سرگذشت جیمز وات را بخون!



جیمز وات ۲۸۰ سال پیش در اسکاتلند به دنیا آمد. در زمان کودکی او بسیار ضعیف و لاغر بود. به همین دلیل آموزش‌های اولیه را در خانه دید. جیمز وات دارای قدرت تخیل قوی بود و علاقه به اختراع کردن را از همان کودکی خودش را نشان داد و وقت زیادی را برای کارهای فنی و مشاهده طبیعت صرف می‌کرد. او به ستاره‌شناسی و ریاضیات علاقه داشت و ساعت‌ها به ستاره‌ها نگاه می‌کرد. پدر وات، نجار بود و وضعیت مالی بدی نداشت.

جیمز وات ۲۸۰ سال پیش در اسکاتلند به دنیا آمد. در زمان کودکی او بسیار ضعیف و لاغر بود. به همین دلیل آموزش‌های اولیه را در خانه دید. جیمز وات دارای قدرت تخیل قوی بود و علاقه به اختراع کردن را از همان کودکی خودش را نشان داد و وقت زیادی را برای کارهای فنی و مشاهده طبیعت صرف می‌کرد. او به ستاره‌شناسی و ریاضیات علاقه داشت و ساعت‌ها به ستاره‌ها نگاه می‌کرد. پدر وات، نجار بود و وضعیت مالی بدی نداشت.

ر حدود ۳۰۰ سال پیش توماس نیوکامن یک جور موتور بخار خیلی خوب ساخت. از این دستگاه هم فقط برای کشیدن آب استفاده می‌شد، اما خداییش خیلی خوب کار می‌کرد و همه تقریباً از آن راضی بودند اما

موتورهای نیوکامن یک خروار سوخت مصرف می‌کردند و قدرشان آن‌قدرها زیاد نبود. مردم متوجه نمی‌شدند که این موتورها چقدر انرژی به هدر می‌دهند. طراح‌های موتور بخار فقط سعی می‌کردند ماشین‌هایشان را بزرگتر کنند، نه کارآمدتر و هوشمندانه‌تر. باید بدوینیم که درواقع جیمز وات موتور بخار را اختراع نکرد بلکه او اولین موتور بخار تجاری را که عملاً می‌شد در صنعت ازش استفاده کرد را ساخت و موتور ساخته‌شده توسط او در کارخانجات بسیار مورد استفاده قرار گرفت و مشهور شد.

بیست‌وچهار سال بعد از ساخته شدن موتور بخار نیوکامن، جیمز وات در اسکاتلند دنیا آمد. جیمز وات مدتی در خانه از مادرش خواندن و نوشتن را یاد گرفت. بعد، در دوران مدرسه دستور زبان لاتین، یونانی، و ریاضیات را یاد گرفت اما جایی که وات نوجوان چیزهای مهمی یاد گرفت کارگاه پدرش بود، که در آن، با ابزارهای او، نیمکت، مدل چیزهایی مثل جرثقیل و بشکه می‌ساخت. جیمز علاقه زیادی به پزشکی داشت ولی بعلت اینکه خانواده‌اش نتوانستند هزینه تحصیل او را تأمین کنند به آرزویش نرسید. در سن ۱۷ سالگی، وات برای اولین بار به گلاسکو، جایی که یکی از بستگان مادرش در دانشگاه تدریس می‌کرد رفت و ابزارساز شد، پس از آن، در سال ۱۷۵۵، به لندن، رفت و در اونجا شروع به کارآموزی پیش یک استاد کرد. اگر چه سلامت طی یک سال از دست داد ولی او به اندازه کافی در آن زمان چیز یاد گرفته بود. چند سال بعد او با دختر دایی خود مارگارت میلر ازدواج کرد، مارگارت ۶ فرزند به دنیا آورد و ۹ سال بعد از دنیا رفت.

یک روز یکی از دوستان جیمز یک موتور بخار را برای تعمیر آورد پیش او. درست حدس زدی، یکی از آن موتورهای نیوکامن بود. جیمز موقع تعمیر موتور از طرز کارش سر درآورد و فهمید دقیقاً چطوری کار می‌کند و خیلی زود دست به کار شد و از اونجایی که مخ این کار بود سعی کرد تا طراحی موتور را عوض کند جیمز که یک دانشمند به تمام معنی بود، خیلی زود فهمید موتور نیوکامن یک عیب اساسی دارد: سوخت زیاد مصرف می‌کند، و تلفاتش هم زیاده، دلیلش هم این بود: باید مدام به مخزن آب حرارت داده می‌شد تا آب را تا مرحله بالاتر از نقطه جوش داغ، و آن را تبدیل به بخار کنند و به کمک بخار، میل پیستون را به سمت بالا و بیرون هل بدهد؟ بعد مخزن دوباره سرد بشود و بخار را تبدیل به آب کند تا فشار هوا، آب را برگرداند به مخزن. این فرآیند تکراری سرد کردن مخزن، باعث می‌شد بیشتر حرارتی که آب را جوش می‌آورد، هدر بشود. طرح جیمز شامل به مخزن تولید بخار بود بطوری‌که بخار در یک بخش جداگانه تولید و به دور از پیستون فشرده شود. وات دست بکار شد، اول به مدل از موتور بخارش ساخت و بعد اختراعش را ثبت کرد.

جیمز وات چطور ثروتمند شد؟

بعد از ۱۱ سال بلاخره جیمز شریک خودش را پیدا کرد: یک تاجر به نام ماتیو. چند سال بعد از آشنایی اولیه، جیمز و ماتیو با هم وارد معامله شدند و جیمز بالاخره یک موتور بخار درست و حسابی ساخت و سال ۱۷۷۶ آن را جلو عده زیادی مهندس، معدنچی، تاجر و یک خبرنگار نمایش داد.

