

بهبود ویرایش جدید

ریاضی تجربی انسانی

همراه من

کتاب درسی ریاضی تجربی انسانی

دکتر حامد اختیاری

محمّد برزگری خانقاه

مورد تأیید دفتر تکنولوژی
آموزشی و کمک آموزشی
وزارت آموزش و پرورش



<http://samanketab.roshd.ir>

سال کنکوری ۹۶-۹۵ دریک نگاه

رمضان-شوال

تیر ۹۵

شوال-ذی القعدة

فرداد ۹۵

ذی القعدة-ذی الحجة

شهریور ۹۵

۱۳۹۷ / ۲۰۱۶

Aug-Sept

۱۳۹۷ / ۲۰۱۶

July-Aug

۱۳۹۷ / ۲۰۱۶

June-July

دوشنبه	۱۹ ۲۲	۱	جمعه	۱۷ ۲۲	۱	سه شنبه	۱۵ ۲۱	۱
سه شنبه	۲۰ ۲۳	۲	شنبه	۱۸ ۲۳	۲	چهارشنبه	۱۶ ۲۲	۲
چهارشنبه	۲۱ ۲۴	۳	یکشنبه	۱۹ ۲۴	۳	پنجشنبه	۱۷ ۲۳	۳
پنجشنبه	۲۲ ۲۵	۴	دوشنبه	۲۰ ۲۵	۴	جمعه	۱۸ ۲۴	۴
جمعه	۲۳ ۲۶	۵	سه شنبه	۲۱ ۲۶	۵	شنبه	۱۹ ۲۵	۵
شنبه	۲۴ ۲۷	۶	چهارشنبه	۲۲ ۲۷	۶	یکشنبه	۲۰ ۲۶	۶
یکشنبه	۲۵ ۲۸	۷	پنجشنبه	۲۳ ۲۸	۷	دوشنبه	۲۱ ۲۷	۷
دوشنبه	۲۶ ۲۹	۸	جمعه	۲۴ ۲۹	۸	سه شنبه	۲۲ ۲۸	۸
سه شنبه	۲۷ ۳۰	۹	شنبه	۲۵ ۳۰	۹	چهارشنبه	۲۳ ۲۹	۹
چهارشنبه	۲۸ ۳۱	۱۰	یکشنبه	۲۶ ۳۱	۱۰	پنجشنبه	۲۴ ۳۰	۱۰
پنجشنبه	۲۹ ۱	۱۱	دوشنبه	۲۷ ۱	۱۱	جمعه	۲۵ ۱	۱۱
جمعه	۳۰ ۲	۱۲	سه شنبه	۲۸ ۲	۱۲	شنبه	۲۶ ۲	۱۲
شنبه	۱ ۳	۱۳	چهارشنبه	۲۹ ۳	۱۳	یکشنبه	۲۷ ۳	۱۳
یکشنبه	۲ ۴	۱۴	پنجشنبه	۱ ۴	۱۴	دوشنبه	۲۸ ۴	۱۴
دوشنبه	۳ ۵	۱۵	جمعه	۲ ۵	۱۵	سه شنبه	۲۹ ۵	۱۵
سه شنبه	۴ ۶	۱۶	شنبه	۳ ۶	۱۶	چهارشنبه	۱ ۶	۱۶
چهارشنبه	۵ ۷	۱۷	یکشنبه	۴ ۷	۱۷	پنجشنبه	۲ ۷	۱۷
پنجشنبه	۶ ۸	۱۸	دوشنبه	۵ ۸	۱۸	جمعه	۳ ۸	۱۸
جمعه	۷ ۹	۱۹	سه شنبه	۶ ۹	۱۹	شنبه	۴ ۹	۱۹
شنبه	۸ ۱۰	۲۰	چهارشنبه	۷ ۱۰	۲۰	یکشنبه	۵ ۱۰	۲۰
یکشنبه	۹ ۱۱	۲۱	پنجشنبه	۸ ۱۱	۲۱	دوشنبه	۶ ۱۱	۲۱
دوشنبه	۱۰ ۱۲	۲۲	جمعه	۹ ۱۲	۲۲	سه شنبه	۷ ۱۲	۲۲
سه شنبه	۱۱ ۱۳	۲۳	شنبه	۱۰ ۱۳	۲۳	چهارشنبه	۸ ۱۳	۲۳
چهارشنبه	۱۲ ۱۴	۲۴	یکشنبه	۱۱ ۱۴	۲۴	پنجشنبه	۹ ۱۴	۲۴
پنجشنبه	۱۳ ۱۵	۲۵	دوشنبه	۱۲ ۱۵	۲۵	جمعه	۱۰ ۱۵	۲۵
جمعه	۱۴ ۱۶	۲۶	سه شنبه	۱۳ ۱۶	۲۶	شنبه	۱۱ ۱۶	۲۶
شنبه	۱۵ ۱۷	۲۷	چهارشنبه	۱۴ ۱۷	۲۷	یکشنبه	۱۲ ۱۷	۲۷
یکشنبه	۱۶ ۱۸	۲۸	پنجشنبه	۱۵ ۱۸	۲۸	دوشنبه	۱۳ ۱۸	۲۸
دوشنبه	۱۷ ۱۹	۲۹	جمعه	۱۶ ۱۹	۲۹	سه شنبه	۱۴ ۱۹	۲۹
سه شنبه	۱۸ ۲۰	۳۰	شنبه	۱۷ ۲۰	۳۰	چهارشنبه	۱۵ ۲۰	۳۰
چهارشنبه	۱۹ ۲۱	۳۱	یکشنبه	۱۸ ۲۱	۳۱	پنجشنبه	۱۶ ۲۱	۳۱

فهرست مقالات آموزشی هفتگی

راهنما

∞ همیشه و حتی بعد از امسال
نیز به درد شما می‌خورد.

★ مقالات مهم، هر زمان که کتاب
را گرفتید، آن‌ها را مطالعه کنید.

☐ هر زمان که خواندید، تیک بزنید.



ردیف	عنوان	وضعیت	دسته
☐ ۲۳	۱. انگیزه و هدف	∞	تیزر
☐ ۲۷	۲. سه‌سال برای یک‌سال		
☐ ۳۱	۳. نابرده رنج، گنج میسر نمی‌شود	∞	
☐ ۳۵	۴. من می‌توانم		
☐ ۳۹	۵. من بهترین مدیر هستم		
☐ ۴۳	۶. تغذیه‌ی کنکوری‌ها	∞	مرداد
☐ ۴۷	۷. برنامه‌ریزی ۱	∞	
☐ ۵۱	۸. برنامه‌ریزی ۲	∞	
☐ ۵۵	۹. برنامه‌ریزی ۲	∞	
☐ ۵۹	۱۰. برای چه درس بخوانیم؟		
☐ ۶۳	۱۱. ساعت زیستی درونی ما ۱	∞	شهریور
☐ ۶۷	۱۲. ساعت زیستی درونی ما ۲	∞	
☐ ۷۱	۱۳. وقت کشی		
☐ ۷۵	۱۴. ۱۰ سؤال در مورد خواب ۱	∞	
☐ ۷۹	۱۵. ۱۰ سؤال در مورد خواب ۲	∞	
☐ ۸۳	۱۶. کلاس‌های کنکور		مهر
☐ ۸۷	۱۷. آزمون‌های آزمایشی		
☐ ۹۱	۱۸. مکان مطالعه		
☐ ۹۵	۱۹. زمان مطالعه		
☐ ۹۹	۲۰. سرعت گیرهای مطالعه	∞	
☐ ۱۰۳	۲۱. چگونه حافظه‌ای قوی داشته باشیم؟ ۱	∞	آبان
☐ ۱۰۷	۲۲. چگونه حافظه‌ای قوی داشته باشیم؟ ۲	∞	
☐ ۱۱۱	۲۳. مطالعه‌ای عالی در ۸ مرحله ۱		
☐ ۱۱۵	۲۴. مطالعه‌ای عالی در ۸ مرحله ۲		
☐ ۱۱۹	۲۵. کتاب‌های کمکی		

۲۶. مرور دروس ۱

۲۷. مرور دروس ۲

۲۸. مثلث مرگ

۲۹. تنظیم هیجانان

۳۰. قوانین موفقیت

۳۱. پایان نیمسال اول

۳۲. ورزش

۳۳. خلاصه نویسی ۱

۳۴. خلاصه نویسی ۲

۳۵. جعبه لایتنر

۳۶. مطالعه گروهی

۳۷. چگونه تست بزنیم؟ ۱

۳۸. چگونه تست بزنیم؟ ۲

۳۹. شیوهی حل آزمون‌های تستی

۴۰. در خانه چطور تست بزنیم؟

۴۱. قبل از آزمون

۴۲. شرکت در آزمون

۴۳. چگونه آرامش خود را حین آزمون حفظ کنیم؟

۴۴. بعد از آزمون چه کارهایی باید انجام دهیم؟

۴۵. تحلیل آزمون

۴۶. نوروژ به شیوهی کنکوری‌ها

۴۷. هفت سین کنکوری‌ها

۴۸. برنامه‌ی مطالعاتی نوروز ۱

۴۹. برنامه‌ی مطالعاتی نوروز ۲

۵۰. تمرکز

۵۱. در ماه اردیبهشت چه کار کنیم؟

۵۲. اضطراب ۱

۵۳. اضطراب ۲

۵۴. اضطراب ۳

۵۵. آخرین آزمون‌های ترمیک دبیرستان

۵۶. خرداد ماه و آخرین ماه

۵۷. غُر زدن ممنوع!

۵۸. من روحیه می‌خوام

۵۹. توصیه‌های دو هفته قبل از کنکور

۶۰. برنامه‌ی روز قبل از کنکور

۶۱. کنکور نیز فرا رسید!

۶۲. توصیه‌هایی برای بعد از کنکور

۶۳. چگونه انتخاب رشته کنیم؟

آذر

۱۲۳

۱۲۷

۱۳۱

۱۳۵

۱۳۹

۱۴۳

۱۴۷

دی

۱۵۱

۱۵۵

۱۵۹

۱۶۳

۱۶۷

۱۷۱

۱۷۵

۱۷۹

۱۸۳

۱۸۷

اسفند

۱۹۱

۱۹۵

۱۹۹

۲۰۳

۲۰۷

۲۱۱

۲۱۵

۲۱۹

۲۲۳

۲۲۷

۲۳۱

۲۳۵

۲۳۹

۲۴۳

۲۴۷

خرداد

۲۵۱

۲۵۵

۲۵۹

۲۶۳

۲۶۷

۲۷۱

تیر/آخرا



مقدمه

«نمی‌دونم چرا هر وقت برنامه‌ریزی می‌کنم، خراب میشه؟ نمی‌دونم چرا نمی‌تونم از زمان‌های مطالعه‌ام بیشترین استفاده رو بکنم؟ چرا توی برنامه‌ریزی‌ام نمی‌تونم تعادل بین زمان‌های مطالعه و استراحت رو برقرار کنم؟ بهترین مدل برنامه‌ریزی چیه اصلاً؟»

بسیاری از ما در طول زندگی خود لحظاتی، ساعت‌هایی یا حتی سال‌هایی با این جملات دست به گریبان بوده‌ایم و عده‌ای دیگر نیز هم‌اکنون درگیر همین مشکلات هستیم. بی‌انگیزگی، بی‌حوصلگی، خسته شدن از درس خواندن و عدم وجود پشتکار از مهم‌ترین مشکلات دانش‌آموزان در دنیای کنونی به شمار می‌رود. وجود این مشکلات حتی در جوامع انسانی روستاها، شهرها و کشورها نیز در دسرساز و مانع پیشرفت است. برای حل این مشکل چه باید کرد؟ برای این‌همه خسته نبودن چه باید کرد؟!

1 برنامه‌ریزی: واژه برنامه‌ریزی برخلاف ظاهر ساده‌ی آن معانی عمیقی به همراه دارد. برنامه‌ریزی یعنی آشنایی با اهداف، انتخاب مقصد، آشنایی با مسیرها، انتخاب مسیر بهتر، حرکت برای موفقیت و اصلاح مسیر حرکت در مواقع لازم. برنامه‌ریزی یعنی این که شما بدانید چه توانایی‌هایی دارید؟ چه امکاناتی در اختیار شما است؟ چه گزینه‌هایی برای انتخاب با توجه به توانایی‌ها و امکانات شما وجود دارد؟ چگونه با صرف کم‌ترین زمان و هزینه می‌توان به اهداف مورد نظر دست یافت؟

اگر بخواهیم این بحث را عملی‌تر و ملموس‌تر ادامه دهیم باید بگوییم برای عموم دانش‌آموزان حداقل سه مقطع اصلی در زندگی پیش‌رو دارای اهمیت است:

اول، اتمام دوره دبیرستان و سال چهارم و ورود به مقاطع تحصیلی بالاتر؛ دوم، اتمام دوره تحصیلات در مقاطع دانشگاهی و ورود به بازار کار و سوم، زندگی خانوادگی - اجتماعی در آینده. هر دانش‌آموزی باید به این سؤالات اساسی جواب دهد که برای هر یک از این مراحل کلی سه‌گانه چه برنامه‌ای (با تعریفی که از برنامه‌ریزی در خطوط بالا آمد) دارد. بسیاری از ما هیچ برنامه مشخصی برای این سه مقطع نداریم. اما تقریباً همگی به آن‌ها فکر کرده‌ایم. خب! همین فکر کردن نیز قدم اول برنامه‌ریزی است. برنامه‌ریزی به این معنا نیست که همه‌چیز از قبل مشخص شده باشد. واضح است که این امر حداقل در شرایط کنونی امکان‌پذیر نمی‌باشد. برنامه‌ریزی واقعی یعنی تلاش برای برنامه‌ریزی و همین تلاش، عامل موفقیت است. شما قطعاً این کتاب را تهیه کرده‌اید برای آنکه بتوانید در مقطع اول از این مقاطع سه‌گانه به یک هدف حدوداً مشخص دست یابید. قبولی دانشگاه! خیلی عالی است! داشتن هدف، حرکت را آسان‌تر می‌سازد. من و دوستانم در این کتاب تلاش کرده‌ایم که به شما شیوه‌های تلاش کردن برای برنامه‌ریزی را بیاموزیم. شیوه‌هایی که بعدها نیز برای برنامه‌ریزی در مقاطع بالاتر، می‌توانند بسیار مؤثر و کارآمد باشند. داشتن یک برنامه (آگاهی از هدف و مسیر)، عامل اصلی افزایش انگیزه و پشتکار است. تا انتهای این کتاب تلاش خواهیم کرد این ادعای خود را ثابت کنیم، پس با ما همراه باشید.

2 مدیریت انگیزه‌ها: انگیزه یعنی انرژی لازم برای حرکت، اگر شما بهترین ماشین‌ها و بهترین نقشه‌ها را در اختیار داشته باشید، یعنی برنامه‌ریزی صحیحی انجام داده‌اید. اما بدون سوخت، ماشین شما حتی ذره‌ای به جلو حرکت نخواهد کرد. البته نباید فراموش کرد که برنامه‌ریزی صحیح و مطابق با توانایی‌ها و امکانات می‌تواند یک عامل اساسی برای تقویت انگیزه‌های ما باشد.

تعریف «انگیزه»، جواب این سؤال است که «چرا درس می‌خوانیم؟». مجموعه‌ای از انگیزه‌های درونی مانند کسب موفقیت، پیشرفت در زندگی، داشتن یک زندگی خوب و خدمت به مردم و همچنین مجموعه‌ای از انگیزه‌های

بیرونی مانند رضایت پدر و مادر، رهایی از توبیخ‌ها، تنبیه‌ها و تشویق اطرافیان می‌توانند جواب این سؤال باشند.

یک قانون جالب در مورد انگیزه‌های ما وجود دارد. بسیاری از فعالیت‌های ما به علت انگیزه‌های درونی صورت می‌گیرند اما هرگاه فعالیت به علت یک یا عده‌ای از انگیزه‌های خارجی قوی انجام شد، پس از مدتی، با حذف انگیزه خارجی دیگر انگیزه‌های درونی ما برای انجام آن فعالیت کافی نخواهد بود. به این پدیده «توجیه بیش از حد» یا 'Over Justification Effect' می‌گویند.

برای مثال فرض کنید شخصی به علت علاقه شخصی هر روز چند جدول روزنامه را پر می‌کند. اگر برای مدتی به ازای هر جدول پر شده به فرد پنج‌هزار تومان به عنوان پاداش داده شود، پس از گذشت چند هفته اگر این پاداش خارجی قطع شود این شخص دیگر علاقه‌ای به حل جدول نخواهد داشت. زیرا انگیزه‌ی خارجی، انگیزه درونی وی را از بین برده است.

موفق‌ترین دانش‌آموزان آن‌هایی هستند که براساس انگیزه‌های عالی درونی خود مسیر پیشرفت را ادامه می‌دهند. یعنی استفاده از انرژی درونی. تکیه بر انگیزه‌های خارجی عامل شکست بسیاری از دانش‌آموزان است. اگر به خاطر پدر، مادر، مسائل مالی و... درس خواندید به زودی متوجه خواهید شد درس خواندن کم‌کم سخت‌تر و سخت‌تر می‌شود. اگر سوخت ماشین شما رو به اتمام است سعی کنید فقط به درون خود مراجعه کنید و انگیزه‌های درونی خود را تقویت کنید.

۳ به تأخیر انداختن خواسته‌ها و تمایلات: انسان‌ها به علت نیازهای جسمی و روحی خود علاقه دارند امور خاصی را در طی روز انجام دهند. خوردن، آشامیدن، تفریح و استراحت و... از نیازهای پایه‌ای انسان به شمار می‌روند. پاسخ‌گویی به تمایلات درونی امری پذیرفته شده و منطقی است. اما آیا انسان باید هر کاری را که دلش می‌خواهد در هر زمانی انجام دهد؟ واضح است که این‌طور نیست. انسان باید بتواند ارضای تمایلات خود را به تأخیر بیندازد و هر کار را به موقع خود انجام دهد.

تلاش برای ایجاد تأخیر در پاسخ‌گویی به تمایلات در منابع غربی تحت عنوان «به تأخیر انداختن پاسخ به تمایلات» یا 'Delay of Gratification' شناخته می‌شود. مطالعات مختلف نشان داده‌اند که از جمله مهم‌ترین عوامل تقویت انگیزه‌های عالی درونی، مهارت در همین ایجاد تأخیر می‌باشد. جالب است که در تعالیم دینی ما نیز به این مهم، توجه بسیار شده است. روزه و بسیاری دیگر از دستورات شرعی و اخلاقی در واقع به نوعی همین تأخیر در ارضای تمایلات می‌باشند. در طی روزه ما یاد می‌گیریم که بر اساس انگیزه‌های درونی با این‌که گرسنه هستیم ارضای این میل خود را تا زمان افطار به تأخیر بیندازیم.

اگر دانش‌آموزی به دنبال کسب موفقیت حداکثر است باید تمرین کند تا با ایجاد تأخیر در ارضای امیال خود، انگیزه‌های عالی درونی را تقویت نماید. لذت طلبی یا به قول امروزی‌ها «اهل حال و حول بودن!» آفت اصلی انگیزه‌های شما است پس اگر باک بنزین ماشین‌تان سوراخ است یک فکر جدی برای آن بکنید!

حامد اختیاری

عضو هیات علمی و مدیر برنامه‌ی علوم

اعصاب کاربردی پژوهشکده‌ی علوم شناختی

تهران ۱۳۸۸

مقدمه‌ای بر ویرایش سوم کتاب

خداوند را بسی شاکرم که ویرایش جدید کتاب «همراه من» با تلاش‌های شبانه‌روزی تیم تولید مهروماه

در روزهای ابتدایی سال تحصیلی کنکوری ۹۳-۹۲ برای چاپ آماده شده است. زحمات مثال‌زدنی آقایان محسن فرهادی و نادر بهادران، صفحه‌آرایان کتاب و هنرمندی تصویرگر کتاب سرکار خانم ضیایی شایسته‌ی تقدیر فراوان است. بی‌شک بازتألیف ویرایش سوم کتاب با این کیفیت و توانمندی هرگز بدون تلاش، حوصله و هوشمندی آقای محمد برزگری خانقاه، شاگرد قدیمی و دوست و همکار ارجمند کنونی، مقدور نمی‌شد. امیدوارم در آینده‌ی نزدیک، شاهد بالندگی بیشتر ایشان در جایگاه یک دانشمند حوزه‌های روان‌شناسی و علوم اعصاب باشم. در انتها نفس گرم و تلاش بی‌مثال برادر عزیزم، احمد اختیاری را می‌ستایم که این روزها بدون او، انجام هر کاری برایم سخت و دشوار است.

حامد اختیاری

تهران ۱۳۹۲

سخننی با اولیای گرامی

با سلام خدمت شما اولیای گرامی که همواره امر آموزش و پرورش فرزندان تان که به واقع آینده سازان خاک پاک کشور عزیزمان هستند را در اولویت امور خود قرار داده‌اید و اگر، این دقت و توجه نبود اکنون میهن اسلامی ما از وجود این جوانان شایسته، بی بهره می ماند. تلاش شما در سازندگی این مرز و بوم ستودنی است. در این میان، آزمون کنکور که نمایانگر نتایج تلاش‌های چندین ساله‌ی دانش‌آموزان عزیز است، یکی از نقاط عطف زندگی علمی آنان به شمار رفته و برای اولیای آن‌ها از اهمیت فوق‌العاده زیادی برخوردار است و همین امر باعث شده است تا والدین هزینه‌های زیادی را صرف تحصیل فرزندان خود در دوره دبیرستان و به‌خصوص در سال چهارم بنمایند. در سال‌های اخیر نیز آموزشگاه‌ها اقدام به برگزاری کلاس‌های کنکور مختلف و متنوع نموده‌اند و مؤسسات انتشاراتی نیز کتاب‌های بسیار زیادی را وارد بازار کنکور نموده‌اند که حاوی توصیه‌های بسیار زیاد و بعضاً متضاد و متناقض در مورد نحوه برنامه‌ریزی و مطالعه است. هم‌چنین، آموزشگاه‌هایی هستند که به برگزاری آزمون‌های مختلف در طول سال تحصیلی اقدام می‌نمایند. تمامی این فعالیت‌ها که در بازار داغ کنکور انجام می‌شوند، باعث شده است تا گزینه‌های متنوعی برای تحصیل فرزندان شما در سال چهارم فراهم باشد که طبیعتاً انتخاب‌های مناسب در این میان از اهمیت خاصی برخوردار است و برگزیدن گزینه‌های برتر در این فضا، نیاز به تبحر و تخصص در این زمینه دارد و عدم احاطه اولیا بر این مهم، بعضاً باعث سردرگمی و اشتباه در مسیر مطالعاتی دانش‌آموزان شده و تلاش‌های آنان را به هدر خواهد داد.

با عنایت به این نکات، وظیفه خود دانستیم تا تجربه‌های چندین ساله مشاوران و دبیران برجسته را در یک مجموعه کامل گردآوری کنیم تا فضای فکری آرامی را فرا روی شما گرامیان قرار دهیم.

در راستای نیل به این هدف، ساختار کتاب را طوری تنظیم نمودیم که مرحله به مرحله و لحظه به لحظه با دانش‌آموزان و همین‌طور با شما همراه باشیم تا بتوانید عزیزان تان را از تابستان تا روز کنکور به درستی همراهی کنید تا شاهد موفقیت آنان در این عرصه باشید.

از آنجایی که دانش‌آموزان در سال چهارم راه‌های زیاد و فرصت‌های محدودی در پیش رو دارند، ضروری است که در مقاطع مختلف سال تحصیلی از راهنمایی‌های تحصیلی و مشاوره‌های آموزشی که مربوط به زمان مشخص خود باشد، استفاده نماید، لذا این کتاب به صورت هفتگی تدوین شده است و در ابتدای هر هفته یک مقاله مطالعاتی در کنار جداول ساعت‌های مطالعاتی قرار دادیم تا دانش‌آموز در ضمن پر کردن این جدول‌ها از مطالب مندرج در این مقالات نیز استفاده کافی را ببرد و هر هفته مسیر درس خواندن خود را با استفاده از توصیه‌های ذکر شده، تعدیل و اصلاح نماید. انتخاب موضوع ذکر شده در هر هفته حاصل تجربیات موفق نگارندگان کتاب در مواجهه با دانش‌آموزان مختلف است. در بین این مقالات، برای آرامش بیشتر جسمی و روحی فرزندان شما مقالات متعددی به رشته تحریر درآمده که قطعاً مطالعه این قسمت از کتاب برای شما نیز قابل تأمل و راه‌گشا خواهد بود. در این نوشته‌ها در رابطه با اضطراب و راه‌های پیشگیری از آن، بی‌خوابی و راه‌های مقابله با آن، حرکات ورزشی مناسب برای کاهش تنش‌های جسمی و مشکلات روانی، نحوه‌ی کنترل هیجانات دانش‌آموزان در امسال و... سخن گفته‌ایم. نظارت بر حسن اجرای موارد فوق توسط شما، ضامن آرامش و موفقیت هر چه بیش‌تر دانش‌آموز در این سال سرنوشت‌ساز خواهد بود، لذا پیشنهاد می‌کنیم مقالات کتاب حاضر را شما نیز مطالعه کنید تا در هدایت فرزندان در مسیر صحیح موفق‌تر باشید. هم‌چنین می‌توانید با پر کردن قسمتی از جدول که با عنوان نظر یا ناظر درسی مشخص شده است در این سال سرنوشت ساز نظارتی عملی راه را بر عهده بگیرید.

تلاش ما همواره این بوده که با استفاده از اندوخته‌های علمی و تجارب مشاوره‌ای دبیران و مشاوران برجسته و با تأکید بر دانش و تجربه موفق نویسندگان این مجموعه و توکل بر خداوند متعال و استعانت از ائمه اطهار (علیهم السلام)، بهترین‌ها را به شما و فرزندان عزیزتان، تقدیم نماییم. چرا که معتقدیم: شخصیت والای شما، شایسته بهترین‌هاست.»

قدم طلایی تا موفقیت

دوستان من! این کتاب از سه بخش اصلی تشکیل شده که مجموع این سه بخش در کنار هم، ساختار هر هفته‌ی ما را تشکیل می‌دن:

الف) مقاله‌ی آموزشی هر هفته که با دقت و زحمت زیادی نوشته شدن و مطالب اون‌ها از منابع معتبر و جدید علمی استخراج شده و به زبان کنکوری خودمون دراومده. تو این مقاله‌ها سعی شده همه‌ی نکات کلیدی مورد نیاز دانش آموز آورده بشه. این مقاله‌ها تصاویری رو به همراه دارن که در اون‌ها شخصیت‌های ثابتی، مرتبط با موضوع مقاله، نقش‌های متفاوتی رو اجرا می‌کنن.

ب) بخش جداول که شامل جدول ثبت برنامه‌ی روزانه، فهرست انجام کارها، جدول ثبت میزان مطالعه‌ی دروس، نظر مشاور و بخش نکات مهم هست که توضیح هر کدام از اون‌ها و نمونه‌ی پرشده‌ای از هر کدام رو در صفحات بعدی آوردیم.

پ) داستانک‌ها و نکات بندانگشتی که هر کدام بر اساس نمودار انگیزشی هفته انتخاب شدن و علاوه بر آموزش نکات به درد بخور، خستگی شما رو کمی در می‌کنن.



شروع حرکت!

■ بر اساس فهرست کتاب، صفحات مربوط به ماهی را که اکنون در آن هستید پیدا کنید. (مثلاً آبان ماه)

■ بر اساس تقویم ابتدای کتاب، تاریخ روزهای ماه را از اول تا آخر در جدول این هفته ثبت نمایید.

■ اکنون می‌دانید شما در چندمین هفته مطالعاتی ماه هستید. صفحات مربوط به این هفته را باز کنید. (مثلاً هفته سوم آبان ماه)

- تصمیم‌گیری برای ایجاد یک تغییر اساسی!
- روی هم گذاشتن آجرهای کوچک.
- می‌خواهم از زمانم حداکثر استفاده را بکنم.
- هیچ‌گاه برای شروع کردن دیر نیست.
- می‌خواهم برنامه‌ریزی کنم.



شما می‌توانید آنچه را در هر هفته به عنوان هدف در ذهن دارید اینجا بنویسید.

شماره هفته

جمع مطالعه	۱%	۲%	۳%	۴%	۵%	۶%	۷%	۸%	۹%

در این ستون جمع مقدار مطالعه روزانه خود را بنویسید.

راه‌نمای استفاده از دفترچه

شما برای مطالعه در این هفته ساعاتی را پیش‌بینی کرده‌اید. اگر به هر دلیلی از آن مقدار کم‌تر درس خوانده‌اید. اینجا به صورت عدد منفی بنویسید.

حالا هر چه مطالعه کرده‌اید را جمع بزنید.

ثبت ساعات مطالعه

کسر از مقدار ایده‌آل:

جمع کل:

۱

۲

۳

۴

۵

چهارشنبه

۱

۲

۳

۴

۵

سه‌شنبه

نظر مشاور / جمع‌بندی هفته

این فضا برای یادداشت نظرات مشاور محترم شما، اولیای گرامی و یا نظرات شخصی خودتان درباره‌ی عملکردتان در این هفته در نظر گرفته شده است.

پنج‌شنبه

۱

۲

۳

۴

۵

نمونه‌ی پُر شده جدول بر اساس مدل فقط ثبت*

مرداد

روز	ساعت	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲	۱۳	۱۴	۱۵
جمعه	۵/۱۸	سخری + غاز	زینت	زینت	زینت	زینت	زینت	زینت	زینت	زینت	خواب
شنبه	۵/۱۹	غاز + بخت	خواب	خواب	خواب	خواب	خواب	خواب	خواب	خواب	خواب
شنبه ۱	۵/۲۰	خواب	خواب	خواب	زینت + عرب + دینی	مدرسه	مدرسه	مدرسه	مدرسه	مدرسه	مدرسه
شنبه ۲	۵/۲۱	"	"	"	ادبیات + فیزیک + شیمی	مدرسه	مدرسه	مدرسه	مدرسه	مدرسه	مدرسه
شنبه ۳	۵/۲۲	"	"	"	زینت + ریاضی + دینی	مدرسه	مدرسه	مدرسه	مدرسه	مدرسه	مدرسه
شنبه ۴	۵/۲۳	"	"	"	فیزیک + شیمی + زبان	مدرسه	مدرسه	مدرسه	مدرسه	مدرسه	مدرسه
شنبه ۵	۵/۲۴	"	"	"	زینت + عرب	مدرسه	مدرسه	مدرسه	مدرسه	مدرسه	مدرسه

عید فطر →

✓ لیست‌های انجام کارها

۱. ✓ زینت فصل ۳ را درم
 ۲. ✓ ریاضی و احتمال + مشق
 ۳. ✓ عرب سوم و دروس ۴ تا آخر
 ۴. ✓ تکلیف ریاضی
 ۵. ✓ عید خدیف
- شنبه عید فطرت مبارک.

۱. ✓ زبان درس اول درم
 ۲. ✓ دینی درس ۱ تا ۳ درم
 ۳. ✓ زینت فصل اول درم
 ۴. ✓ فیزیک و بردارها
 ۵. ✓ مرور عرب درم و دروس ۱ تا ۴
- جمعه

- دوشنبه
۱. ✓ زینت دوم فصل ۲ و ۷
 ۲. ✓ نت گوی عرب درم، درس ۱ تا ۴
 ۳. ✓ مرور ریاضی درس داده شده
 ۴. ✓ دینی درم دروس ۳ تا ۶
 ۵. □

- یکشنبه
۱. ✓ ادبیات درم دروس ۳، ۴ و ۵
 ۲. ✓ زینت دوم فصل ۵ و ۶
 ۳. ✓ شیمی درم فصل ۲
 ۴. ✓ عرب سوم مرور دروس ۵ درم
 ۵. ✓ تولد بابا

* می‌توانید در ردیف اول هر روز پیش‌بینی برنامه‌ی خود را بنویسید و در ردیف پایین آن ثبت برنامه‌ها را انجام دهید.

نظاره	۲۳	۲۲	۲۱	۲۰	۱۹	۱۸	۱۷	۱۶	۱۵
جمع مطالعه	۴۵۰	۹۰	۹۰	۹۰	۹۰	۹۰	۹۰	۹۰	۹۰
۱	سراک خواب	سراک خواب	فیزيک	TV + نماز	افطار + نماز	غریبان	غریبان	غریبان	غریبان
۲	خواب	TV + نماز	نماز زبید	نماز زبید	نماز زبید	نماز زبید	نماز زبید	نماز زبید	نماز زبید
۳	تولوبابا	تولوبابا	تولوبابا	تولوبابا	تولوبابا	تولوبابا	تولوبابا	تولوبابا	تولوبابا
۴	سراک خواب	سراک خواب	سراک خواب	سراک خواب	سراک خواب	سراک خواب	سراک خواب	سراک خواب	سراک خواب
۵	سراک خواب	سراک خواب	سراک خواب	سراک خواب	سراک خواب	سراک خواب	سراک خواب	سراک خواب	سراک خواب
۶	سراک خواب	سراک خواب	سراک خواب	سراک خواب	سراک خواب	سراک خواب	سراک خواب	سراک خواب	سراک خواب
۷	غلا	غلا	غلا	غلا	غلا	غلا	غلا	غلا	غلا

جمع کل: ۲۱۶۵ کسر از مقدار ایده‌آل: ۲۳۵ - ۲۴۵۵ = ۲۱۶۵ ساعات مطالعه

- چهارشنبه
- ۱. زبید و مرور فصل آملک دوم
 - ۲. آزمون عربی دوم و فصل آملک ۷
 - ۳. زبان و مرور + تست
 - ۴. خرید مینو تصدیق جدید
 - ۵. □

- سه‌شنبه
- ۱. فیزيک و حرکت + تست‌ها
 - ۲. شیمی دوم فصل ۳
 - ۳. زبید دوم فصل ۷ و ۸
 - ۴. عربی دروس ۴ تا ۷ سال دوم
 - ۵. زبان دروس آملک دوم

نظر مشاور / جمع‌بندی هفته

زبان خواب شد منظم شد.
 زجاج تفریح زبانی است.
 میزان مطالعه عربی دروس عمومی کم است.
 خواب بظهور ساعت‌های تنظیم است.

- پنج‌شنبه
- ۱. مرور زبید دوم و دروس ۵ تا ۸
 - ۲. زبان و آزمون درس آملک دوم
 - ۳. زنگ جبران هفته عربی
 - ۴. تفریح و دینی
 - ۵. برنامه ریزی و ریاضی

استعدادهای درونی

مردی روی کوه‌ها زندگی می‌کرد و مجسمه‌ای داشت که در زمان‌های خیلی دور، استاد ماهر و چیره دستی روی آن نقشی حکاکی کرده بود. اما مرد آن مجسمه را کنار در، روی زمین انداخته بود و هیچ توجهی به آن نمی‌کرد. روزی، یکی از مردمان شهر که بسیار عاقل و هشیار بود، از اقامت گاه مرد کوه نشین گذشت و وقتی آن مجسمه را دید، از آن مرد خواست تا آن را به او بفروشد. صاحب مجسمه خندید و گفت: «فکر می‌کنی کسی پیدا می‌شود که این سنگ کثیف و بی‌فایده را بخرد؟»

مرد شهری گفت: «این سکه نقره را به تو می‌دهم تا آن را به من بفروشی.» مرد کوه نشین تعجب کرد و بسیار شاد شد. مرد شهری آن تندیس را پشت خری گذاشت و به شهر برد. مدتی بعد، مرد کوه نشین به شهر رفت و همان طور که در خیابان‌ها گردش می‌کرد، چشمش به جمعیت انبوهی افتاد که مقابل دکانی ایستاده بودند و مردی با صدای بلند فریاد می‌زد: «بیاید، عجله کنید که زیباترین و عجیب‌ترین مجسمه دنیا اینجا است. فقط با پرداخت ۲ سکه نقره می‌توانید زیبا ترین اثر یک استاد سنگ تراش را تماشا کنید.»

نکته: استعداد، توان و فرصت‌های شما مانند همین مجسمه هستند که گاه در گوشه‌ای از زندگی شما تنها خاک می‌خورند...

جدول ثبت میزان مطالعه‌ی دروس

ایام هفته	درس	جمع ساعات هفته	پنج‌شنبه	چهارشنبه	سه‌شنبه	دوشنبه	یکشنبه	شنبه	جمعه
			ادبیات	عربی	دین و زندگی	زبان	ساعات مطالعه‌ی فردی	ساعات حضور در کلاس	جمع کل ساعات مطالعه

نکات و تذکرات مهم

-۲
-۴

توصیه بند انگشتی

شما تنبل نیستید، فقط تلاش نمی‌کنید!





تابستان را پشت سر گذاشته‌اید، تا حالا چه کارهایی کرده‌اید؟ چقدر از این ۱۶ هفته‌ی گذشته استفاده کرده‌اید؟ حواستان به دایره‌ی زمان بالای صفحه هست؟ چقدر تست زده‌اید؟ در این زمان توانسته‌اید ساعت زیستی خود را تنظیم کنید؟ راستی از آزمون‌ها چه خبر؟ نتایج شما در آزمون‌ها چه طور بوده است؟

بحث آزمون شد، به نظرم زمان آن رسیده است که نکاتی را در ارتباط با آزمون‌ها با یکدیگر مرور کنیم. اولین نکته‌ای که لازم است توجه شما را به آن جلب کنم، این است که جنبه‌ی آموزشی این آزمون‌ها باید برای شما پررنگ‌تر از بقیه‌ی جوانب باشد یعنی رقابت و موارد دیگر در اولویت دوم قرار دارند.

شما در طی آزمون‌های آزمایشی که تا کنکور می‌دهید، قرار است مهم‌ترین نکات را در ارتباط با نحوه‌ی آزمون‌دادن بیاموزید تا بتوانید از آن‌ها در کنکور استفاده کنید. اگر بتوانید این نکات را در دفترچه‌ی مخصوص آزمون‌های خود یادداشت کنید و هر از گاهی به آن‌ها نگاهی بیاندازید، بسیار مفید است.

معمولاً مدارس هر دو هفته یک بار، آزمون‌هایی را برگزار می‌کنند که شما حتماً باید در آن‌ها شرکت کنید، چرا که طراحان سؤال، دبیران خودتان هستند و بهتر از دیگران از نقاط ضعف و قدرت شما اطلاع دارند. علاوه بر آزمون‌های مدرسه، شرکت در آزمون‌های کشوری هم ضروری است. شاید آزمون‌های ابتدای سال خیلی برای شما مناسب نباشد و بیشتر به درد داوطلبان پشت کنکوری بخورد، اما آزمون‌های فصل زمستان و به خصوص آزمون‌های جامع بعد از عید نوروز، اهمیت زیادی دارند که شما باید حتماً در آن‌ها ثبت‌نام کنید و سعی کنید که با برنامه‌ی مطالعاتی آن‌ها هماهنگ شوید. اینکه به زمان‌بندی آزمون‌ها نرسید، اصلاً خوب نیست، چون ممکن است نتایج خود را این‌طور توجیه کنید که من به سر فصل‌های آن‌ها نرسیدم و این حرف ادامه یابد تا زمان کنکور و آن وقت دیگر فرصتی برای جبران عقب ماندگی خود ندارید. حتماً از آزمون‌های یک مؤسسه که به طور منظم برگزار می‌شود و از صلاحیت علمی لازم هم برخوردار است، استفاده کنید. برای پیدا کردن مؤسسه‌ای با این ویژگی‌ها می‌توانید از مشاوران کمک بگیرید البته این نکته را - که در مقاله‌ی قبل هم اشاره کردیم - که "آموزشگاهی اولویت دارد که برنامه‌ی آن با برنامه‌ی شما هماهنگ‌تر است" فراموش نکنید. آزمون‌ها را جدی بگیرید و تمام تلاش خود را برای آن‌ها که به نتیجه‌ی بهتری برسید، به کار بگیرید. به نتایج درخشان آزمون‌ها مغرور نشوید و همچنان تلاش کنید. از نتایج نه چندان خوب در آزمون‌ها هم ناامید نشوید و باز هم به تلاش کردن برای دستیابی به نتیجه‌ی بهتر، ادامه دهید.



ساعت	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	روز
جمعه										/
شنبه										/
۱ شنبه										/
۲ شنبه										/
۳ شنبه										/
۴ شنبه										/
۵ شنبه										/

✓ لیست‌های انجام کارها

شنبه

۱

۲

۳

۴

۵

جمعه

۱

۲

۳

۴

۵

دوشنبه

۱

۲

۳

۴

۵

یکشنبه

۱

۲

۳

۴

۵

برای خلاصه نویسی دوتا کلاسور خالی یا دوتا پوشه‌ی پلاستیکی دکمه‌دار در سایز A4 تهیه کنید. یکی برای دروس عمومی و یکی برای دروس اختصاصی که بتوانید برگه‌های خلاصه‌ی خود را داخل آن‌ها قرار دهید. همچنین می‌توانید دو کلاسور حاوی حدود صد برگ کاغذ سفید انتخاب کنید و سپس صفحات کلاسور را به ترتیب «ارزش دروس» قسمت‌بندی کنید. این نکته‌ی مهم است که برای تمامی دروس صفحاتی را در نظر بگیرید و از کنار هیچ درسی بی‌توجه نگذیرید، در ضمن صفحات هر درس را با برگه‌های مقوایی از درس دیگر جدا کنید. این برگه‌های مقوایی نه تنها نقش جداکننده دروس را به عهده دارند بلکه شما فهرست و منابع مربوط به هر درس را روی آن‌ها می‌نویسید. ثبت خلاصه‌ها روی کاغذ یک دست و مرتب و سپس حفظ و نگهداری برگه‌های خلاصه تهیه شده، ضروری است. فراموش نکنید که خلاصه نویسی باید توسط خود شما انجام گیرد. رعایت موارد زیر می‌تواند به شما در تهیه‌ی کلاسور کمک قابل توجهی بنماید:

- ۱ در پایان مطالعه‌ی هر قسمت، بهتر است مطالبی را که در زمان یادداشت‌برداری مشخص کرده‌اید به صورت شبکه‌ای یا نموداری با خودکار آبی در خلاصه‌ی خود ثبت کنید. ۲ در کنار مطالب اصلی‌تر (فرار) یک علامت ستاره بزنید تا جلوه‌ی بیشتری داشته باشند. ۳ بعد از پایان ثبت خلاصه‌ها، قسمتی با عنوان «گنجینه‌ی نکات» در نظر بگیرید که در آن مثال‌های جالب، تست‌های مادر و نکات مهم را یادداشت کنید. ۴ بعد از اتمام ثبت خلاصه‌ی هر مطلب، روی جلد جداکننده (جلد مقوایی فهرست) یا برگه‌ی فهرست ابتدای کلاسور یا داخل پوشه پلاستیکی، فهرستی از مطالب موجود در کلاسور را به ترتیب و با اسم کتب یا جزواتی که منبع این خلاصه بوده‌اند تهیه کنید.
 - ۵ در خلاصه نویسی هر چه مطالب و نکته‌های کلیدی و مهم را خلاصه‌تر بنویسیم، بهتر است. ۶ روی هر برگه‌ی خلاصه نویسی مقداری فضای سفید در نظر بگیرید تا اگر خواستید نکته‌ای به آن اضافه کنید، جا داشته باشید.
 - ۷ قسمت انتهایی هر کدام از دو کلاسور خلاصه‌برداری (کلاسور عمومی - کلاسور اختصاصی) را به بخشی با عنوان تحلیل آزمون اختصاص دهید. قسمت تحلیل آزمون، ویژه‌ی آزمون‌های آزمایشی است. در این قسمت شما باید نکات مهم یادگرفته شده از تست‌های نکته‌دار را ثبت کنید. این تحلیل‌ها سبب شناسایی و دسته‌بندی اشکالات می‌گردد.
 - ۸ نکته‌ی دیگر در قسمت تحلیل آزمون، شناسایی نکات کلیدی تست‌های پرتکرار و نکته‌دار می‌باشد. شما باید در صورت برخورد با چنین مواردی در هر زمان (چه مطالعه و یادگیری - چه آزمون) با انتقال آن‌ها به قسمت گنجینه نکات مربوطه در کلاسور، خلاصه نویسی خود را کامل‌تر نمایید.
 - ۹ نکته‌ی آخر اینکه هر چه خلاصه‌های شما نظم بیشتری داشته باشند و خواناتر باشند و تصاویر و نمودارهای جمع‌بندی بهتری داشته باشند، برای شما جذاب‌تر و مؤثرتر خواهند بود.
- در نهایت همه‌ی داوطلبان عزیز توجه داشته باشند زمانی را که شما صرف خلاصه نویسی و تنظیم درس می‌کنید هدر نداده‌اید، بلکه این زمان را صرف یکی از مهم‌ترین و واجب‌ترین و بهترین کارهای ثمربخش در کنکور نموده‌اید و در عین حال با انجام این کار به صرفه‌جویی زمان نیز پرداخته‌اید.



بر روی شمشیر فرهاد دوم، پادشاه اشکانی، این جمله حک شده بود: «تنها برای نگهبانی از ایران و مردم سرزمینت بجنگ.» یکی از مَغ‌های پیر زرتشتی به پادشاه ایران گفت: «چرا این سخن بر روی شمشیر است؟ پند بزرگان باید در اندیشه و دل ما باشد نه بر دست ساخته‌های ما.» فرهاد دوم نگاهی به شمشیر کرد و گفت: «این جمله را هر بار که می‌بینم به من می‌گوید راه درست چه و کجاست، و بدین‌گونه در بیداد زمانه گم نمی‌شوم.»

نکته: «یادآوری آرمان‌ها، از بیراهه‌روی بازمان می‌دارد.» اهداف خود را بنویسید و آن‌ها را هر چند وقت یکبار مرور کنید و در راه رسیدن به اهداف خود، دلسرد نشوید.

جدول ثبت میزان مطالعه‌ی دروس

ایام هفته	جمعه	شنبه	یکشنبه	دوشنبه	سه‌شنبه	چهارشنبه	پنج‌شنبه	جمع ساعات هفته
ادبیات								
عربی								
دین و زندگی								
زبان								
ساعات مطالعه‌ی فردی								
ساعات حضور در کلاس								
جمع کل ساعات مطالعه								
میزان خواب در شبانه‌روز								

دروس اختصاصی

نکات و تذکرات مهم

۱. _____
۲. _____
۳. _____
۴. _____

توصیه بند انگشتی

سفتی راه مانع رسیدن به اهداف من نمی‌شود.



جمع مطالعه	۱%	۲%	۳%	۴%	۵%	۶%	۷%	۸%	۹%	۱۰%

ساعات مطالعه

جمع کل: کسر از مقدار ایده‌آل: -

۱

۲

۳

۴

۵

چهارشنبه

۱

۲

۳

۴

۵

سه‌شنبه

نظر مشاور / جمع‌بندی هفته

پنج‌شنبه

۱

۲

۳

۴

۵

نشانه‌ی یک جامعه‌ی مرده

دوستی داشتم که مرد نکته‌سنجی بود و روزی به من گفت: وقتی بچه بودم خانه‌مان نزدیک ریل قطار بود و هر گاه که قطار رد می‌شد بچه‌ها با انواع سنگ به جان قطار می‌افتادند. اما وقتی قطار می‌ایستاد، جملگی مات و مبهوت عظمت و بزرگی آن می‌شدند و احترام عظیمی برای آن قائل می‌شدند.

من حیران این مطلب بودم تا وقتی بزرگ و وارد اجتماع شدم، دیدم این قانون کلی جامعه‌ی ماست، هر کسی و هر چیزی تا وقتی ساکن است مورد احترام است و مورد تعظیم و تجلیل قرار می‌گیرد. اما همین که به راه افتاد و یک قدم برداشت، نه تنها کسی کمکش نمی‌کند بلکه باران سنگ است که به طرف او پرتاب می‌شود. این نشانه‌ی یک جامعه‌ی مرده است، ولی یک جامعه‌ی زنده برای کسانی احترام قائل است که متکلم هستند نه ساکت، متحرکند نه ساکن، باخبرند نه بی‌خبر.

جدول ثبت میزان مطالعه‌ی دروس

ایام هفته	جمعه	شنبه	یکشنبه	دوشنبه	سه‌شنبه	چهارشنبه	پنج‌شنبه	جمع ساعات هفته
ادبیات								
عربی								
دین و زندگی								
زبان								
ساعات مطالعه‌ی فردی								
ساعات حضور در کلاس								
جمع کل ساعات مطالعه								
میزان خواب در شبانه‌روز								

نکات و تذکرات مهم

- ۱
- ۲
- ۳
- ۴

توصیه بند انگشتی

بهترین کار در هر لحظه،
بیشترین تلاش برای از دست
ندادن زمان است.



دوستان من! خسته نباشید. بالآخره کنکور هم تمام شد. امیدوارم که از یکسال تلاش خود راضی باشید. یکسال محروم کردن از خیلی چیزها، مطالعه‌ی مطالبی که مورد علاقه‌تان نبوده، تلاش و رقابت سخت بالآخره به پایان رسید.

امیدوارم که همه‌تان از تلاش و نتیجه‌تان راضی باشید.

خیلی وقت‌ها ما یادمان می‌رود که موفقیت امروز خود را مدیون کسانی هستیم که شرایط را برای موفقیت ما فراهم کرده‌اند و باید از آن‌ها ممنون باشیم. در این میان پدر و مادر نقش ویژه‌ای دارند. از آن‌ها بابت یکسال همراهی تشکر کنید.

تیم تألیف و تولید این کتاب همیشه سعی داشته‌اند که مطالب مفید را به گونه‌ای جذاب در اختیار شما قرار بدهند. امیدوارم که «همراه من» مورد رضایت شما قرار گرفته باشد.

همراه من قرار بود که امسال همراه شما باشد ولی بهتر است که یک‌سری نکات را هم که مربوط به بعد از کنکور می‌شود، از زبان آن بشنوید. دوستان من حقیقت این است که کار شما تازه شروع شده و امسال فقط موقعیتی بود که شما برنامه‌ریزی و تلاش را تجربه کنید تا برای موفقیت در آینده آماده شوید. شما در امسال چیزهای زیادی را یاد گرفتید. برنامه‌ریزی کردن، تلاش مداوم، کنترل کردن خود و ... را هر کدام به اندازه‌ی آموختید. از آنچه یاد گرفتید در ادامه‌ی زندگی خود استفاده کنید و سعی کنید توانایی‌های خود را ارتقا دهید.

ما شرایط علمی مناسبی ندارند ولی این کنار گذاشتن فعالیت‌های کسانی که الان به درجه‌ی فراوانی کشیده‌اند شرایط جامعه، آن‌ها سازد. پس به تلاش نا امید نشوید. مسائل و پشت وجود دارد.

که می‌دانید کنکور از زندگی شما بود. ولی لزوماً آینده‌ی شما هستید که با هر رتبه‌ای که می‌خواهید پیشرفت خود و

موفق باشید!



متأسفانه بعضی از دانشگاه‌های نباید دلیل توقف شما و علمی شما شود. همه‌ی عالی رسیدند، زحمت و نگذاشته‌اند که را از هدف خود دور خود ادامه دهید و هرگز همیشه راهی برای حل سرگذاشتن مشکلات

دوستان من! همان‌طور فقط یک مرحله‌ی کوچک نتیجه‌ی کنکور مهم است را رقم نمی‌زند. این شما می‌توانید به چیزهایی دست پیدا کنید و برای ایران عزیزمان تلاش کنید.

بعد از کمی استراحت و نفس راحتی کشیدن و در عین حال منتظر نتیجه کنکور بودن، اکنون که از رتبه‌ی خود باخبر شدید، انتخاب رشته، آخرین اقدام شما برای کنکور و یکی از مهمترین تصمیم‌های امسال شما خواهد بود. امیدوارم که از نتیجه‌ی زحمات خود راضی باشید. این را هم بدانید که اگر زحمات پدر و مادر و دبیران شما نبود، هرگز به این نتیجه دست پیدا نمی‌کردید. پس از خداوند و تمام کسانی که باعث موفقیت شما شدند، سپاسگزار باشید. رشته‌ی مورد علاقه‌ی خود را انتخاب کنید و از هیچ چیز نترسید. در نهایت انگیزه و علاقه‌ی درونی شما، سرنوشت شما را رقم خواهد زد. قبل از انتخاب رشته و پس از اعلام نتایج، حتماً با پدر و مادر و یک مشاور قابل اطمینان مشورت کنید. پدر و مادر شما همواره به موفقیت شما می‌اندیشند. برای نظرات آن‌ها اهمیت زیادی قائل شوید. بهتر است در مورد انتخاب رشته از راهنمایی‌های مشاور خود استفاده کنید. اطلاعاتی که نرم‌افزارها بر اساس آمار قبولی‌های سال گذشته می‌دهند نیز می‌تواند مفید باشد ولی نمی‌توان به طور کامل به نتایج آن‌ها اتکا کرد. فاصله‌ی دانشگاه از محل سکونت نیز مورد مهمی است که باید در نظر گرفته شود آیا می‌توانید برای تحصیل به شهرستان بروید و چند سالی را دور از خانواده و به طور مستقل زندگی کنید؟ این سؤال بسیار مهمی است که داوطلبین باید بر اساس شرایط روحی و خانوادگی خود به آن پاسخ بدهند. آینده‌ی شغلی و کار در هر رشته‌ای که انتخاب می‌کنید، مهم است ولی مطمئن باشید که اگر در رشته‌ی مورد علاقه‌ی خود به طور متوسط، ده سال تحصیل کنید و سختی‌های راه را تحمل کنید، آینده‌ی طلایی در همین راه منتظر شماست. پیشنهاد می‌کنم اگر رشته‌ی مورد علاقه‌ی خود را در شهرستان‌های بزرگ قبول شدید، آن را انتخاب کنید. حتماً از رشته‌های شناور و مشترک بین گروه‌ها مطلع شوید. مثلاً رشته‌ی روان‌شناسی بین گروه علوم انسانی، گروه علوم تجربی و گروه علوم ریاضی مشترک است و داوطلبان این گروه‌ها می‌توانند رشته‌ی روان‌شناسی را - البته با تفاوت‌هایی در رتبه - انتخاب کنند. تمامی رشته‌های برتری را که قبول می‌شوید به ترتیب بر اساس علاقه، اعتبار دانشگاه، فاصله‌ی دانشگاه از محل سکونت‌تان و شهر آن اولویت‌بندی کنید. مهم‌ترین مرحله‌ی عملی انتخاب رشته این است که هر وقت تمامی رشته‌های مورد نظر خود را از ۱ تا ۱۵۰ و از بالا به پایین چینش کردید، آخرین انتخاب شما (عدد بزرگ‌تر) نباید از انتخاب بالایی آن (عدد کوچک‌تر) در اولویت باشد. به طور مثال نباید انتخاب ششم شما از انتخاب پنجم بهتر باشد. انتخاب رشته و وارد کردن کدهای رشته‌ها را حتماً همراه حداقل یکی از اعضای خانواده‌ی خود

انجام دهید و حتماً کدهای وارد شده را با اولویت‌های خود چک کنید. از سال ۱۳۹۲ آزمون دانشگاه سراسری و دانشگاه آزاد با یکدیگر ادغام شده‌اند و یک کنکور برای هر دوی آن‌ها برگزار می‌شود. به این ترتیب انتخاب رشته‌ی دانشگاه آزاد نیز مانند دانشگاه سراسری انجام می‌شود و شما باید با اطلاع از کدهای رشته‌های مورد نظر، آن‌ها را در اولویت‌های خود و در لیست انتخاب‌های دانشگاه آزاد، وارد کنید. در ضمن، انتخاب رشته‌های دانشگاه‌های بدون کنکور دانشگاه آزاد نیز به طور جداگانه انجام می‌شود. این‌شاء... همیشه و در هر جایی که هستید، موفق باشید.



من می‌خوام
چه‌کاره بشم؟!

استراتژی انتخاب رشته‌ی دانشگاه آزاد و پاسخ هر سؤالی که درباره‌ی دانشگاه‌های مختلف دارید، همگی در **انتخاب من** به‌طور مفصل آمده و با دریافت آن از سایت مهروماه می‌توانید خودتان بهترین انتخاب رشته را انجام دهید.