

به نام یک، یگانه دادار متعال

مؤسسه فرا اندیشه نوین تقدیم می‌کند:

برنامه ریزی نوین

(ویژه پاره‌های دبیرستان)

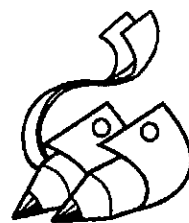
عباس قاسمی



نشر دستور

شماره شابک: ۸-۵۳-۵۳۰۶-۶۰۰-۹۷۸

شابک دوره: ۶-۲۸-۵۳۰۶-۶۰۰-۹۷۸



نشر دستور



فرا اندیشه

● برنامه ریزی نوین (ویژه پایه‌های دبیرستان)

● عباس قاسمی

● طراح و گرافیک: محمدرضا طوسی

● نوبت چاپ: اول ● پاییز ۱۳۹۲ ● شمارگان: ۱۰۰۰ جلد

● چاپ و صحافی: سینا

● قطع: رحلی (بیاضی) (۱۸۰ صفحه) ● قیمت: ۱۵۰۰۰۰ ریال

● شماره شابک: ۸-۵۳-۵۳۰۶-۶۰۰-۹۷۸

● شابک دوره: ۶-۲۸-۵۳۰۶-۶۰۰-۹۷۸

● حق چاپ محفوظ است

● نشانی: مشهد، بین راهنمایی ۲۱ و ۱۹، پلاک ۱۱۲ واحد ۳، تلفن: ۳۶-۸۴۵۴۴۳۵-۰۵۱۱-۸۴۵۴۴۳۷

● وب‌گاه: www.faraandishe.com پیام‌نگار مؤسسه: contact@faraandishe.com

● پیام‌نگار انتشارات: shahri81@yahoo.com

سرشناسه:

عنوان و نام پدیدآور:

مشخصات نشر:

مشخصات ظاهری:

فروست:

شابک:

وضعیت فهرست نویسی:

مندرجات:

یادداشت:

موضوع:

رده‌بندی کنگره:

رده‌بندی دیویی:

شماره کتابشناسی ملی:

قاسمی، عباس، ۱۳۵۷-

برنامه ریزی نوین / عباس قاسمی

مشهد: دستور، ۱۳۹۲.

ج. مصور، جدول ۲۲×۲۹ س.م

مجموعه کتابهای آموزشی؛ ۱۱.

دوره ۶-۲۸-۵۳۰۶-۶۰۰-۹۷۸؛ ج ۵ ۵۳-۵۳۰۶-۶۰۰-۹۷۸

فیپا

دفتر پنجم، ویژه پایه‌های دبیرستان...

با همکاری مؤسسه فرا اندیشه نوین.

دانشگاهها و مدارس عالی -- ایران -- آزمونها -- راهنمای م

۱۳۹۲ ۴ب ۲ق ۲۳۹۵ LB

۳۷۸/۱۷۰۲۸۱

۲۴۷۹۵۳۰

● فرا اندیشه نوین: ارائه دهنده جزوات، کتابهای کمک آموزشی و برنامه ریزی خدمات پژوهشی، علمی و همایشی.

فهرست

دیباجه

سخنی با برنامه ریزان درسی

سخنی با دانش آموزان

نحوه استفاده از کتاب

مشخصات فردی

برنامه هفتگی

جداول برنامه ریزی تیر

جداول برنامه ریزی مرداد

جداول برنامه ریزی شهریور

جداول برنامه ریزی مهر

جداول برنامه ریزی آبان

جداول برنامه ریزی آذر

جداول برنامه ریزی دی

جداول برنامه ریزی بهمن

جداول برنامه ریزی اسفند

جداول برنامه ریزی فروردین

جداول برنامه ریزی اردیبهشت

جداول برنامه ریزی خرداد

↓ دیباچه

دیر زمانی بود که کتابی جهت برنامه ریزی پایه های دبیرستان را لازم می دانستم چرا که شرایط دانش آموزان پایه با چهارمی ها متفاوت است .
می بایست دانش آموزان پایه ، کتاب برنامه ریزی می داشتند که روش صحیح مطالعه تشریحی را تخصصی تر دنبال نمایند .
همیشه سؤال بزرگی ذهنم را مشغول می کند که چرا ما مثل پیشینیانمان نیستیم . چرا آنها در همه علوم همچون ریاضی ، فیزیک ، مهندسی ، کیمیاگری ،
مملکت داری ، نظامی ، اکتشافات ، اختراعات و ... موفق تر از ما بودند و با این همه امکانات ، در پیشرفت از آنها کند تریم ...؟!
اینکه دیگران نمی خواهند ما پیشرفت کنیم .. توجیه کردن کم کاری خودمان است . نمیخواهیم ... و یاد نگرفته ایم که بخواهیم ... ، خود را همه فن حریف
می دانیم ، قواعد را نمی دانیم تا بتوانیم .

در ایران کهن ، با تمام سختی های کسب علم و دانش ۳ مشکل زیر وجود نداشت ولی در حال حاضر فراگیر شده است :

مطالعه نمی کنیم

نمی نویسیم

و کمتر فکر می کنیم

من معتقدم که می توانیم ، اگر بخواهیم و این دانستن اصول کار را می طلبد . روشهای صحیح خواندن ، تکنیکهای مطالعه موفق و ... را باید بدانیم
تا درس خواندن ، علم اندوزی و تعیین مسیر آینده مان در راستای اهداف و آرزوهایمان لذت بخش باشد . و صد البته که می بایست از پایه شروع شود .

به امید توفیق بندگی

عباس قاسمی

سخنی با برنامه ریزان درسی: ↓

همکار گرامی، هدف از تنظیم و تالیف این کتاب ارائه چهارچوب و شاکله ای برای دانش آموزان فعلی است که همچون کلاف سر در گم نمی داند راه کدام است و بیراهه کدام! چه کسی درست می گوید و چه نادرست است... و اساساً تحصیل علم را وظیفه خود و مفید نمی داند.

هر انسانی از سوی ایزدمنان رسالتی دارد و فلسفه وجودی این کتاب، ارائه ابزاری است در دست برنامه ریز تا بتوانیم رسالت خود را در قبال دانش آموز به انجام رسانده و این هدف را با یاری خداوند نهادینه نماییم.

مد نظر باشد، هر کدام از همکاران که از این کتاب و بر اساس روش برنامه ریزی نوین در هر کجای ایران زمین برای دانش آموزان، قدمی موثر برمی دارید؛ می بایست با حفظ شگرد خود در ارائه برنامه، در برهه زمان های متفاوت با ایجاد تغییراتی مناسب در برنامه ی دانش آموز و یا در برخورد و رفتار خود، بر اساس مباحث روان شناختی به محصل، راهکار داده و وی را به سمت و سوی صحیح، رهنمون سازیم. این راهنمایی نمی بایست صرفاً در امور درسی باشد و می تواند در حوزه اخلاقیات و اعتقادات، هر جا که می شود تلنگری به مخاطب خود بزنیم. این امر نیاز به خودسازی دارد که انشاء... به آن مرتبه رسیده و همواره به دنبال کمال خویش در تمامی زمینه ها باشیم تا خوب و عالی از عهده مسئولیت راهبری برآئیم.

قطعاً خلاقیت در خصوص ادامه برنامه ی هر دانش آموز با توجه به شرایط اختصاصی او می تواند بهترین مسیر برای رسیدن به اهداف متعالی، انسانی و اجتماعی هر یک از دانش آموزان را به وجود آورد. به نحوی که در آینده، دانش آموز خود برنامه ریزی را برای تمامی موارد و تمامی مراحل زندگی، فراگرفته تا بتواند به صورت خودکار با برنامه پیش رفته و خود را ملزم به اجرای برنامه های زندگی خویش در موعد مقرر و به نحو احسن بنماید. به امید بهروزی...

سخنی با دانش آموزان: ↓

ورود نرم نرمک ، از نوجوانی به جوانی فاکتور هایی را در ذهن تو پررنگ می کند که همگی به ترسیم آینده منتهی می شود . بعد از کمی کند و کاو و با توجه به شلوغی جامعه ، تهدیدها و آسیبهای اجتماعی ، عدم اطلاع رسانی درست ، نیافتن پاسخ سوال هایت و فرصتها یی که احتمالاً از دست می دهی ، کم کم نسبت به خود، دیگران ، وظایف و حقوق بی تفاوت می شوی و تنها روزگار می گذرانی ، این همان بی تعهدی است نسبت به جامعه ، دیگران و از همه مهمتر خودت . تویی که از این کتاب استفاده می کنی با دیگران متفاوت هستی . همین که خواسته ای برای آینده ات از حلاتعیین مسیر کنی و با برنامه جلو بروی ، می رساند که تو متمایزی . می شود این وجه تمایز را بارزتر کرد و در کنار دوستان شاخص تر باشی ؛ از بستر مدرسه ، کلاس ، دوستان و معلمان استفاده و رشد کن این مستلزم با هم بودن و استفاده از تجربیات دیگران (برنامه ریزان) و همچنین بکار گیری اصول صحیح مطالعه می باشد . دیگر دوستان را هم وارد این مسابقه کن تا با هم بهتر رقابت کنید در با هم خواندن بهتر و بیشتر می فهمید که البته قواعدی دارد و باید زیر نظر معلمان و مشاوران فعالیت جمعی انجام شود . فرایند مطالعه نوین در کسب نتیجه مطلوب مطالعاتی می تواند بسیار موثر باشد که در ذیل آمده است :

۱- مطالعه ————— جزوه - متن کتاب درسی - مثال ها - تمرینات کتاب درسی

۲- تمرین و تست ————— بررسی سئوالات

۳- آزمون ————— بررسی آزمون

۴- نقاط ضعف ————— پوشش مباحث ضعیف

۵- خلاصه برداری ————— مرورهای ۴ گانه (روزانه - هفتگی - ماهانه - دوره ای)

مسیر خود را مشخص کن و بهترین باش.

نحوه استفاده از کتاب برنامه ریزی نوین (ویژه پایه های دبیرستان)

ایام هفته : در ابتدای هر جدول، روز از ایام هفته مشخص شده که نشان دهنده برنامه آن روز خاص می باشد و الزاماً می بایست برنامه در همان روز اجرا شود

..... : در این قسمت می بایست امتحان مشخص شده در هفته آتی، در روز خود، قبل از مراجعه بعدی جهت برنامه ریزی نوشته شود.

□ : این قسمت نیز قبل از مراجعه جهت برنامه ریزی پر می شود و دانش آموز بر اساس نیاز و توان مطالعاتی، ساعت مطالعه روزانه را در هفته بعد پیشنهاد می دهد.

مبحث / فصل : در این ستون، قسمت بالای نقطه چین ایتم های برنامه، توسط دانش آموز در روز خوانی ها (مباحثی که امروز دبیر تدریس نموده و دانش آموز مطالعه و حل تمرین و تکلیف می نماید)

مبحث / فصل

در قسمت زیر نقطه چین ایتم های برنامه، توسط برنامه ریز نوشته می شود.

منابع : قسمت بالای نقطه چین ستون منابع، توسط دانش آموز بر اساس روز خوانی ها پر شده و در ذیل نقطه چین منابع مطالعاتی و تمرینات و ... توسط

منابع

نامه ریز تکمیل می شود.

حجم تعیین شده

حجم تعیین شده : حجم مطالب، توسط برنامه ریز در این ستون نوشته می شود.

حجم اجرا شده
تشریحی : تستی

حجم اجرا شده : حجم مباحث مطالعه و تعداد تمرین ها به صورت تشریحی و تستی توسط دانش آموز درج می شود.

زمان : زمان روز خوانی ها و اجرای برنامه توسط دانش آموز به صورت دقیق (شروع و پایان) ثبت و در انتهای این ستون جمع ساعت مطالعاتی نوشته شود.

زمان
شروع : پایان

مرور روزانه : در انتهای مطالعه روزانه زمان اختصاص یافته به مرور روزانه را نوشته و ✓ بزنید. مرور روزانه ایتم ۵ از فرایند مطالعه است. که به فهم بهتر و

مرور روزانه

ثبت مباحث مطالعه شده کمک می نماید.

TV	خواب
درد	شب
tel	فوق
net	برنامه ها

۱۰- خواب، tv، ... : میزان ساعت خواب tv- tel- net و موارد فوق برنامه ها، اعم از مهمانی ها و ... خود را در این ستون بنویسید.

۱۱- توضیحات: در این ستون موارد مطالعه بیشتر و یا احیانا عقب افتاده گیها و از همه مهمتر تصمیمات روزانه هر توضیح دیگر که می تواند در ادامه به برنامه

توضیحات (تصمیمات روزانه)

ریزی بهتر توسط برنامه ریز کمک کند را بنویسید.

۱۲- چند دقیقه با خدا: در این قسمت کمی به اصل و فطرت خود گریزی می زنیم و چند دقیقه ای با خدای خویش خلوت می کنیم. که می تواند آیه ای از قرآن،

چند دقیقه با خدا:

حدیث و یا جمله زیبایی باشد را بنویسید.

۱۳- در این قسمت با شرایط هوشهای چندانگانه در انسان آشنا می شویم که می توانید آنها را در خود پیدا و پرورش دهید.

۱۴- جدول آزمون: در این بخش برنامه ریز برای هفته آتی شما امتحان و یا آزمون در نظر خواهد گرفت و نوع آن را مشخص می کند.

آزمون	نوع	موضوع
تست	تجزیه	توضیحات



۱۵- در این قسمت می توانید از شکلهای کاریکاتوری استفاده کنید و با شرایط خود مقایسه و حتی در مورد آنها و عملکرد خود چند خطی بنویسید.

۱۶- افزایش ساعت اجرا مطالعه: موارد و سوالات این بخش را حتما پاسخ دهید چرا که به شما انگیزه بیشتر در بهتر اجرا نمودن برنامه را خواهد داد.

افزایش ساعت مطالعه داشتم ☐ نداشتم ☐

۱۷- ارزیابی و توصیه های برنامه ریز: در این قسمت، برنامه ریز نکاتی را که در خصوص نحوه مطالعه، حل تمرین، تست و دیگر مواردی را که لازم بداند گوشزد می نماید.

● ارزیابی و توصیه های برنامه ریز:

۱۸- اولیاء محترم حتما عملکرد فرزند خود را کنترل و ارزیابی نموده و نظر خود را در این قسمت نوشته و صرفا بدون هیچ برخورد خاصی به برنامه ریزانتقال دهید.

● اولیای محترم نظر خود را در خصوص عملکرد دانش آموز خویش بنویسید

۱۹- جدول ارزشیابی هفتگی: به شما و برنامه ریز در شناسایی وضعیت دروس (ضعیف - متوسط - خوب - خیلی خوب) کمک نموده و در طرح و تنظیم برنامه ریز

جدول ارزشیابی هفتگی:

نام درس	ساعت کل هفتگی	مرور هفتگی	وضعیت	نام درس	ساعت کل هفتگی	مرور هفتگی	وضعیت	جمع ساعت مطالعه هفتگی
---------	---------------	------------	-------	---------	---------------	------------	-------	-----------------------

هفته بعد موثر خواهد بود.

۲۰- جداول عملکرد ماهانه و صفحات درج مشکلات (آخر هر ماه) را دقیق پر نموده و پیگیر اخذ راهکار و بر طرف نمودن آنها باشید.

درس	فصل / مبحث	وضعیت نسبی				نتیجه آزمون	منبع مطالعاتی	منبع تستی	نتیجه تستی	توضیحات
		نیاز به مطالعه مجدد	نیاز به مرور	نیاز به تمرین	نیاز به تست					