

اصول و روش‌های مطالعه
با تأکید بر عوامل مؤثر در ترویج کتاب و کتابخوانی

مؤلفان

دکتر حسین سلیمی بازر

شفیقه موسوی

سرشناسه	: سلیمی باهر، حسین، ۱۳۳۹ -
عنوان و نام پدیدآور	: اصول و روش های مطالعه با تاکید بر عوامل موثر در ترویج کتاب و کتابخوانی / مؤلفان حسین سلیمی باهر، شفیقه موسوی.
مشخصات نشر	: تبریز: ستوده، ۱۳۹۸.
مشخصات ظاهری	: ص. ۱۳۱.
شابک	: ۹۷۸-۶۰۰-۳۲۵-۱۱۰-۶
وضعیت فهرست نویسی	: فیا
موضوع	: مطالعه و فراگیری
موضوع	: Study skills :
موضوع	: کتاب و مواد خواندنی
موضوع	: Books and reading :
موضوع	: خواندن -- ترویج
موضوع	: Reading promotion :
شناسه افزوده	: موسوی شفیقه، ۱۳۶۰ -
رده بندی کنگره	: LB ۱۰۴۹/س ۸۱۱۶ ۱۰۹۷
رده بندی دیویی	: ۳۷۱/۰۸۱ :
شماره کتابشناسی ملی	: ۵۵۳۲۵۰ :



اصول و روش های مطالعه با تاکید بر عوامل موثر در ترویج کتاب و کتابخوانی

مؤلفان

دکتر حسین سلیمی باهر، شفیقه موسوی

ناشر: ستوده

چاپ اول: ۱۳۹۸

تیراژ: ۵۰۰۰

صحافی: پاندا

چاپ: پرینان

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۳۲۵-۱۱۰-۶

انتشارات ستوده، شماره ۲۵، خیابان ارک جدید، خیابان طالقانی، تبریز

کدپستی ۵۱۳۷۷۷۸۲۵۷

تلفن ۳۵۵۶۷۸۱۸

فاکس ۳۵۵۵۲۴۵۸

E-mail: sotodeh.pub@gmail.com

فهرست مطالب

پیشگفتار	۵
مقدمه مولفان	۷
فصل اول: مبانی مطالعه	۱
مقدمه	۱
تعریف مطالعه	۲
تفاوت مطالعه با خواندن	۳
اهمیت مطالعه	۳
تعیین اهداف مطالعه	۵
سبک‌ها و تکنیک‌های مطالعه	۷
▪ مطالعه سطحی	۸
▪ پوشش متن (مرور اجمالی)	۹
▪ مطالعه پذیرا	۹
▪ SQ3R	۱۰
چکیده	۱۴
فصل دوم: اصول و بهداشت مطالعه	۱۵
مقدمه	۱۵
برنامه‌ریزی	۱۶

۱۷	 فواید برنامه‌ریزی
۱۹	 نظم در اجرای برنامه مطالعه
۱۹	 توجه به زمان و مدت مطالعه
۲۰	 سیر مطالعاتی
۲۲	 سطح یادگیری
۲۲	 دانش
۲۲	 درک مطلب (فهمیدن)
۲۳	 به یاد داشتن (کارد)
۲۳	 تجزیه و تحلیل
۲۳	 ترکیب
۲۳	 ارزشیابی
۲۳	 یادداشت برداری
۲۴	 حفظ آرامش در مطالعه و مقابله با اضطراب
۲۶	 مدیریت صحیح زمان در مطالعه
۲۷	 اولویت بندی کارها
۲۸	 شناسایی راهزنان وقت
۳۰	 یادگیری راههای ایجاد وقت
۳۰	 تغذیه مناسب
۳۲	 تنفس صحیح
۳۳	 ورزش
۳۳	 خواب و استراحت
۳۴	 مکان مطالعه

تنظیم نور	۳۵
جهت تابش نور	۳۵
یکنواخت بودن نور محیط	۳۵
نور لامپ‌های مهتابی	۳۶
رعایت فاصله چشم تا کتاب	۳۶
عدم استفاده از کاغذ شفاف	۳۶
رنگ مرکب یا خودکار	۳۶
استراحت متناوب چشم‌ها	۳۷
وضعیت نشستن به هنگام مطالعه	۳۷
مطالعه در حالت سکون	۳۷
چکیده	۳۸
فصل سوم: موانع مطالعه و آسیب‌شناسی آن	۳۹
مقدمه	۳۹
موانع مطالعه	۴۰
مطالعه کتاب، سنتی، ضعیف و شکننده	۴۰
عدم انسجام و هماهنگی در برنامه‌ها	۴۱
احساس بی‌نیازی مردم به کتابخوانی	۴۱
نارسایی نظام آموزشی	۴۱
عوامل کتابخانه‌ای	۴۲
گرانی کتاب و مشکلات اقتصادی	۴۲
کم‌توجهی دولت و رسانه‌های گروهی به امر مطالعه	۴۳
کم‌توجهی ناشران و مؤلفان به نیازهای مختلف مخاطبان در تهیه و تولید کتاب	۴۳

- ۴۳ ■ تأثیر فضای مجازی بر کتابخوانی
- ۴۴ ■ آسیب‌شناسی مطالعه
- ۴۵ ■ بلندخوانی در مطالعه
- ۴۵ ■ راه رفتن در حین مطالعه
- ۴۶ ■ مطالعه در کنار وسایل صوتی
- ۴۶ ■ خواندن مطالب در شروع مطالعه، از ساده به مشکل
- ۴۶ ■ بی‌وقفی خواندن
- ۴۷ ■ اضطراب
- ۴۷ ■ وسواس در مطالعه
- ۴۷ ■ ابتلا به افسردگی
- ۴۸ ■ چکیده
- ۴۹ ■ فصل چهارم: راهکارهای علاقمند نمودن کودکان و نوجوانان به مطالعه
- ۴۹ ■ مقدمه
- ۵۰ ■ نقش خانواده
- ۵۳ ■ والدین و بزرگترها به عنوان الگوی مطالعه در خانواده
- ۵۵ ■ برنامه‌ریزی برای کودکان و نوجوانان
- ۵۷ ■ فراهم‌سازی زمینه آشنایی کودکان خردسال با کتاب
- ۵۸ ■ قصه‌گویی والدین برای کودکان
- ۵۹ ■ شعرخوانی والدین برای کودکان
- ۶۰ ■ خواندن کتاب با صدای بلند برای کودکان
- ۶۱ ■ تشویق کودکان به کشیدن نقاشی
- ۶۱ ■ تشویق کودکان به بیان داستان‌ها و مطالب خوانده شده آنها

۶۲	▪ خلاقیت در تهیه اسباب بازی‌های متناسب با کتاب و مطالعه برای کودکان
۶۳	▪ استفاده از کتاب در پاسخگویی به سوالات کودکان
۶۳	▪ خرید کتب و نشریات مناسب برای کودکان
۶۴	▪ تشویق کودکان به داشتن کتابخانه شخصی
۶۴	▪ دقت والدین در انتخاب کتاب برای کودک
۶۵	▪ هماهنگی والدین با مدرسه و معلمان کودک
۶۶	▪ تشویق کودک به خواندن کتاب برای کودکان خردسال دیگر
۶۶	▪ کمک گرفتن از دوستان کودک و نوجوان
۶۷	نقش آموزش و پرورش
۶۸	▪ آموزش نیروهای انسانی
۷۰	▪ تامین کتابداران ورزیده برای کتابخانه‌های مدارس
۷۱	▪ فراهم کردن امکانات مناسب
۷۲	▪ گنجاندن واحد مطالعه و کتابخوانی در برنامه درسی
۷۲	نقش دولت و نهادهای ذی‌ربط
۷۳	نقش رسانه‌های گروهی
۷۳	نقش ناشران و کتابفروشی‌ها
۷۴	چکیده
	فصل پنجم: نقش کتابخانه‌های کودکان، آموزشگاهی و عمومی در توسعه
۷۵	فرهنگ مطالعه
۷۵	مقدمه
۷۶	کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان

۷۷	▪ اقدامات کتابخانه‌های کودکان در مراکز فرهنگی کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان در ترویج کتابخوانی
۷۷	▪ کتابداری کتابخانه‌های کودکان
۷۸	▪ تخصص‌ها و توانایی‌های کتابدار کتابخانه‌های کودکان
۷۹	▪ مهمترین تخصص‌های مورد نیاز کتابدار کتابخانه‌های کودکان
۷۹	▪ دانش مربوط به کودکان و نوجوانان
۷۹	▪ مهارت‌های ایجاد ارتباط با کودکان و نوجوانان
۷۹	▪ تخصص مربوط به مدیریت منابع و برنامه‌ها
۸۰	▪ تخصص‌های مربوط به هدایت کتابخانه
۸۰	کتابخانه‌های آموزشی
۸۱	▪ اقدامات کتابخانه‌های آموزشی در ترویج کتابخوانی
۸۳	▪ احیای کتابخانه‌های آموزشی
۸۴	بخش کودکان کتابخانه‌های عمومی
۸۴	▪ اقدامات بخش کودکان کتابخانه‌های عمومی در ترویج کتابخوانی
۸۵	▪ منشور کتابخانه‌های عمومی برای بخش کودکان
۸۶	▪ تفاوت اهداف بخش کودکان کتابخانه‌های عمومی با کتابخانه‌های آموزشی
۸۸	چکیده
۸۹	فصل ششم: مطالعه در عصر دیجیتال
۸۹	مقدمه
۹۰	انواع رسانه‌ها
۹۱	تأثیر ابزارهای الکترونیکی (رسانه‌های نوین) بر مطالعه
۹۲	کتاب‌های الکترونیکی

۹۲	انواع کتاب‌های الکترونیکی
۹۳	▪ دسترسی به کتاب‌های الکترونیکی
۹۴	▪ مزایا و ویژگی‌های کتاب‌های الکترونیکی
۹۵	▪ طراحی و پیاده‌سازی کتاب‌های الکترونیکی
۹۵	▪ طراحی کتاب الکترونیکی در قالب «اچ‌تی‌ام‌ال»
۹۶	▪ طراحی کتاب الکترونیکی در قالب «پی‌دی‌اف»
۹۷	▪ قالب‌بندی کتاب‌های الکترونیکی در ایران
۹۸	معیارهای تصمیم‌گیری در مورد تولید کتاب‌های الکترونیکی
۹۸	▪ توجه به محتوا در تولید کتاب‌های الکترونیکی
۱۰۰	▪ توجه به قالب در تولید کتاب‌های الکترونیکی
۱۰۱	▪ توجه به ابزارهای مطالعه کتاب‌های الکترونیکی در تولید آنها
۱۰۲	محدودیت‌های نشر کتاب در محیط وب
۱۰۴	چکیده
۱۰۷	فصل هفتم: معرفی کتابخانه دیجیتالی تبیان
۱۰۷	مقدمه
۱۰۸	تعریف کتابخانه دیجیتالی
۱۰۸	برتری کتابخانه‌های دیجیتالی نسبت به کتابخانه‌های سنتی
۱۰۹	کتابخانه دیجیتالی تبیان
۱۱۰	قالب بندی اطلاعات در کتابخانه دیجیتالی تبیان
۱۱۱	روش‌های جستجوی اطلاعات در کتابخانه دیجیتالی تبیان
۱۱۱	▪ جستجو در باکس جستجو (Search Box)
۱۱۳	▪ جستجو در اصطلاحنامه

پیشگفتار

در عصر حاضر که تماس جمیع دنیا به سوی تحول گام بر می‌دارند، مقوله دسترسی به اطلاعات، ترویج مطالعه و کتاب‌خوانی و مولفه‌های اصلی دنیای جدید محسوب می‌شوند. از این رو باید تلاش کرد امر مطالعه را در اسانها پرورش داده و شکوفا نمود.

مطالعه، فرآیند پیچیده‌ای است که در آن خواننده پیامی را که به وسیله نویسنده با زبان تصویری نوشتاری رمزگذاری شده است را بازسازی کرده و با استفاده از نیروی خویش (بدون کمک منبع خارجی) و تمرکز روی مطلب؛ آگاهی و دانش خود را افزایش می‌دهد. در این فرایند ذهن و فکر به صورت هدفمند به منظور کسب دانش را با یک موضوعی بکار گرفته می‌شود.

آنچه در این بین مهم می‌نماید، کیفیت مطالعه است. مطالعه همانند انجام هر کار یا فعالیت دیگر، نیازمند استفاده از روش درست است. بررسی‌های دقیق نشان می‌دهد که یکی از دلایل افت تحصیلی برخی از دانش‌آموزان و دانشجویان توانمند کمبود مطالعه نیست، بلکه عدم انطباق شیوه مطالعه آنها با اصول صحیح مطالعه است.

آشنایی با اصول و بهداشت مطالعه، به خواننده نشان می‌دهد قبل از شروع مطالعه چه روشی را به کار گیرد، در حین مطالعه چه مواردی را فراهم سازد و چگونه به اهداف مطالعاتی خود برسد. با بکارگیری اصول و بهداشت مطالعه، ضمن بهره‌وری بیشتر از زمان‌های مطالعه، درس خواندن با آگاهی بیشتری آغاز شده و مطالعه به شکل فعال‌تر انجام می‌گیرد. عدم

رعایت اصول و بهداشت مطالعه موجب پایین آمدن سطح کارایی، بازدهی انسان، تضعیف روحیه، کاهش اعتماد به نفس و خستگی و دلزدگی از مطالعه می‌شود.

هر جامعه‌ای که بخواهد در مسیر پیشرفت و تعالی قرار گیرد باید بر روی مطالعه و کتابخوانی سرمایه گذاری اساسی نماید. کشور ایران نیز مستثنا از این قاعده نیست، ایران علیرغم غنای فرهنگی و داشتن سابقه بسیار طولانی تمدن اسلامی، متأسفانه طبق آمارهای موجود، ریزش میزان مطالعه در سطح پایینی قرار دارد و این در صورتی است که امروزه یکی از شاخص‌های رشد ملی در هر کشوری توسعه کتاب و کتابخوانی است. از این رو بسترسازی‌های لازم جهت مهیا شدن امر مطالعه، آموزش مهارت‌های نوین مطالعه و تشویق و ترغیب به امر کتابخوانی و ترویج آن مهم می‌نماید.