

وقت طلاست!

نویسندگان: دکتر مریم دلاور

دکتر فاطمہ قاسمی

مریم آفا کیری

www.ketab.ir

نام کتاب : وقت طلاست

سال نشر : ۱۳۹۳

نویسندگان: دکتر مریم دلاور

نوبت چاپ: اول

دکتر نرگس قاسمی، مریم آفا کثیری

شمارگان: ۱۵۰۰ نسخه

ناشر: ایرانا رسانه

بهاء: ۱۶۰,۰۰۰ ریال

ناظر فنی چاپ: محمد سجاد شوقیان

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۷۲۲۷-۲۰-۶

طراح جلد: نرگس شوقیان

ISBN : 978-600-7227-20-6

صفحه آرا: هاتف صدیقیان



شماره ۱، خیابان انقلاب، خیابان فخررازی، تقاطع خیابان لبافی نژاد،

پلاک ۱۱، طبقه ۳، تلفن: ۲۲۳۳۲۸۹۳-۲۲۳۲۷۰۵۷ دورنگار: ۲۶۳۱۵۰۵۹

همراه: ۰۹۱۲۱۳۰۲۹۵۸

info@iranarasane.ir
www.iranarasane.ir

سرشناسه

عنوان و نام پدیدآور

مشخصات نشر

مشخصات ظاهری

شابک

وضعیت فهرست نویسی

موضوع

موضوع

موضوع

موضوع

شناسه افزوده

شناسه افزوده

رده بندی کنگره

رده بندی دیویی

شماره کتابشناسی ملی

دلاور، مریم، ۱۳۴۸ -

وقت طلاست / نویسندگان مریم دلاور، نرگس قاسمی، مریم آفا کثیری.

تهران: ایرانا رسانه، ۱۳۹۳.

۱۳۲ ص: مصور (رنگی)، جدول (رنگی)، ۲۲×۲۹ س.م.

978-600-7227-20-6

فیبا

برنامه ریزی درسی

مطالعه و فراگیری - برنامه ریزی

موفقیت تحصیلی - برنامه ریزی

مدیریت زمان

قاسمی، نرگس، ۱۳۵۱ -

آفا کثیری، مریم، ۱۳۵۰ -

LB۱۰۲۷/۴/د۸و۷ ۱۳۹۳

۳۷۱/۳۰۲۸

۳۶۳۱۰۵۷

فهرست مطالب

۷	❖ فصل اول
۸	❖ اهمیت برنامه ریزی
۸	❖ فایده های برنامه ریزی تحصیلی
۱۰	❖ اصول صحیح برنامه ریزی تحصیلی
۱۲	❖ مناسب ترین روش مطالعه کدام است؟
۱۴	❖ روش پس ختام
۱۸	❖ روش دقیقی خوانی
۲۱	❖ روش های تقویت حافظه
۲۲	❖ چه کنیم تا مطالب مطالعه شده را فراموش نکنیم
۲۵	❖ ۱۵ شیوه افزایش تمرکز
۲۹	❖ مکان مناسب مطالعه و یادگیری
۳۱	❖ زمان صحیح مطالعه و یادگیری
۳۳	❖ فصل دوم