



راهنماییتنه

مشاوره و برنامه ریزی

بدون اضافه کاری

مؤلف: مهدی پناهی رودسری

با همکاری صدرا آیدین



سرشناسه	: پناهی رودسری، مهدی، ۱۳۵۳
عنوان و نام پدیدآور	: مشاوره و برنامه‌ریزی بدون اضافه‌کاری / مؤلف مهدی پناهی رودسری با همکاری صدرا آیدین
مشخصات نشر	: تهران: راه اندیشه، ۱۳۹۲
مشخصات ظاهری	: ۲۰۴ ص: جدول (رنگی): ۲۹×۲۲ سم.
شابک	: ۲-۲۴۱-۴۹۱-۹۶۴-۹۷۸: ۱۴۰۰۰۰ ریال
یادداشت	: فیبا
یادداشت	: دانشگاه‌ها و مدارس عالی - ایران - آزمون‌ها - راهنمای مطالعه
موضوع	= موفقیت تحصیلی - برنامه‌ریزی
موضوع	= مطالعه و فراگیری - برنامه‌ریزی
شناسه افزوده	: آیدین، صدرا، ۱۳۶۴
رده بندی کنگره	: ۱۳۹۲ م۵۵پ / LB ۲۳۹۵
رده بندی دیویی	: ۳۷۸/۱۷۰۲۸۱
شماره کتابشناسی ملی	: ۳۴۰۰۴۹۴

عنوان کتاب: مشاوره و برنامه‌ریزی بدون اضافه‌کاری
 مؤلف: مهدی پناهی رودسری
 ناشر: انتشارات راه اندیشه
 حروفچینی و صفحه‌آرایی: واحد رایانه‌ای راه‌اندیشه
 نوبت چاپ: اول ۱۳۹۳
 تیراژ: ۱۵۰۰ جلد
 لیتوگرافی، چاپ و صحافی: اسوه
 قیمت: ۱۴۰۰۰ تومان
 شابک: ۲-۲۴۱-۴۹۱-۹۶۴-۹۷۸



تهران: خیابان آزادی - جمالزاده جنوبی - کوچه جمشید - پلاک ۷

تلفن تماس: ۶۶۴۲۱۵۴۲

دورنگار: ۶۶۴۲۴۵۱۷

www.raheandishe.com

[e-mail:info@raheandishe.com](mailto:info@raheandishe.com)

تقدیم به

نسیم عزیز که بودنش قوت قلبه
شهید عزیز که بودنش نعمته
ملیسای عزیز که بودنش امیده

به نام یگانه‌ی بی‌همتا

مقدمه‌ی مؤلف

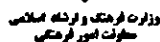
دوستای خوبم سلام. امیدوارم که خوب باشید.
ممنون از همه اون دوستانی که بعد از نوشتن کتاب انتخاب رشته
دانشگاه سراسری ۹۲ منو مورد اطفاف خودشون قرار دادند و این انگیزه
را به وجود آوردند که بنوم یه کتاب مشاوره‌ی تحصیلی دیگه بنویسیم.
دوستای خوبم این کتاب همان‌طور که از اسمش معلومه کتابیه که توی
اون اضافه‌کاری نیست. یعنی فقط موارد و مباحثی هستند که با اون‌ها
می‌تونید کنکور رو بترکونید. توی این کتاب سعی کردم از همه چیز اضافی
که وقت‌گیر باشه جلوگیری کنم و فقط مطالب موردنیازتون رو آوردم. این
مجموعه دارای ۱۰ ماهنامه است که مطالب کل دروس کنکوری در سه
رشته ریاضی، تجربی و انسانی در آن‌ها تقسیم شده. در ضمن این ماهنامه‌ها
براساس بودجه‌بندی‌های آزمون‌های آزمایشی نیز می‌باشد. جلسات مشاوره‌ای
و یکسری اطلاعات آماری از تعداد سؤالات و زمان پاسخگویی و زیرگروه‌ها و رتبه‌های
برتر و غیره نیز در این کتاب وجود داره که می‌تونه بهتون کمک کنه.
بارها دیدم که خیلی از دانش‌آموزان با مسئله برنامه‌ریزی و مشاوره دچار مشکل
شده‌اند و نمی‌دونن که باید از کجا شروع کنند و یا چقدر در روز درس بخونن و چه
درس‌هایی را تو برنامه‌هاشون بذارن و هر روز پیش یک مشاور می‌رن.
توی این کتاب این نیاز کاملاً برطرف شده و خودتون به راحتی می‌تونید مشاور خودتون باشید.
در آخر لازم می‌دونم که این مطالب رو اضافه کنم. این کتاب نیز مانند نوشته‌های دیگر خالی از ایراد
نیست. اگر حسنی در آن یافتید حق آن برای نویسنده کتاب محفوظ و اگر کاستی دیدید به پای چهل
او بگذارید. در پایان لطفاً نظرات و پیشنهادات خود را با تلفن ۰۹۱۲۱۲۰۳۳۹۴ و یا از طریق sms
با شماره ۰۲۱۲۲۲۲۱۶۱۶ و یا از طریق ایمیل mehdipanahi777@gmail.com ارسال بفرمایید.

متشکرم

پناهی

سال

ناشر پروتر



بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

ناشرین

تقدیر از خادمان نشر دہشت کتاب و بزرگداشت کتاب کہ در تہیہ و تولید کتاب ہای فاخر سہی داشتہ اند و در این بوستان نہالی
کاشتہ اند و رواق مطہر فرہنگ را بہ معرفی مضامین آواستہ اند و بہ دست جہاں علم گہرزداندا سہمی است کہ موتی اداسی
آن، بانیم.

این لوح کثرتِ یاغ - بهترین هست.

توفیقمان روزا آقرون بادور روزگار تمان از منابت حق، مشون!

سید محمد حسینی

وزیر فرهنگ و ارشاد اسلامی

2

فهرست

۸	 داوطلبان بتوانند
۱۱	 هر آنچه که باید از دروس عمومی بدانید
۱۶	 دروس تخصصی رشته ریاضی در یک نگاه
۱۴	 دروس تخصصی رشته تجربی در یک نگاه
۳۳	 دروس تخصصی رشته انسانی در یک نگاه
۵۶	 نحوه مطالعه ماهنامه‌ها و پر کردن جدول برنامه‌ریزی
۵۲	 برنامه پیشنهادی فصل پاییز
۱۰۱	 برنامه پیشنهادی فصل زمستان
۱۴۵	 برنامه پیشنهادی فصل بهار
۱۹۳	 نمره خام (پیوست)
۱۹۵	 معرفی دوره‌های آموزشی دانشگاه‌ها و مراکز آموزش عالی (پیوست)
۲۰۰	 نمودار فصل (پیوست)

