

کمتر درس بخوانیم بیشتر یاد بگیریم

مصطفی منتظری

انتشارات نوید شیراز



۲

سرشناسه	: منتظری، مصطفی، ۱۳۳۲ -
عنوان و نام پدیدآور	: کمتر درس بخوانیم، بیشتر یاد بگیریم / مصطفی منتظری.
مشخصات نشر	: شیراز: نوید شیراز، ۱۳۹۰.
مشخصات ظاهری	: ۴۸ ص.: مصور.
شابک	: ۹۷۸-۶۰۰-۱۹۲-۱۴۱-۴
وضعیت فهرست نویسی	: فیبا
یادداشت	: کتابنامه: ص. ۴۸.
موضوع	: مطالعه و فراگیری
رده بندی کنگره	: ۱۳۹۰ ک۸ م۸/۴۹ LB۱۰
رده بندی دیویی	: ۳۷۱/۳۰۲۸۱
شماره کتابشناسی ملی	: ۲۵۰۹۳۰۲



کمتر درس بخوانیم، بیشتر یاد بگیریم مصطفی منتظری

ویراستار: مصطفی منتظری □ لیتوگرافی و چاپ: واهف
چاپ اول: ۱۳۹۰ □ حق چاپ محفوظ □ تیراژ: ۳۰۰۰ جلد

ناشر: انتشارات نوید شیراز

دفتر شیراز- تلفن ۲۲۲۶۶۶۱-۶۲ نمابر ۲۲۲۹۶۷۶-۲۲۱۱-۰۷۱۱ □ ص.پ.: ۷۱۳۶۵/۶۶۶

دفتر تهران- تلفن ۸۸۹۰۵۹۴۵ نمابر ۸۸۹۲۱۵۲۲-۸۸۹۲-۲۱

پست الکترونیکی: info@navideshiraz.com

وب سایت: www.navideshiraz.com

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۱۹۲-۱۴۱-۴ ISBN: 978-600-192-141-4

۱۰۰۰ تومان

مقدمه

فراموش نمی‌کنم یکی از روزهای تدریسم پس از اتمام کلاس درس، یکی از دانشجویان به من مراجعه کرد و اظهار داشت که من با چند تن از دانشجویان در یک آپارتمان زندگی می‌کنم و ما معمولاً با هم درس می‌خوانیم اما تقریباً همیشه پس از امتحان نمرات من از بقیه کمتر است. و به ندرت نمره ای بیشتر از چهارده می‌گیرم این در حالی است که بقیه دوستانم از من بیشتر وقت نمی‌گذارند اما نمرات نزدیک به بیست دریافت می‌کنند و این امر سخت مرا آزرده است.

پس از بررسی اجمالی، متوجه شدم که مشکل ایشان در دو موضوع خلاصه می‌شود:

۱- ناآشنایی با روش صحیح مطالعه

۲- استرس جلسه امتحان

بنابراین ابتدا به منظور کاهش استرس و اضطراب امتحان راهنمایی‌های لازم صورت دادم و سپس جزوه روش صحیح مطالعه را در اختیارش قرار دادم.

یک ترم گذشت و زمانی ایشان را دیدم که بسیار شاداب و سرزنده بود و ادعا می کرد که در رقابت با دوستانش چیزی کم ندارد. و این نکته مرا بسیار خرسند ساخت و بعد از آن، به این فکر افتادم که این کتاب کوچک را با عنوان «کمتر درس بخوانیم و بیشتر یاد بگیریم» تدوین کنم.

لازم به توجه است که متن این کتاب مانند غالب کتاب‌ها برگرفته از تجربیات شخصی و مطالعات سایر منابع از جمله کتاب‌ها و سایتهای اینترنتی است.

این کتاب به منظور دستیابی دانشجویان و دانش آموزان (بویژه دانش آموزانی که خود را برای کنکور آماده می کنند) به مهارتهایی مؤثر و کارآمد نوشته شده است و در آن به ده قدم اشاره شده است که در هر کدام، مشکلی که دانشجویان با آن درگیرند معرفی و برای هر کدام از آن‌ها توصیه‌هایی صورت پذیرفته است که قادر است بسیار تأثیر گذار باشد و در پایان به چند نکته که می تواند این امر را تسهیل کند نیز اشاره دارد. سعی بر این بوده است که هر چه ممکن است از حجم زیاد و وسعت پردازش و توضیح زیاد خودداری گردد. بگونه ای که مطالب مورد نظر در یک کتابچه کوچکی که بتوان براحتی حمل کرد خلاصه گردد. تا اولاً دانشجویان و دانش آموزان در مطالعه متن دچار خستگی نشوند و در ثانی مراجعه به قدمهای ده گانه که قادر است موفقیت‌هایی را به ارمغان آورد نیز برایشان آسان شود.

پیش گفتار

شما چقدر با این جمله‌ها آشنا هستید ؟
چندین بار درس را خوانده‌ام اما هنوز یاد نگرفته‌ام.
من دیگر از این کتاب خسته شدم.
حوصله درس خواندن ندارم.
هرچه بیشتر می‌خوانم کمتر یاد می‌گیرم.
هرچه بلد بودم سر جلسه امتحان از ذهنم خارج شد.
واقعاً اگر مطالعه ما بگونه ای باشد که حاصل آن این طرز
تلقی باشد کار خیلی دشوار است.
راستی مشکل از کجا سر چشمه می‌گیرد؟
کتاب‌ها بد طراحی شده‌اند ؟
جملات کتاب‌ها قابل فهم نیستند؟
مطالب درس رنج‌آور است؟
واقعاً برای یاد گرفتن یک مطلب باید آن را چندین بار
خواند؟
و یا روش مطالعه را بطور صحیح نمی‌دانیم!

متأسفانه نه در مدرسه آنگونه که مورد نیاز است مارا با روش صحیح مطالعه آشنا می کنند و نه در دانشگاه ها. این کتاب در تلاش است تا شما دانشجویان و دانش آموزان را با سبک های علمی و معتبر و در عین حال کارساز آشنا کند تا کمتر درس بخوانید و بیشتر یاد بگیرید...

یادگیری و مطالعه دو موضوع بهم وابسته اند و یادگیری بطور صحیح صورت نمی گیرد مگر آنکه مطلب بطور صحیح مطالعه شود.

راستی آیا باید روش صحیح مطالعه معجزه کند تا دشواری یاد گرفتن را آسان کند؟

درست است که معجزه ای در کار نیست اما وقتی به روش علمی و آسان کننده سختی ها آشنا شدیم کمتر درس میخوانیم و بیشتر یاد می گیریم

بیزاری دانش آموزان از درس می تواند به علت های مختلفی بستگی داشته باشد. مثلاً:

- زیاد بودن حجم مطالب و زمان کم
- مناسب نبودن مکان مطالعه
- متمرکز نبودن حواس مطالعه کننده روی درس
- استرس و فشار روحی
- نامتناسب بودن شیوه مطالعه
- نداشتن آمادگی روحی برای مطالعه یا درس خواندن
- حافظه پرورش نیافته

این کتاب سعی دارد مزاحمت های بالا را از بین برده و یا اثر آن را به حد اقل برساند.