

نسخه طلایی

کنکور

دکتر کاظم حسینی

(دکترای برنامه‌ریزی آموزشی و عضو هیأت علمی دانشگاه پیام نور)

پیمان معین‌پور

(کارشناس مدیریت و برنامه‌ریزی آموزشی و درسی)

سرشناسه	:	حسنى، كاظم، ۱۳۵۴ - معين پور، پيمان ۱۳۶۴
عنوان و نام پديدآور	:	نسخه طلايى كنكور / كاظم حسنى، پيمان معين پور.
مشخصات نشر	:	كرمانشاه: انتشارات كلمات، ۱۳۹۶.
مشخصات ظاهرى	:	۱۲۷ ص.: جدول.
شابك	:	۹۷۸-۶۰۰-۹۷۶۶۵-۱-۲
وضعيت فهرست نويسى	:	فيا
يادداشت	:	كتابنامه: ص. ۱۲۶ - ۱۲۷.
موضوع	:	مطالعه و فراگيرى
موضوع	:	Study skills
شناسه افزوده	:	حسنى، كاظم، ۱۳۵۴ معين پور، پيمان، ۱۳۶۴
رده بندى كنگره	:	۱۳۹۶ ۵۵۵ ح/۱۰۴۹ LB
رده بندى ديويى	:	۳۷۱/۳۰ ۸۱
شماره كتابشناسى ملى	:	۴۹ ۸۱۷



نام كتاب: نسخه طلايى كنكور

مولفين: دكتور كاظم حسنى - پيمان معين پور

ناشر: كلمات

صفحه آرايى: صمد احمدي نيز

نوبت چاپ: اول ۱۳۹۶

قيمت: ۱۲۰۰۰ تومان

شابك: ۹۷۸-۶۰۰-۹۷۶۶۵-۱-۲

مرکز پخش: کرمانشاه- فرهنگیان فاز دو- ایستگاه ۵- خیابان عصر

انقلاب- خیابان ۱۸ متری غربی- ساختمان روزان- طبقه ۷- واحد ۱۳.

تلفن: ۰۹۱۸۳۳۵۱۷۲

فهرست مطالب

۹.....	مقدمه
۱۱.....	فصل اول: پیش زمینه‌های ذهنی کنکور.....
۱۱.....	یاد خدا.....
۱۱.....	افکار.....
۱۲.....	قدرت باورها.....
۱۲.....	قدرت شک.....
۱۳.....	قدرت شانس.....
۱۴.....	اعتماد به نفس و خودباوری.....
۱۴.....	اراده و پشتکار.....
۱۵.....	فضای ذهنی.....
۱۶.....	منطقی اندیشی.....
۱۷.....	عادت‌های مهار نشده.....
۱۷.....	تقسیم انرژی.....
۱۸.....	کنترل انرژی.....
۱۹.....	بزرگترین اشتباه:.....
۲۰.....	فصل دوم: خود تنظیمی تحصیلی در کنکور.....
۲۰.....	دلیل حضور در کنکور.....

- ۲۰..... اهداف
- ۲۱..... انضباط شخصی
- ۲۲..... مدیریت زمان
- ۲۳..... استفاده از منابع حمایتی
- ۲۴..... تفاوت های فردی
- ۲۴..... ورزش و تحرک جسمی
- ۲۵..... کنترل اضطراب
- ۲۶..... تقویت روانی
- ۲۶..... موانع تمرکز
- ۲۷..... شناسایی افکار مزاحم و راهکارها
- ۲۹..... هدفمندی مطالعه
- ۳۰..... آغاز هشیارانه
- ۳۱..... تعیین خط پایه
- ۳۱..... ترسیم نمودار پیشرفت
- ۳۲..... تعیین ملاک های پیشرفت
- ۳۳..... پیش بینی تغییرات
- ۳۳..... ارزیابی
- ۳۴..... درست خواندن

۳۵.....	افت‌های مقطعی.....
۳۵.....	ضعف در آمادگی‌های درسی.....
۳۶.....	پر برنامه‌گی.....
۳۷.....	تنظیم برنامه.....
۳۷.....	چند نکته و راهکار مناسب برای تنظیم برنامه.....
۳۹.....	مطالعه برنامه‌ریزی.....
۳۹.....	تناسب میان دروس را رعایت کنید.....
۴۰.....	ساعات جبرانی.....
۴۰.....	برنامه خود را به راحتی تعدیل دهید.....
۴۲.....	فصل سوم: مهارت‌های مطالعه کنکور.....
۴۲.....	شوق یادگیری.....
۴۲.....	شیوه یادگیری.....
۴۳.....	یادگیری معنادار.....
۴۳.....	توجه به عناوین و سرفصل‌ها.....
۴۴.....	کل خوانی.....
۴۵.....	روش خلاصه نویسی.....
۴۶.....	مهارت‌های یادداشت‌برداری در کلاس.....
۴۷.....	تکنیک سازمان‌دهی مطالب.....

- روش مطالعه (پس ختام)..... ۴۷
- ۲- سوال کردن..... ۴۸
- ۳- خواندن..... ۴۸
- ۴- به خود پس دادن..... ۴۸
- ۵- آزمون..... ۴۸
- چند نکته طلایی در مطالعه صحیح و مفهومی..... ۴۹
- برنامه‌هایی بران افراش ساعات مطالعه..... ۵۱
- دلایل عدم یادآوری مطالب..... ۵۱
- دلایل کند خوانی و روش‌های برطرف کردن آن..... ۵۲
- مکان مطالعه..... ۵۳
- مرور کردن..... ۵۴
- در بخش مرور الزامی، چهار مرور منظم و زمان‌بندی شده خواهیم داشت:..... ۵۵
- چه عاملی می‌تواند موجب تبدیل مطالب مطالعه شده به مطالب تثبیت شده در خانه‌های حافظه شود؟..... ۵۵
- مهارت حل مسئله:..... ۵۶
- فصل چهارم: شیوه‌های مطالعه دروس عمومی و اختصاصی..... ۵۸
- ادبیات..... ۵۸
- معارف..... ۵۹
- عربی..... ۶۰

- ۶۱..... زبان انگلیسی
- ۶۲..... تجربه‌ای برای بالا بردن تراز زبان انگلیسی
- ۶۲..... زیست شناسی
- ۶۳..... ریاضی
- ۶۴..... فیزیک
- ۶۶..... شیمی
- ۶۷..... زمین شناسی
- ۶۸..... هندسه
- ۶۸..... جغرافیا
- ۶۹..... روانشناسی
- ۶۹..... منطق
- ۷۱..... فصل پنجم: با آزمون‌های آزمایشی و کنکور
- ۷۱..... کنکورهای آزمایشی و جامع
- ۷۲..... جو تبلیغاتی کنکور
- ۷۳..... تکنیک‌های تست‌زنی
- ۷۵..... مهارت‌های تست‌زنی
- ۷۹..... کنترل بی دقتی در آزمون‌ها
- ۸۰..... نحوه پاسخگویی به سوالات شک دار در آزمون‌ها!

- ۸۱..... چگونگی جمع‌بندی مطالب در هفته دوم منتهی به آزمون:.....
- ۸۲..... تابستان فرصت طلایی اول:.....
- ۸۲..... برنامه‌ریزی در دی ماه: فصل امتحانات.....
- ۸۴..... عید و کنکور.....
- ۸۵..... اردوهای درسی.....
- ۸۶..... برنامه کاری از اول فروردین تا دهه دوم اردیبهشت.....
- ۸۸..... برنامه‌ی کاری مرحله آخر (دوران جمع‌بندی).....
- ۹۰..... اصل جمع‌بندی:.....
- ۹۳..... زیرگروها و اهمیت آنها.....
- ۹۵..... تصویرسازی ذهنی روز کنکور.....
- ۹۵..... چند نکته‌ی بسیار مهم در روز کنکور.....
- ۹۷..... فصل ششم: ۳۲ پرسش مهم کنکوری‌ها از مساو.....
- ۹۷..... آیا در نیمسال دوم باید در کار تستی و تشریحی تعادل تارهای ایجاد کرد؟.....
- ۱۱۰..... پیوست.....
- ۱۱۰..... بودجه‌بندی کنکور.....
- ۱۲۵..... منابع.....

در طول چند سال اخیر، شرایط و فرایندهای یادگیری و موقعیت‌هایی که آموزش‌ها و مشاوره‌های تحصیلی در ارتباط با کنکور ارائه می‌شود، دست‌خوش تغییرات فراوانی شده است. از یک طرف دیدگاه‌ها و رویکردها، و روش‌ها و شیوه‌های مطالعه در کنکور دچار تغییر و دگرگونی شده‌اند، و از سوی دیگر رسانه‌ها، آموزشگاه‌ها و موقعیت‌های ارائه خدمات مربوط به کنکور نیز تغییر کرده است. بخش عمده این تغییر، نتیجه تحولات آموزشی و اجتماعی، و به‌خصوص انظار خانوادها و دانش‌آموزان از دانشگاه آینده‌ی جوانان می‌باشد که فشار زیادی را از نظر روانی و اقتصادی بر خانواده‌ها و دانش‌آموزان وارد می‌کند. فرایند یاری‌رسانی به افراد کنکوری، فرایند ظریف و پیچیده‌ای است که مستلزم دانش، مهارت و نگرش‌های درست و صحیح نسبت به چگونگی یادگیری و آماده شدن در کنکور می‌باشد. کتاب نسخه‌ی طلایی کنکور با ارائه‌ی جدیدترین راهکارها و شیوه‌های مطالعاتی و توصیف شرایط مناسب روانی و انگیزشی، به یادگیری دانش، مهارت و نگرش‌های دانش‌آموزان برای موفقیت آنها در آزمون کنکور می‌پردازد. دانش‌آموزان و دانشجویان عزیز با مطالعه نسخه‌ی طلایی کنکور می‌توانند مهارت‌های لازم برای کسب اعتماد به نفس، مقابله با اضطراب و استرس امتحان، کنار گذاشتن تعلل و تنبلی در مطالعه، مسئولیت‌پذیری تحصیلی، نظم و انضباط درسی، تنظیم برنامه مناسب و موفق مطالعه، خودتنظیمی تحصیلی، پشتکار و اراده‌ی قوی و چگونگی راه پیشرفت و موفقیت را در کنکور کسب نمایند. مطالب نسخه‌ی طلایی کنکور با زبانی ساده و گویا به دانش‌آموزان کمک می‌کند تا با شیوه‌ای کاربردی شرایط روانی، انگیزشی و مهارت‌های یادگیری کنکور را بیاموزند و شانس موفقیت خود را

در کنکور به گونه‌ای قابل توجه افزایش دهند. همچنین این کتاب می‌تواند، نسخه‌ی طلایی برای دانشجویان و مشاوران تحصیلی باشد.

در امتحان و آزمون، هر سوال از محلی مشخص مطرح می‌شود. در سئوالات تشریحی کمی اشاره به موضوع می‌تواند، مقداری از نمره را نصیب ما کند. در صورتی که در سوال‌های چهارگزینه‌ای تا دقیقاً جواب را ندانیم، این موضوع کمکی به ما نمی‌کند. حتی ممکن است به ضرر ما هم تمام شود. به این دلیل، به اطلاع کم از موضوع، معمولاً ما را به شک انداخته و امکان این که جواب را به اشتباه علامت بزنیم و حتی نمره منفی بگیریم، زیاد است. پس قبل از شروع برای مطالعه، باید برنامه‌ای مناسب برای نوع درس خواندن داشته باشیم و با مهارت‌های ضروری و کاربردی کنکور آشنا باشیم تا بتوانیم به‌خوبی از پس سئوالات کنکور برآییم. با مطالعه این کتاب شما دانش آموزان عزیز می‌توانید، این مهارت‌ها را تکنیک‌ها را بیاموزید و برنامه‌ای جامع و کامل برای مطالعه و آمادگی برای کنکور تنظیم نمائید تا به پیشرفت درسی و تضمین موفقیت خود در کنکور کمک نمائید.