

توصیه مشاور

■ به دوازدهم خوش آمدی! این سال آخر مثل یک مسیر طولانی و پرهیجان است؛ اگر آرام، منظم و پیوسته شروع کنی، تا خط پایان با قدرت می‌رسی. در روزهای اول لازم نیست برنامه‌ات خیلی سنگین باشد. مهم‌تر این است که هر روز در یک زمان مشخص پشت میز بنشینی تا بدن و ذهنت به «روند مطالعه» عادت کنند.

■ برای یادگیری بهتر، کیفیت را بر کمیت مقدم بدان. قبل از شروع هر درس، چند دقیقه با خودت مرور کن که چه چیزهایی از آن بلد هستی، بعد سراغ مطالعه برو. یک دفترچه خلاصه‌نویسی یا یادداشت روزانه داشته باش و هر نکته مهم را همان لحظه یادداشت کن. این دفترچه در ماه‌های آینده مثل نقشه راهت خواهد بود.

■ تکالیف مدرسه را ساده بگیر؛ همین تمرین‌های به ظاهر عادی، بهترین مرور برای آزمون‌ها هستند. بین هر دو بازه مطالعاتی کوتاه، چند دقیقه استراحت کن؛ بیشتر بی‌دقتی‌ها از خستگی می‌آید.

■ یادت باشد آزمون‌ها دشمن تو نیستند؛ آن‌ها فرصت تمرین و یادگیری‌اند. هر بار که آزمونی می‌دهی، یک قدم به حرفه‌ای شدن نزدیک‌تر می‌شوی. پس از همین امروز، با امید، نظم و استمرار شروع کن. آینده روشن، حاصل همین قدم‌های کوچک اما پیوسته است.

روز	فعالیت	روز	فعالیت
شنبه		شنبه	
یکشنبه		یکشنبه	
دوشنبه		دوشنبه	
سه‌شنبه	روزخوانی + تکالیف	سه‌شنبه	تکالیف
چهارشنبه	روزخوانی + تکالیف	چهارشنبه	تکالیف
پنجشنبه	روزخوانی + تکالیف	پنجشنبه	تکالیف
جمعه	😊	جمعه	😊

هفته اول [۱ تا ۴ مهر]

روز	فعالیت	روز	فعالیت
شنبه	روزخوانی + تکالیف	شنبه	تکالیف
یکشنبه	روزخوانی + تکالیف	یکشنبه	تکالیف
دوشنبه	روزخوانی + تکالیف	دوشنبه	تکالیف
سه‌شنبه	روزخوانی + تکالیف	سه‌شنبه	تکالیف
چهارشنبه	روزخوانی + تکالیف	چهارشنبه	تکالیف
پنجشنبه	روزخوانی + تکالیف	پنجشنبه	تکالیف
جمعه	😊	جمعه	😊

هفته دوم [۵ تا ۱۱ مهر]

سخن من با مشاور:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

راهنمای برنامه

جدول بالا برای شما آماده شده است تا با برنامه‌ریزی مناسب، به استقبال آزمون گزینه‌دو بعدی بروید.

در بیشتر روزها، دو بازه مطالعاتی برای انجام تکالیف مدرسه در نظر گرفته شده و چهار بازه هم به آمادگی برای آزمون گزینه‌دو اختصاص یافته است. بسته به توان و فرصت خود، هر بازه مطالعاتی را ۷۵ تا ۹۰ دقیقه در نظر بگیرید.

دقت داشته باش انجام درست تکالیف مدرسه اولویت اول است.

برنامه مطالعاتی ویژه داوطلبان آزمون سراسری ۱۴۰۵ (گروه آزمایشی علوم انسانی)

از تاریخ ۱ تا ۲۵ مهر ۱۴۰۴

توصیه مشاور
<ul style="list-style-type: none"> هنگام تست‌زنی، هر جا نکته خوب و به‌دردبخوری پیدا کردید، در حاشیه کتاب درسی یادداشت کنید تا دفعه بعد که کتاب را می‌خوانید، نکات تست‌ها را هم بخوانید.
<ul style="list-style-type: none"> در مرور درس، از این تکنیک استفاده کنید که با دیدن هر عنوان، قبل از مطالعه آن، با خود هر آنچه که در خاطر دارید را مرور کنید.
<ul style="list-style-type: none"> روش هوشمندانه برای افزایش درصد هر درس، لزوماً افزایش ساعت مطالعه آن درس نیست. بهتر است روش مطالعه درست و هوشمندانه آن درس را خوب یاد بگیرید.
<ul style="list-style-type: none"> نگاه شما به آزمون هم نگاه یادگیری باشد و هم شبیه‌سازی کنکور.
<ul style="list-style-type: none"> در تحلیل آزمون، هم مراقب ارتقای کیفیت یادگیری باشید و هم کمیت‌های مربوط به هر آزمون، مواردی مثل ساعت مطالعه، تعداد تست موردنیاز برای هر درس، تعداد زنده‌ها و ...
<ul style="list-style-type: none"> تمرین زیاد در هر درس، سبب افزایش دقت شما می‌شود، پس اگر دچار بی‌دقتی هستید، تمرین و استمرار در تمرین، بهترین چاره بی‌دقتی است.

روز	فعالیت	روز	فعالیت
شنبه	روزخوانی + تکالیف	شنبه	تکالیف
یکشنبه	روزخوانی + تکالیف	یکشنبه	تکالیف
دوشنبه	روزخوانی + تکالیف	دوشنبه	تکالیف
سه‌شنبه	روزخوانی + تکالیف	سه‌شنبه	تکالیف
چهارشنبه	روزخوانی + تکالیف	چهارشنبه	تکالیف
پنجشنبه	روزخوانی + تکالیف	پنجشنبه	روزخوانی + تکالیف
جمعه	روزخوانی + تکالیف	جمعه	روزخوانی + تکالیف

روز	فعالیت	روز	فعالیت
شنبه	روزخوانی + تکالیف	شنبه	تکالیف
یکشنبه	روزخوانی + تکالیف	یکشنبه	تکالیف
دوشنبه	روزخوانی + تکالیف	دوشنبه	تکالیف
سه‌شنبه	روزخوانی + تکالیف	سه‌شنبه	تکالیف
چهارشنبه	روزخوانی + تکالیف	چهارشنبه	تکالیف
پنجشنبه	روزخوانی + تکالیف	پنجشنبه	روزخوانی + تکالیف
جمعه	روزخوانی + تکالیف	جمعه	روزخوانی + تکالیف
آزمون گزینه‌دو			

سخن من با مشاور:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

راهنمای برنامه

در تقسیم‌بندی صفحه سوم کل مباحث آزمون ۲۵ مهر گزینه‌دو، به ۵۷ عنوان تقسیم شده، ۴۱ عنوان پایه و ۱۶ عنوان دوازدهم با توجه به ۹۸ خانه خالی در چهار هفته، شما می‌توانید به هر عنوان دروس پایه، دو جلسه اختصاص دهید البته به شرطی که تکالیف و مطالعه روزانه تمام شده باشد.

با توجه به برنامه مدرسه‌تان، واحدهای مطالعاتی صفحه بعد را به گونه‌ای در خانه‌های جدول بالا بچینید که بیشترین هماهنگی را با برنامه و تکالیف مدرسه داشته باشد. هر واحد مطالعاتی را پس از مطالعه علامت زبند تا در هر لحظه میزان توفیق شما در اجرای برنامه مشخص شود.

خانه‌هایی که با 😊 مشخص شده‌اند برای استراحت در نظر گرفته شده‌اند.

برنامه مطالعاتی ویژه داوطلبان آزمون سراسری ۱۴۰۵ (گروه آزمایشی علوم انسانی)

از تاریخ ۱ تا ۲۵ مهر ۱۴۰۴

درس‌های اختصاصی									
ریاضی و آمار	علوم و فنون	عربی	جامعه	تاریخ	فلسفه				
دهم، فصل ۱، درس ۱، کتاب درسی، جزوه و تست	دهم، درس ۴، کتاب درسی و تست	دهم، درس ۱، کتاب درسی، جزوه و تست قواعد	دهم، درس ۱، کتاب درسی و تست	دهم، درس ۱، کتاب درسی و تست	دهم، درس ۱، کتاب درسی و تست				
دهم، فصل ۱، درس ۲، کتاب درسی، جزوه و تست	دهم، درس ۵، کتاب درسی و تست	دهم، درس ۱، تست قواعد، ترجمه و درک متن	دهم، درس ۲، کتاب درسی و تست	دهم، درس ۲، کتاب درسی و تست	دهم، درس ۲، کتاب درسی و تست				
دهم، فصل ۱، درس ۳، کتاب درسی، جزوه و تست	دهم، درس ۵، تست	دهم، درس ۲، کتاب درسی، جزوه و تست قواعد	دهم، درس ۳، کتاب درسی و تست	دهم، درس ۳، کتاب درسی و تست	یازدهم، درس‌های ۱ و ۲، تست				
دوازدهم، فصل ۱، درس ۱، کتاب ابتدای نماد فاکتوریل، کتاب درسی، جزوه و تست	دهم، درس ۶، کتاب درسی و تست	دهم، درس ۲، تست قواعد، ترجمه و درک متن	دهم، درس ۴، کتاب درسی و تست	دهم، درس ۴، کتاب درسی و تست	دوازدهم، درس ۱، کتاب درسی و تست				
دوازدهم، فصل ۱، درس ۱، از ابتدای نماد فاکتوریل تا ابتدای ترکیب (ص ۸)، کتاب درسی، جزوه و تست	دهم، درس ۶، تست	دوازدهم، درس ۱، تا انتهای صفحه ۴، کتاب درسی، جزوه و تست ترجمه	دوازدهم، درس ۱، کتاب درسی	دوازدهم، درس ۱، کتاب درسی	دوازدهم، درس ۲، کتاب درسی و تست				
دوازدهم، فصل ۱، درس ۱، کتاب ابتدای ترکیب (ص ۸)، تست	دوازدهم، درس ۱، کتاب درسی و تست	دوازدهم، درس ۱، تا انتهای صفحه ۴، مرور لغات و تست ترجمه	دوازدهم، درس ۱، کتاب درسی و تست	دوازدهم، درس ۱، کتاب درسی و تست	دوازدهم، درس‌های ۱ و ۲، تست				
دهم، فصل ۱، درس ۱، تست	دهم، درس ۴ و دوازدهم، درس ۱، تست	دهم، درس‌های ۱ و ۲، مرور لغات، تست قواعد، ترجمه و درک متن	دهم، درس‌های ۱ تا ۴، مرور و تست	جغرافیا	یازدهم، درس‌های ۱ و ۲ و دوازدهم، درس‌های ۱ و ۲، مرور و تست				
دهم، فصل ۱، درس ۲، تست	دهم، درس‌های ۵ و ۶، تست	روان‌شناسی	اقتصاد	دهم، درس ۱، کتاب درسی و تست	منطق				
دهم، فصل ۱، درس ۳، تست		درس ۱، کتاب درسی، جزوه و تست	درس ۱، کتاب درسی و تست	دهم، درس ۲، کتاب درسی و تست	درس ۱، کتاب درسی و جزوه				
		درس ۱، از ابتدای تعریف روان‌شناسی تا انتهای درس، کتاب درسی و تست	درس ۲، کتاب درسی و تست	دوازدهم، درس ۱، کتاب درسی و تست	درس ۱، تست				
		درس ۱، تست	درس‌های ۱ و ۲، تست	دهم، درس‌های ۱ و ۲، تست					
				دوازدهم، درس ۱، مرور کتاب درسی و تست					