

برنامه مطالعاتی ویژه دانش‌آموزان پایه دهم (رشته علوم تجربی)

از تاریخ ۴ تا ۱۷ بهمن ۱۴۰۴

توصیه مشاور

■ در درس زیست‌شناسی، باید به شکل‌های کتاب درسی دقت کنید؛ زیرا بسیاری از سؤالات تستی از این شکل‌ها طراحی می‌شوند. بررسی دقیق آن‌ها کمک می‌کند تا مفاهیم را بهتر درک کرده و برای پاسخگویی به سؤالات تستی آماده‌تر شوید.

■ برای تست‌زنی فیزیک، ابتدا درس را کامل بخوانید و نکات مهم را یادداشت کنید. تست‌های نکته‌دار را علامت‌بزنید و در مرور به آن‌ها توجه کنید. فرمول‌ها را به ذهن بسپارید و با تمرین مداوم، سرعت و دقت خود را افزایش دهید.

■ مرور مکرر در شیمی به تثبیت مفاهیم کمک می‌کند و فرمول‌ها، واکنش‌ها و تعاریف را در حافظه بلندمدت ذخیره می‌کند. این کار نقاط ضعف را نمایان کرده و آمادگی برای پاسخگویی به سؤالات پیچیده را افزایش می‌دهد.

■ برای موفقیت در درس ریاضی، ابتدا مفاهیم پایه را به طور کامل درک کنید و سپس مسائل مختلف را حل کنید. به جای حفظ کردن فرمول‌ها، سعی کنید روش‌های حل مسئله را بفهمید. تمرین مداوم و مرور اشتباهات، شما را در مواجهه با سؤالات پیچیده‌تر آماده می‌کند.

فعالیت						روز	هفته
						شنبه	هفته اول [۴ تا ۱۰ بهمن]
جبران + بهبود						یکشنبه	
جبران + بهبود						دوشنبه	
جبران + بهبود						سه‌شنبه	
جبران + بهبود						چهارشنبه	
جبران + بهبود						پنجشنبه	
جبران + بهبود						جمعه	

فعالیت						روز	هفته
جبران + بهبود						شنبه	هفته دوم [۱۱ تا ۱۷ بهمن]
جبران + بهبود						یکشنبه	
جبران + بهبود						دوشنبه	
جبران + بهبود						سه‌شنبه	
جبران + بهبود						چهارشنبه	
جبران + بهبود						پنجشنبه	
جبران + بهبود						جمعه	

آزمون‌گزیندو

سخن من با مشاور:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

هر واحد مطالعاتی را ۷۵ تا ۹۰ دقیقه در نظر بگیرید.

راهنمای برنامه

در جدول بالا، خانه‌های سفید برای انجام تکالیف و برنامه معمول مدرسه در نظر گرفته شده است. جهت برنامه‌ریزی آمادگی برای آزمون، هریک از عنوان‌های جدول صفحه بعد را با نظر گرفتن شرایط خود و برنامه مدرسه، در خانه‌های رنگی جدول بالا وارد کرده، سعی کنید در طول هفته به آن عمل کنید. خانه‌های جبران و بهبود برای جبران عقب‌افتادگی احتمالی یا فعالیت اضافی است.

برنامه مطالعاتی ویژه دانش‌آموزان پایه دهم (رشته علوم تجربی)

از تاریخ ۴ تا ۱۷ بهمن ۱۴۰۴

ریاضی		شیمی		فیزیک		زیست‌شناسی	
فصل ۴، درس ۱، کتاب درسی و تست	۱	فصل ۲، از ابتدای چه بر سر هواکره می‌آوریم؟ تا ابتدای شیمی سبز، راهی برای محافظت از هواکره، کتاب درسی، جزوه و سؤال تشریحی	۱	فصل ۳، تا ابتدای کار و انرژی جنبشی، کتاب درسی و تست	۱	فصل ۴، گفتار ۱، کتاب درسی و تست	۱
فصل ۴، درس ۲، کتاب درسی و سؤال تشریحی	۲	فصل ۲، از ابتدای چه بر سر هواکره می‌آوریم؟ تا ابتدای شیمی سبز، راهی برای محافظت از هواکره، تست	۲	فصل ۳، از ابتدای کار و انرژی جنبشی تا ابتدای پایداری انرژی مکانیکی، کتاب درسی، جزوه و سؤال تشریحی	۲	فصل ۴، گفتار ۲، کتاب درسی و تست	۲
فصل ۴، درس ۳، کتاب درسی و سؤال تشریحی	۳	فصل ۲، تا ابتدای اکسیدها در فرآورده‌های سوختن، کتاب درسی و تست	۳	فصل ۳، از ابتدای کار و انرژی جنبشی تا ابتدای پایداری انرژی مکانیکی، تست	۳	فصل ۴، گفتار ۳، کتاب درسی و تست	۳
فصل ۴، درس ۲، تست	۴	فصل ۲، از ابتدای اکسیدها در فرآورده‌های سوختن تا ابتدای چه بر سر هواکره می‌آوریم؟، کتاب درسی و تست	۴	فصل ۳، از ابتدای پایداری انرژی مکانیکی تا ابتدای کار و انرژی درونی، کتاب درسی، جزوه و سؤال تشریحی	۴	فصل ۳، گفتار ۳، کتاب درسی و تست	۴
فصل ۴، درس ۳، تست	۵	فصل ۲، تا ابتدای چه بر سر هواکره می‌آوریم؟، تست	۵	فصل ۳، از ابتدای پایداری انرژی مکانیکی تا ابتدای کار و انرژی درونی، تست	۵	فصل ۴، گفتار ۲، مرور و تست	۵
فصل ۳، درس ۴، کتاب درسی و تست	۶	فصل ۲، از ابتدای چه بر سر هواکره می‌آوریم؟ تا ابتدای شیمی سبز، راهی برای محافظت از هواکره، تست	۶			فصل ۴، گفتار ۳، مرور و تست	۶
فصل ۴، مرور و تست	۷					فصل ۳، گفتار ۳، تست	۷
فصل ۳، درس ۴ و فصل ۴، تست	۸					فصل ۴، گفتارهای ۱ تا ۳، تست	۸