

برنامه مطالعاتی ویژه دانش‌آموزان پایه دهم (رشته علوم تجربی)

از تاریخ ۹ تا ۲۲ اسفند ۱۴۰۴

توصیه مشاور
<p>▪ روش تست‌زنی آموزشی برای درس زیست بسیار مؤثر است به این شکل که: بعد از هر تستی که می‌زنید، پاسخ‌نامه را بخوانید، حتی اگر نیاز دیدید، هنگام تست زدن به متن کتاب برگردید. این کار برای تسلط شما بر متن کتاب هم بهتر خواهد بود. این‌که بفهمید این تست از کجای کتاب طرح شده به درک بیشتر موضوع و به‌خاطر سپردن آن بسیار کمک می‌کند.</p>
<p>▪ چند توصیه مهم در درس فیزیک: مرور مطالب جمع‌بندی شده، حل مسائل و تمرینات مهم، یادداشت‌برداری هنگام مطالعه، مطالعه به‌صورت دوره‌ای و تمرین و تکرار کافی و استفاده از فرمول‌ها و درک روابط بین آن‌ها</p>
<p>▪ قبل از حضور در کلاس شیمی، به مطالب جدید نگاه مختصری بیندازید. با این کار، سؤالاتی در ذهن شما ایجاد می‌شود و آمادگی اولیه‌ای برای دریافت مطالب خواهید داشت. در نتیجه بازدهی کلاس‌ها برای شما خیلی بالاتر خواهد بود.</p>
<p>▪ در درس ریاضی، پس از حل تمرین‌های تشریحی بلافاصله با انتخاب چندین تست و پاسخ‌گویی به آن‌ها، سطح تسلط خود بر مفاهیم را افزایش دهید. عدم تکرار و تمرین فراوان باعث پایین آمدن سطح تسلط شما و فراموش شدن مطالب می‌شود.</p>

هفته	روز	فعالیت	جبران و بهبود
هفته اول [۹ تا ۱۵ اسفند]	شنبه		
	یکشنبه		
	دوشنبه		
	سه‌شنبه		
	چهارشنبه		
	پنجشنبه		
جمعه			

هفته	روز	فعالیت	جبران و بهبود
هفته دوم [۱۶ تا ۲۲ اسفند]	شنبه		
	یکشنبه		
	دوشنبه		
	سه‌شنبه		
	چهارشنبه		
	پنجشنبه		
جمعه	آزمون گزینهدو		

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 در 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. (تعداد خانه‌های رنگی، بیشتر از سرفصل‌هاست.)

برنامه مطالعاتی ویژه دانش‌آموزان پایه دهم (رشته علوم تجربی)

از تاریخ ۹ تا ۲۲ اسفند ۱۴۰۴

ریاضی		شیمی		فیزیک		زیست‌شناسی	
فصل ۵، درس ۳، کتاب درسی، جزوه و تست	۱	فصل ۲، از ابتدای از هر گاز چقدر؟ صفحه ۷۹ تا انتهای فصل، کتاب درسی و جزوه	۱	فصل ۴، تا ابتدای انبساط گرمایی، کتاب درسی، جزوه و تست	۱	فصل ۵، گفتار ۲، کتاب درسی و جزوه	۱
فصل ۵، درس ۳، تست	۲	فصل ۲، از ابتدای از هر گاز چقدر؟ صفحه ۷۹ تا انتهای فصل، کتاب درسی و تست	۲	فصل ۴، تا ابتدای انبساط گرمایی، تست	۲	فصل ۵، گفتار ۲، کتاب درسی و تست	۲
فصل ۵، درس ۱، مرور و تست	۳	فصل ۲، از ابتدای شیمی سبز، راهی برای محافظت از هواکره تا از هر گاز چقدر، کتاب درسی و تست	۳	فصل ۳، از ابتدای کار و انرژی درونی تا انتهای فصل، تست	۳	فصل ۵، گفتار ۱، کتاب درسی و تست	۳
فصل ۵، درس ۲، مرور و تست	۴	فصل ۲، از ابتدای شیمی سبز، راهی برای محافظت از هواکره تا انتهای فصل، کتاب درسی و تست	۴	فصل ۴، تا ابتدای انبساط گرمایی و فصل ۳، از ابتدای کار و انرژی درونی تا انتهای فصل، تست	۴	فصل ۴، گفتار ۴، کتاب درسی و تست	۴
فصل ۵، تست (۱ از ۲)	۵					فصل ۴، گفتار ۴ و فصل ۵، گفتار ۱، مرور و تست	۵
فصل ۵، تست (۲ از ۲)	۶					فصل ۵، گفتار ۲، مرور و تست	۶