

برنامه ریزی برای امتحانات نوبت اول

مراحل برنامه ریزی برای امتحانات نوبت اول :

۱- مشخص کردن زمانی که برای امتحان هر درس در اختیار دارید. برای این کار ساعت های شروع و پایان مطالعه در اوقات صبح، عصر و شب را مشخص کنید.

میزان ساعت های مطالعه ی برای هر درس بستگی به نیاز، توانایی و سختی و سادگی درس دارد.

۲- تقسیم بندی محتوای هر کتاب در زمانی که در اختیار دارید برای مطالعه، تکرار و امتحان کردن خود:

مطالعه به منظور درک و فهم و از بر کردن مطالب درسی با توجه به روش های مطالعه ی هر درس .
امتحان از خود و دیدن نمونه سوال های نوبت اول یا نمونه سوال هایی که در اختیار دارید و ...

تکرار مطالب خوانده شده به خصوص شب قبل از امتحان و یا صبح روز امتحان.

برای نمونه:

صبح (۸ تا ۱۲) ← چه تکالیفی و چه مقدار انجام شود؟

عصر (۱۵ تا ۱۹) ← چه تکالیفی و چه مقدار انجام شود؟

شب (۲۰ تا ۲۳) ← چه تکالیفی و چه مقدار انجام شود؟

نسبت به ساعت شروع و پایان نوبت های مطالعه صبح، عصر و شب متعهد باشید و به موقع کار خود را شروع کنید.

به بارم بندی درس ها توجه داشته باشید.

در وهله ی اول درس ها را به صورت تشریحی مطالعه نمایید تا فهم شما نسبت به مطالب کتاب بیشتر شود.

دانش آموزان پایه های دهم و یازدهم در صورت داشتن وقت و تسلط بر روش تشریحی می توانند از آزمون های چهار گزینه ای نیز استفاده نمایند.

در روزهای امتحان آمادگی جسمی یعنی تغذیه و خواب کافی را مورد توجه قرار دهید.

به آمادگی روحی خود یعنی تفکر مثبت و منطقی نسبت به امتحان توجه ویژه ای داشته باشید.

در صورتی که در بعضی درس ها قوی هستید می توانید بخشی از وقت خود را برای امتحانات درس های سخت تر که وقت کمتری دارید اختصاص دهید.

شایسته است که دانش آموز همه ی مطالب کتاب را برای خواندن مورد توجه قرار دهد اما در صورتی که به هر دلیل قادر به انجام این کار نباشد باید با توجه به بارم بندی و قدرت فراگیری مباحث تکالیف خود را اولویت بندی کند.

• یاد خدا آرامش دهنده قلب هاست.

* اولویت داوطلبان آزمون سراسری در این مقطع جمع

بندی درس های پیش دانشگاهی ۱ (به صورت تشریحی و چهار گزینه ای) و جمع بندی بخشی از درس های پایه (به صورت چهار گزینه ای) می باشد. دانش آموزان پیش دانشگاهی در صورت آمادگی می توانند در این

مقطع روال عادی برنامه های خود را ادامه دهند.

موفق و پیروز باشید. واحد خدمات راهنمایی و مشاوره

دبیرستان شهید دستغیب ۱ - ناحیه دو شیراز

کهرزاق خواجه زاده - مشاور تحصیلی - دی ماه ۱۳۹۶