

# پیک موفقیت در کنکور

مطالعه و یاد گیری به روش آسان

ویرایش جدید با آخرین تجدید نظر کلی

مؤلف : یحیی نقی (زاده (ک)شناس (اشد)

انتشارات پیک آذر سحر

|                       |                                                                          |
|-----------------------|--------------------------------------------------------------------------|
| سرشناسه :             | نقی زاده، یحیی                                                           |
| عنوان و نام پدیدآور : | پیک موفقیت در کنکور مطالعه و یادگیری به روش آسان: منطبق بر آخرین تغییرات |
| مشخصات نشر :          | تبریز: پیک آذر سحر ، ۱۳۹۵.                                               |
| مشخصات ظاهری :        | ۹۸ ص. مصور، جدول                                                         |
| شابک :                | 978-964-8717-08-7 ۸۰۰۰۰ ریال :                                           |
| وضعیت فهرست نویسی :   | فهرست نویسی قبلی                                                         |
| یادداشت :             | چاپ قبلی: گلزار: ۱۳۸۲                                                    |
| موضوع :               | مطالعه و فراگیری                                                         |
| موضوع :               | موفقیت تحصیلی                                                            |
| رده بندی کنگره :      | B۲۳۹۵/ن۷۴پ۹                                                              |
| رده بندی دیویی :      | ۳۷۸/۱۷۰۲۸۱                                                               |
| شماره کتابشناسی ملی : | م۱۹۲۴۶-۸۴                                                                |



انتشارات پیک آذر سحر

**عنوان : پیک موفقیت در کنکور مطالعه و یادگیری به روش آسان**

**مدیریت تألیف : ایرج (میمی) - (میم عیسی)**

**مؤلف : یحیی نقی (اده) (کاشناس ارشد)**

**ناشر : انتشارات پیک آذر سحر**

**حروفچینی: وامد (ایانه ای سحر) (پایانه علمیه)**

**نوبت چاپ : سوم - پانصد جلد - ۱۳۹۵**

**قیمت : ۸۰۰۰۰ ریال**

**شابک : ۹۷۸-۹۶۴-۸۷۱۷-۰۸-۷**

حق چاپ محفوظ است.

**تبریز: خیابان امام، فرسیده چهارراه شهناز، جنب دبیرستان فردوسی**

**انتشارات پیک آذر سحر تلفن ۳۵۵۶۸۸۱۶-۳۵۵۵۱۸۳۵-۰۴۱**

**فروشگاه اینترنتی: www.azarsahar.ir**

صفحه ۱ از ۱  
پیک آذر سحر

### فهرست مطالب

- ۹..... - سختی با خوانندگان گرامی
- ۱۱..... - به پای صحبت داوطلبین کنکور
- ۱۳..... - مقدمه
- ۱۵..... - چگونه مطالعه بهتری داشته باشیم؟
- ۱۷..... - چگونه هدف، انتخاب کنیم؟
- ۱۹..... - برنامه های خان و مدرسه را چگونه تنظیم کنیم؟
- ۲۱..... - چگونه با مشکلات درس مقابله کنیم؟
- ۲۲..... - خوب گوش دادن را یاد بگیر
- ۲۵..... - چگونه یاد می گیریم؟
- ۲۶..... - روشهای یادگیری
- ۲۷..... - حافظه حسی
- ۲۹..... - حافظه کوتاه مدت
- ۳۱..... - حافظه دراز مدت
- ۳۲..... - راههای انتقال اطلاعات به حافظه دراز مدت
- ۳۳..... - گنجایش و طول مدت نگهداری اطلاعات در حافظه دراز مدت
- ۳۳..... - تقویت حافظه و یادگیری
- ۳۷..... - روشهای مطالعه
- ۳۷..... - روش مطالعه اس کیو ۴ آر یا روش پس ختام
- ۳۹..... - روش مردر MURDER
- ۴۰..... - ۱۱۱ - تمریناتی
- ۴۲..... - مطالعه جمعی
- ۴۲..... - مطالعه تکمیلی و دقیق
- ۴۴..... - مطالعه مشارکتی و مراحل آن

- ۴۶..... - فهمیدن پاراگراف ها
- ۴۷..... - شیوه خواندن متن های ریاضی و علمی
- ۵۱..... - عوامل موثر در فراموشی
- ۵۱..... - شرح خواندن اجمالی و مراحل آن
- ۵۲..... - فنون تشکیل دهنده روش خواندن اجمالی
- ۵۴..... - آرامش و تمرکز - اعصاب چگونه بدست می آید؟
- ۵۴..... - متد رسیدن به آرامش و تمدد اعصاب
- ۵۴..... - روش اتوزنیک
- ۵۶..... - تدارک محیط مناسب برای مطالعه
- ۵۷..... - تنظیم برنامه
- ۵۷..... - نکات کاربردی در تنظیم برنامه مطالعه
- ۵۸..... - نکات کاربردی در یادداشت برداری
- ۵۹..... - فکر خوب
- ۶۰..... - مطالعه مناسب
- ۶۰..... - مشاوره منطقی
- ۶۱..... - اصول موفقیت
- ۶۲..... - برنامه گام به گام جهت شرکت در آزمون
- ۶۲..... - گام اول (قبل از امتحان)
- ۶۳..... - گامهای شب امتحان
- ۶۳..... - گامهای صبح امتحان
- ۶۴..... - گامهای جلسه امتحان
- ۶۵..... - گامهای پس از امتحان
- ۶۵..... - بهره گیری از سوالات
- ۶۷..... - بهره گیری از تعطیلات

- ۶۷..... اصول هنگام مطالعه
- ۷۳..... چگونه بر مطالعه خود تسلط داشته باشیم؟
- ۷۳..... تعیین سرعت مطالعه
- ۷۵..... سنجش میزان سرعت خود در مطالعه
- ۷۷..... شاخص های بهداشت روانی و شخصیت سالم
- ۷۸..... برخی از عوامل آسیب زا در مطالعه
- ۷۹..... نمونه تنظیم فرمت مطالعه
- ۸۰..... روشهای تست زنی
- ۸۲..... بررسی و تحلیل این علائم اختلالی
- ۸۵..... راهنمایی های عملی در برنامه ریزی و کاربرد مهارت های مطالعه

### سخنی با خوانندگان گرامی

آنچه امروز را از دست می دهد فردا را نخواهد یافت استفاده از آینده در گرو استفاده از زمان حال است.

چگونه می توان در تمصیل موفق شد؟

این سوالی است که ذهن بیشتر دانش آموزان ، داوطلبان کنکور و دانشجویان را به خود مشغول کرده است. پاسخ دقیق و درست به این سوال می تواند پیمودن راه موفقیت را آسان سازد. شما را در تمام مراحل زندگی کمک نماید. کتاب حاضر درصدد است پاسخ شما را به شما عزیزان ارائه کند. این کتاب به شما راه حل های عملی و مؤثر برای موفقیت در تمصیل و زندگی معرفی خواهد کرد که با به کارگیری دقیق آنها می توانید بر مشکلات پیروز شوید و مطالب بیشتری را به شیوه بهتری بیاموزید.

آموزش و پرورش به عبارت دیگر مدرسه یک تمام صددرد انسانی است که عامل انسانی هیچ سازمانی دیگر مانند کارخانه و بیمارستان به اندازه مدرسه قوی نمی باشد. کار اصلی مدرسه، آموزش و پرورش انسانها در ایجاد جسمی و روانی است. مدرسه جای سالم سازی انسانهاست هر جامعه ای از مدرسه خود انتظار دارد که افرادی با شخصیت ، متعادل، سازگار، باعاطفه ، اجتماعی، با ایدئال مسئولیت پذیر را به بار آورد. همه اینها زمانی تمقق می یابد که دانش آموزان و دانشجویان روابط و شرایط مناسبی را در جهت رشد و ترقی جامعه اسلامی فراهم نمایند.

زندگی به عقیده آدلر بودن نیست، شدن است. فرد سالم در زندگی هدفمند و غایت مدار است و اعمال او مبتنی بر تعقیب این اهداف است.

دانش آموزان عزیز، والدین گرامی، برای داشتن فردائی بهتر نباید از امروز غافل شویم. سعی کنیم از سرمایه عمر که هر روز مستهلک می شود نهایت استفاده را کرده باشیم. انسان عاقل از امکانات و فرصت هایی که در مال حاضر دارد حداکثر

استفاده را می نماید. یافتن پس از جستجو کردن حاصل نمی شود، لفظه لفظه جستجو کردن یافتن است.

امروزه تلاش برای موفقیت و دست یابی به آموزش و پرورش مطلوب از اهداف بسیاری از ملت ها به شمار می رود. دنیای پیرامون ما در حال تغییر است و این تغییرات و دگرگونی های جهانی، تلاش و کوشش های مداوم ما را می طلبد بر ما لازم است که به تمامه ها و پیشرفت کار خود را به طور مستمر مورد ارزیابی و تمدید نظر قرار دهیم و به داشتن فردایی بهتر از امروز تلاش کنیم. کتابی که پیش روی شماست در زمینه مهارت ها، مطالعه و یادگیری تألیف شده است امید است مورد استفاده شما عزیزان قرار گیرد.

از تمامی همکاران و خوانندگان محترم که در مورد این کتاب نظرات و پیشنهادات اصلاحی خویش را ارسال کرده اند تشکر و قدردانی را می نمایم. از مدیریت تألیف و انتشارات سمر به خاطر تلاش و همکاری صمیمانه در انتشار این کتاب نهایت تشکر را داریم.

به آرزوی توفیق

یحیی نقی زاده

کارشناس ارشد علوم تربیتی - محاسب و مدرس -

مراکز پیش دانشگاهی و دبیرستانهای تبریز