

برنامه مطالعاتی در تعطیلات نوروز



تعطیلات عید را جدی بگیرید!

چگونه از اوقات خرویش، مفید استفاده کنیم؟

واحد مشاوره دبیرستان غیردولتی امام رضا (ع)

جدول شماره ۲

روز زمان	دوم و یازدهم فروردین ۹۵	سوم و دهم فروردین ۹۵	چهارم و نهم فروردین ۹۵	پنجم و هشتم فروردین ۹۵	ششم و هفتم فروردین ۹۵
۱/۵ ساعت	ریاضی یا زیست	فیزیک	شیمی	زیست یا ریاضی	هندسه
۱ ساعت	فیزیک	ریاضی یا زیست	فیزیک	شیمی	زیست یا ریاضی
۱ ساعت	شیمی	شیمی	ریاضی یا زیست	فیزیک	شیمی یا فیزیک
۳۰ دقیقه	ادبیات	عربی	زبان فارسی	دین و زندگی	عربی
۳۰ دقیقه	زبان	دین و زندگی	جغرافیا	ادبیات	زبان

توجه توجه: اگر روزانه، بخشی از وقت خود را مثلاً (۴ الی ۵ ساعت) به مطالعه و حل تمرین اختصاص دهید، می توانید از ایام نوروز بسیار بهره ببرید و برای این که احساس خستگی و کسالت نیز نکنید، می توانید در این مدت چند برنامه جالب برای خود در نظر بگیرید. برای مثال: دو یا سه بار با دوستانتان یک ساعت ورزش را مثل شنا، فوتبال، والیبال، بسکتبال، پینگ پنگ، بدمینتون، تنیس یا هر ورزش دیگری که دوست دارید و امکان آن برایتان مهیا است. این برنامه جدا از پیاده روی با خانواده و یا دید و بازدید اقوام و آشنایان است.

- جاده ی موفقیت، مستقیم نیست ← پیچی دارد به نام "شکست"
- دور برگردونی به نام "سردرگمی" ← سرعت گیرهایی به نام "افکار منفی"
- چراغ قرمزهایی به نام "بی حوصلگی" ← اما
- اگر یدکی به نام "اراده" داشته باشید، ← موتوروی به نام "استقامت"
- و راننده ای به نام "امید" ← به جایی خواهید رسید که موفقیت نام دارد

زندگی تون پر از موفقیت

فرزانه نوروز، نورزانه بیروز

جدول شماره ۱

ایام هفته	۸:۳۰-۱۰		۱۰:۳۰-۱۲	نهار نهار	استراحت نهار	۱۶-۱۷	توزیون	۱۹-۲۰	دید و بازدید	۲۲:۳۰-۲۳
شنبه	ریاضی یا زیست	استراحت	فیزیک یا شیمی	نهار	نهار	عربی یا دین و زندگی	توزیون	ادبیات یا زبان فارسی	دید و بازدید	زبان خارجه
یکشنبه	فیزیک یا شیمی	استراحت	ریاضی یا زیست	نهار	نهار	ادبیات یا زبان فارسی	توزیون	عربی یا دین و زندگی	دید و بازدید	هندسه
دوشنبه	ریاضی یا زیست	استراحت	فیزیک یا شیمی	نهار	نهار	عربی یا دین و زندگی	توزیون	ادبیات یا زبان فارسی	دید و بازدید	آمار
سه شنبه	فیزیک یا شیمی	استراحت	ریاضی یا زیست	نهار	نهار	ادبیات یا زبان فارسی	توزیون	عربی یا دین و زندگی	دید و بازدید	جغرافیا
چهارشنبه	ریاضی یا زیست	استراحت	فیزیک یا شیمی	نهار	نهار	عربی یا دین و زندگی	توزیون	ادبیات یا زبان فارسی	دید و بازدید	آمادگی دفاعی
پنج شنبه	فیزیک یا شیمی	استراحت	ریاضی یا زیست	نهار	نهار	ادبیات یا زبان فارسی	توزیون	عربی یا دین و زندگی	دید و بازدید	زبان خارجه
جمعه	تمرین و حل مسأله	استراحت	تمرین و حل مسأله	نهار	نهار	ارزیابی از مباحث	توزیون	حل تست	دید و بازدید	مرور بر مطالب

مقدمه

سلامی به تازگی بهار ، به گرمی آفتاب و دل نشینی نسیم بهاری، امیدوارم که همواره بهاری باشید .می خواهم یک بیدار باش بگویم : این بیدار باش آنقدر واضح و روشن است که احتیاج به هیچ توضیحی ندارد.(مزد آن گرفت جان برادر که کار کرد)
خوب دقت کنید ، گفته است آن که کار کرد و نه مثلاً آنکه فکر و خیال کرد!

فرصت ها در قلك زمان موجودند. آنها را نمی توان خرید و یا پس انداز کرد، اما آنها را می توان خوب خرج کرد!

برنامه مطالعاتی نوروز در ۲ طرح ارائه شده است که هر دانش آموز می تواند متناسب با وضعیت درسی و رشته تحصیلی خویش یکی از موارد یا برنامه ای که شبیه به آنها است را انتخاب نموده و با انجام تغییرات لازم دروس مورد نظر را مطالعه و سوالات تستی و تمرینی را حل نماید.

هر فرد متناسب با توانایی و میزان اطلاعات درسی خویش (آموخته ها) در اجرای برنامه درسی دارای سرعت عمل متفاوتی با دیگران خواهد بود و این مسأله طول اجرای برنامه را تعیین می کند.

مشاور دبیرستان:علی اکبر آزاد

" با توجه به وضعیت آموزشی خودتان جدول درسی را انتخاب نمائید."

