



روز

کتاب و کتابخوانی

مبارک

واحد مشاوره دوره
دوم دبستان پسرانه

مجتمع آموزشی
فرهنگی امام رضا (ع)

اهمیت و فواید مطالعه:

● شما وقتی اهل مطالعه می شوید توی زندگیتان کلی اتفاق خوب و مثبت می افتد که حال دل شما را برای زندگی کردن بهتر می کند. نتایج یک تحقیقات در آمریکا نشان داد: افرادی که ۳۰ دقیقه در روز مطالعه می کنند، ۲سال بیشتر از افرادی که عادت به مطالعه ندارند عمر خواهند کرد. چرا که استرس کمتر و آرامش بیشتری دارند و در کل سالمتر هستند.

واحد مشاوره دوره دوم دبستان پسرانه امام رضا(ع)

اگر اهل مطالعه شوید:

- مسیرهای درست در زندگی را پیدا می کنید.
- باعث تقویت حافظه می شود.
- خواب بهتری را تجربه خواهید کرد.
- علم و آگاهی‌تان افزایش پیدا می کند.
- جذاب تر و قابل اعتماد دیده می شوید.
- فن بیان شما تقویت می شود.

واحد مشاوره دوره دوم دبستان پسرانه امام رضا(ع)

فواید اهل مطالعه شدن:



واحد مشاوره دوره دوم دبستان پسرانه امام رضا(ع)

حالا چطور اهل مطالعه شویم...

- سعی کنید به منافع بی نظیر کتاب فکر کنید و خوبی هایش را برای خودتان یادآوری کنید.
- از کتابهای کوچک و با موضوعات دلخواه و مورد علاقه خود شروع کنید.
- مکان مطالعه را فضای دوست داشتنی، با طراوت، دنج و راحت درست کنید.
- نوع نوشته ای که بیشتر لذت می برید و نویسنده محبوب خود را پیدا کنید.
- عوامل حواسپرتی از جمله موبایل، تلویزیون و هرچه که باعث عدم تمرکز شما می شود را از خودتان دور کنید.

واحد مشاوره دوره دوم دبستان پسرانه امام رضا(ع)

چجوری اهل مطالعه بشیم؟

A
STEP

به منافع بی نظیر
کتاب فکر کنید

B
STEP

از کتاب های کوچک
شروع کنید

C
STEP

مکان مطالعه رو فضای
دوست داشتنی، درست کنید

D
STEP

نویسنده محبوب خود را
پیدا کنید

E
STEP

عوامل حواس پرتی را
از خودتان دور کنید

واحد مشاوره دوره دوم دبستان پسرانه امام رضا(ع)

بهترین زمان مطالعه:

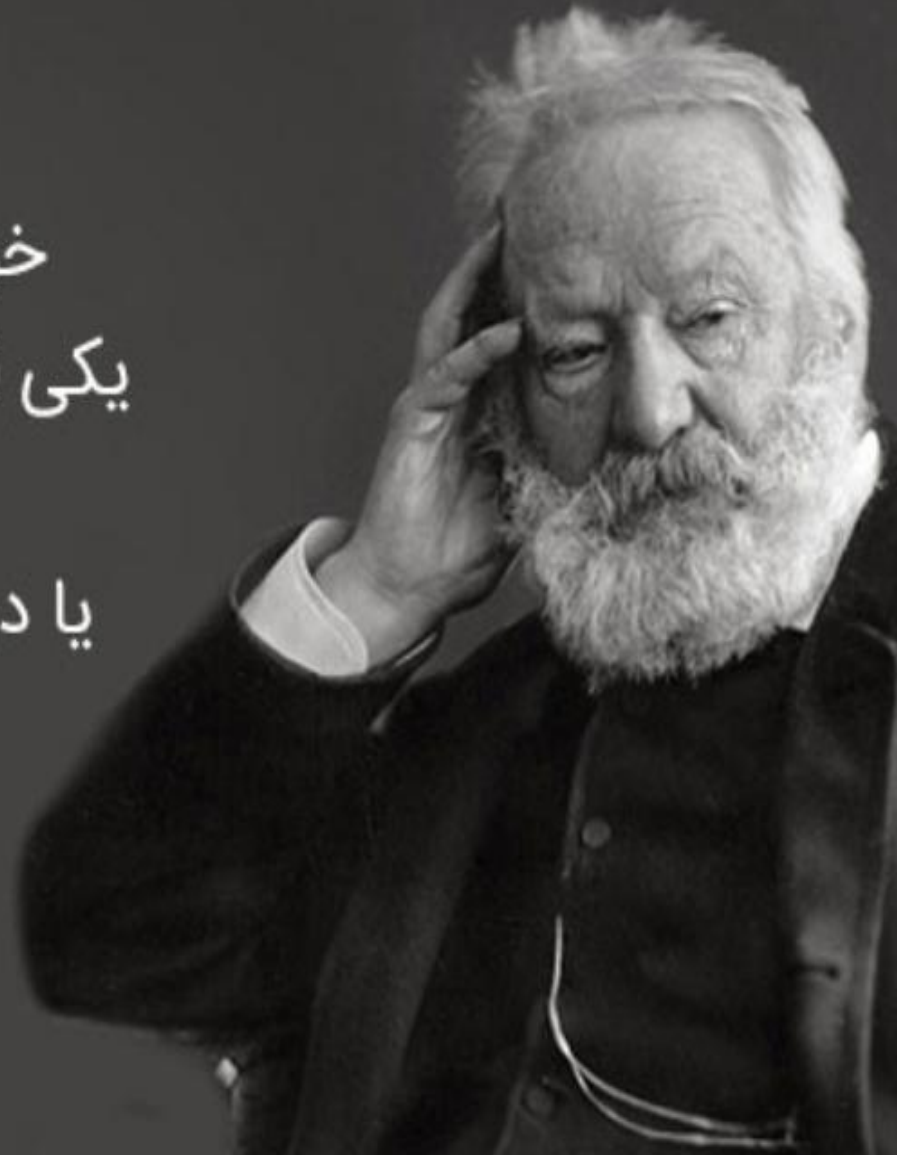


خیلی از مواقع به علت خستگی، خواب آلودگی، گرسنگی، بی حالی و یا هر علت دیگری حوصله مطالعه کردن نداریم، بسیار دقت کنید به هیچ وجه در آن زمان ها اگر امکانش وجود دارد دست از مطالعه بکشید، شک نکنید مطالعه در این شرایط هیچ سودی برایتان به همراه نخواهد داشت و فقط شما را از لذت مطالعه بی نصیب و در دراز مدت از کتاب دور خواهد کرد.

واحد مشاوره دوره دوم دبستان پسرانه امام رضا(ع)

خوشبخت کسی است که به
یکی از این دو چیز دسترسی دارد :
یا کتاب های خوب
یا دوستانی که اهل کتاب باشند

"ویکتور هوگو"



واحد مشاوره دوره دوم دبستان پسرانه امام رضا(ع)

کتاب، دوست همیشگی



واحد مشاوره دوره
دوم دبستان پسرانه
امام رضا (ع)



موفق باشید _ واحد مشاوره دوره دوم دبستان پسرانه امام رضا(ع)