

راه‌گشای مطالعه و سنجش

سیرهای مهاجری



سازمان اسناد و کتابخانه ملی جمهوری اسلامی ایران

سرشناسه : مهاجری، سیروس، ۱۳۴۴ -
 عنوان و نام پدیدآور : راهگشای مطالعه و سنجش سیروس مهاجری
 مشخصات نشر : بوشهر: دریانورد، ۱۳۹۷.
 مشخصات ظاهری : ۹۶ ص.
 شابک : ۸-۵۲-۸۰۷۰-۶۰۰-۹۷۸
 وضعیت فهرست نویسی : فیبا
 یادداشت : کتابنامه.
 موضوع : برنامه‌ریزی درسی
 موضوع : Lesson planning
 موضوع : مطالعه و فراگیری
 موضوع : Study skills
 موضوع : موفقیت تحصیلی - برنامه‌ریزی
 Academic achievement - Planning : مع
 رده بندی کنگره : ۱۳۹۷/۹۲/۱۵/۶/۲۸ LB۲۸۰۶
 رده بندی دیویی : ۳۷۵/۰۰۱
 آراء کتابشناسی ملی : ۵۳۴۱۱۳۳



راهگشای مطالعه و سنجش
 سیروس مهاجری
 «صفحه آرایی: مرتضی شمسعلی پور»
 «انتشارات: دریانورد»
 «شمارگان: ۱۰۰۰ نسخه»
 «چاپ: اول»
 «شابک: ۸-۵۲-۸۰۷۰-۶۰۰-۹۷۸»
 «نشانی: بندر گناوه، میدان امام خمینی،
 مجتمع تجاری جمالزاده- واحد ۳۰۲»
 نمایندگی شیراز: خیابان هفت تیر، تقاطع هدایت، پلاک ۹۹.
 طبقه اول
 «تلفن: ۰۹۱۲۶۸۷۲۷۰۰»
 قیمت: ۱۵۰۰۰ تومان



مقدمه

فصل اول

نگاهی به تاریخ برنامه‌ریزی درسی ایران و جهان
(به همراه مفاهیم، قواعد و تعاریف در نگاهی گذرا)

- ۱- مفهوم برنامه‌ریزی ☐ ۱۷
- ۱-۲ قواعد برنامه‌ریزی ☐ ۲۰
- ۱-۳ تعاریف برنامه‌ریزی ☐ ۲۱
- ۱-۴ نگاهی اجمالی به تاریخ برنامه درسی ☐ ۲۳
- ۱-۵ برنامه درسی در ایران ☐ ۲۴
- ۱-۶ برنامه درسی در یونان باستان ☐ ۲۵
- ۱-۷ برنامه درسی در دوران نوزی تا قرن بیستم ☐ ۲۶
- ۱-۸ رویکرد برنامه درسی در آموزش و پرورش ایران ☐ ۲۸

فصل دوم

آنچه باید برنامه ریزان بدانند

- ۲-۱ دوره‌ی متوسطه و ویژگی‌های خاص دبیران ☐ ۳۳
- ۲-۲ گروه‌بندی کتاب‌های درسی و سنجش‌ها ☐ ۳۴
- ۲-۳ نقش دبیران در برنامه‌ریزی درسی دانش‌آموزان ☐ ۳۵
- ۲-۴ تفاوت‌های فردی در مطالعه (با توجه به نیازها، علاقه‌ها، عادات) ☐ ۳۶
- ۲-۵ نقش ضریب هر یک از دروس برای موفقیت ☐ ۳۷

فصل سوم

توصیه‌های مشاور جهت مطالعه بهتر و حضور برتر در کنکور

- ۳-۱ جریمه‌های خود خواسته ☐ ۴۱
- ۳-۲ کد گذاری مفاهیم ☐ ۴۲
- ۳-۳ دسته‌بندی مطالب و تفکیک آنها در ذهن خود ☐ ۴۳
- ۳-۴ یادداشت برداری از مطالب با طرح سؤال در کنار مطالب ☐ ۴۳
- ۳-۵ خواب منظم و کامل، عامل یادگیری بهتر و کارایی حافظه ☐ ۴۴
- ۳-۶ رعایت رژیم غذایی ☐ ۴۵
- ۳-۷ ایجاد جلسه موقت (آلفا یا ترانس) ☐ ۴۶



- ۳-۸ اعتقاد به نفس در مطالعه ☐ ۵۰
- ۳-۹ رقابت و تاثیرات مثبت و منفی آن ☐ ۵۰
- ۳-۱۰ استراحت کوتاه ما بین مطالعه کتاب ☐ ۵۱
- ۳-۱۱ دسته بندی کتب و مطالعه ☐ ۵۲
- ۳-۱۲ یک ماه قبل از کنکور ☐ ۵۳
- ۳-۱۳ دو سه روز قبل از کنکور ☐ ۵۳
- ۳-۱۴ کمک های مشاوره ای ☐ ۵۴
- ۳-۱۵ تغییر تدریس برای آمادگی کنکور ☐ ۵۴
- ۳-۱۶ تعادل در برنامه ریزی از نظر کمی و کیفی ☐ ۵۶
- ۳-۱۷ ایجاد سبقت در ذهن خود روحیه ی پرسشگری در هنگام مطالعه ☐ ۵۷
- ۳-۱۸ تأثیر تکرار ریاضی و یادآوری مطالب ☐ ۵۸
- ۳-۱۹ استفاده از فضای مجازی محدود ☐ ۵۸
- ۳-۲۰ رعایت اطرافیان نسبت به فرد کنکوری ☐ ۵۹
- ۳-۲۱ تمرکز عمیق قبل از شروع مطالعه ☐ ۶۰
- ۳-۲۲ هرگز هنگام پاسخ دهی به سوالات به وادار شدن و یا پاسخ آن ها فکر نکنید ☐ ۶۱
- ۳-۲۳ مدیریت زمان در آزمون ☐ ۶۲
- ۳-۲۴ داشتن لوازم ضروری در سر جلسه امتحان (خاصاً کتور) ☐ ۶۲

فصل چهارم

- برنامه ریزی و بودجه بندی کوتاه مدت و دراز مدت کتب درسی
- ۴-۱ سخنی کوتاه در خصوص نحوه برنامه ریزی و بودجه بندی کتب درسی ☐ ۶۷
- ۴-۲ تنظیم امورات روزانه و مطالعه در ایام هفته ☐ ۶۹
- ۴-۳ برنامه ریزی درسی کوتاه مدت ☐ ۷۱
- ۴-۴ کیفیت طرح برنامه درسی دراز مدت ☐ ۸۰
- ۴-۵ اجرای برنامه ریزی درسی دراز مدت ☐ ۸۳

مصاحبه ها

منابع و مآخذ

مقدمه

اشخاصی که قدر وقت را دانسته و زمان خود را به درستی مدیریت نموده و در استخدام خود قرار داده‌اند، کمترین از کسانی بوده‌اند که به موفقیت‌های شایانی دست یافته و قله‌های موفقیت را آنجا که خواسته‌اند با برنامه‌ریزی زمانی فتح نموده‌اند.

ما در این کتاب بنابه ضرورتی که در نظم‌بخشی در امور و زمان‌بندی و به عبارتی بودجه‌بندی دروس برای دانش‌آموزان به طور عموم و خصوصاً برای کنکوری‌ها و دانشجویان دانشگاهی یک برنامه‌ریزی مدون در زمان‌بندی شده را به طور علمی ترسیم نموده‌ایم، تا در این برنامه‌ریزی بتواند وقت مطالعه خود را کاملاً با توجه به وضعیت شخصی خود برای کتب مورد هدف، مدیریت خود قرار داده و به بهترین وجه ممکن از زمانی که در اختیار دارند به‌مروزی لازم را بنمایند، و شما پس از استفاده از این برنامه‌ریزی خواهید دید که نه تنها از مطالعه لذت خواهید برد بلکه زندگی شما نیز هدفمندتر خواهد گردید و شما خواهید توانست اهداف آینده خود را دسته‌بندی و انتخاب کرده و به سوی آن‌ها گام‌های موثر و مثبت بردارید.

این شیوه جدول بندی و بودجه بندی در برنامه ریزی درسی بیست و اندی سال تجربه ای شخصی مؤلف در تدریس دروس برنامه ریزی در کلاس و مشاوه تحصیلی با دانش آموزان و دانشجویان و کنکوری های عزیز بوده و به دست توصیه های تمامی دوستان و دانش آموزان و دانشجویانی که از این شیوه ای ابداعی مؤلف استفاده نموده و مطلوب یافته اند دست به تألیف این شیوه نامه زده و با در اختیار علاقه مندان قرار گیرد و همه کسانی که در برنامه ریزی برای مطالعه با مشایب ما آشنایان هستند بتوانند از آن بهره ببرند چه بسا این شیوه نامه یکی از نیازهای درسی دانش آموزان مدارس را رفع نماید، امید می رود در سال های آتی مؤلفین کسب رسی را نیز متقاعد به شیوه نامه ای این چنین جهت زمان بندی مدون همکاران این شیوه نامه نموده تا دانش آموزان بتوانند هر چه بهتر زمان خود را مدیریت نمایند ضمن شناخت موقعیت یادگیری خود، به اهداف آتی نیز بهتر و آسان تر دست یابند.

به نظر می رسد این شیوه نامه ابداعی اولین رسم اولین شیوه نامه ای است که به کمک دانش آموزان به طور فردی می توانند با خود بتوانند برای خود برنامه ریزی کرده و زمان را با توجه به موقعیت تحصیلی خود مدیریت نمایند. هر چند متولیان تعلیم و تربیت جهان خصوصاً در عرب در یکی دو قرن اخیر باب تخصصی برنامه ریزی درسی یا آموزشی را در کنار تعلیم و تربیت باز نموده اند اما هرگز به طور عملی به زمان بندی مؤثر برای دانش آموزان به طور فردی گام برداشته اند و به برنامه ریزی به صورت عموم و کلان بسنده شده است.

چه در جوامع سنتی و چه در جوامع صنعتی و مدرن در همه ی اعصار هر گاه به علوم از سوی حاکمیت فکری و اجتماعی اهمیت داده شده است آن علوم به قله هایی از موفقیت در آن جامعه دست یافته است؛ روزی بشر برای

تحصیل علوم می بایست شهر به شهر سفر می کرد تا معلومات خود را از نقاط مختلف جهان از این طریق حاصل و کامل نماید. همانگونه که در تاریخ آمده است تمامی دانشمندان کهن سرزمین ما از ابوریحان گرفته تا خواجه نصیر و از ملاصرا گرفته تا ابن سینا و سعدی و غیره همگی با سفر کردن به اقصی نقاط عالم اطلاعات علمی خود را کامل می نمودند و اصلاً دستور آخرین فرستاده خدا را جهت راهکار کسب علم این بود که اطلب العلم ولو بالصین کما اینکه امروزه با اذراع این دست و وسایل ارتباطات جمعی مدون نیازی به مسافرت فیزیکی تقریباً دیده نمی شود و فضای مجازی جهان را به یک دهکده قابل دسترسی تبدیل نموده است و بالبان علم بهتر می توانند علوم نوین و کهن جهان از این طریق دسترسی داشته باشند. اما زمانبندی اوقات شخصی و برنامه ریزی مدون برای طالب علم، میچنانچه در این مقال کم رنگ تصور گردد و پیشرفت سریع علم در قرون اخیر در این زمین برنامه ریزی و اهمیت دادن به وقت بوده است.

هر چند برنامه ریزی درسی به عنوان یک رشته تحصیلی در حوزه تخصصی بابتی نوین در آموزش و پرورش آکادمیک محسوب می شود راه مسلمانا پویندگان دانش و دانش پژوهان در تمامی دورانهها بدان توجه ویژه داشتند و والدین و مربیان کماکان به اهمیت برنامه ریزی در مطالعه بطور جدی ابررسی واقف بوده اند اما امروزه با پیشرفت علوم و تخصصی شدن بسیاری از شاخه های جدیدی از درخت آگاهی بشر رشد و نمو نموده است و برنامه ریزی درسی نیز به عنوان یکی از شاخه های درخت آموزش مورد توجه متولیان آموزش و پرورش قرار گرفته است در این راستا گاندم^۱ (۱۹۷۰ م) چنین تعبیر می کند

که «تاریخ تعلیم و تربیت دارای دو قلمرو اصلی تاریخ عقاید تربیتی و تاریخ نظامها و تشکیلات تربیتی است. تاریخ برنامه درسی قلمرو سوم را هم به سابقه تعلیم و تربیت می افزاید که عبارتست از بررسی برنامه های درسی در ابعاد مختلف و در بستر زمان.

هر چند کتب برنامه ریزی درسی ایران که غالباً نیز یا ترجمه هستند یا از نظرات غربی در این زمینه بهره های فراوانی گرفته و از تجربیات بسیار خوب آنها بسیار استفاده کرده است لیکن ما در این کتاب سعی نموده ایم کمتر به واگویی نظرات و نظریه سازی های مختلف در این زمینه اشاره نمائیم، چرا که بحث ما در این خصوص ریشه بندی فردی برای دانش آموز است و با مباحث کلان برنامه ریزی آموزش و پرورش کاری نداشته و فقط هدف ما کمک به مدیریت زمان توسط شخص دانش آموز برای خود اوست و همچنین به نکاتی که یک دانش آموز باید بداند تا بتواند هر چه بهتر خود را برای امتحان و خصوصاً کنکور دانشگاه آماده نماید اشاره کرده ایم.

ما در تعاریف مختلف برنامه ریزی که دانشمندان معتبر تعلیم و تربیت جهان ارائه نموده اند کماکان و به اتفاق نظر از زمان سوال یک از اصلی ترین گزینه های لازم برای برنامه ریزی می بینیم اما هیچگاه لاقول در آموزش و پرورش عملاً نمی بینیم که روش یا شیوه نامه ای را ارائه دهند و فایده را در تقسیم بندی زمان و مدیریت آن با توجه به وضعیت فردی دانش آموزیاری رساند و ما در روش برنامه ریزی خود در این کتاب توانسته ایم به کمک فرد مطالعه کننده خصوصاً دانش آموز و دانشجو یا فرد کنکوری شتافته تا او بتواند به آسانترین شیوه زمان خود را با توجه به وضعیت شخصی خود مدیریت نماید و خود را عملاً در چهارچوب زمان قرار داده و در نهایت مدیریت زمان، اهداف عالی و دور دست او را دست یافتنی و کوتاه نماید.