



# شاگرد اول بشو

(بیست بگیر)

تألیف: یوسف رسولی — مسعود رحمانی اول

|                     |   |                                                                  |
|---------------------|---|------------------------------------------------------------------|
| سرشناسه             | : | رسولی، یوسف، ۱۳۴۴ -                                              |
| عنوان و نام پدیدآور | : | شاگرد اول بشو (بیست بگیر) / تالیف: یوسف رسولی، مسعود رحمانی اول، |
| مشخصات نشر          | : | تبریز: انتشارات آلتین، ۱۳۹۷.                                     |
| مشخصات ظاهری        | : | ۹۶ ص.: مصور، جدول، نمودار.                                       |
| شابک                | : | ۱۵۰۰۰ تومان ۹۷۸-۶۰۰-۸۰۴۲-۷۹-۲                                    |
| وضعیت فهرست نویسی   | : | فیبا                                                             |
| موضوع               | : | موفقیت تحصیلی                                                    |
| موضوع               | : | Academic achievement                                             |
| موضوع               | : | مطالعه و فراگیری-- برنامه ریزی                                   |
| موضوع               | : | Study skills-- Planning                                          |
| شناسه افریده        | : | رحمانی اول، مسعود، ۱۳۴۷ -                                        |
| رده بندی دیویی      | : | ۱۳۹۶ ش ۲/۳ LB1۰۲۹                                                |
| ردیف دیویی          | : | ۲۷۱/۲۰۲۸۱                                                        |
| شماره کتابشناسی ملی | : | ۲۶۰۳۸۰                                                           |



### شاگرد اول بشو (بیست بگیر)

تألیف: یوسف رسولی - مسعود رحمانی اول

ناشر: انتشارات آلتین

قطع: قلمی

تیراژ: ۱۰۰۰ / سال ۱۳۹۷

چاپ: اول/صفحه: ۹۶

ویراستار علمی: مؤلفان

قیمت: ۱۵۰۰۰ تومان

چاپ، صحافی: امین لیتو گرافی: افرانگ

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۸۰۴۲-۷۹-۲

Web: [www.Altin-E.ir](http://www.Altin-E.ir)

Email: [yosefr10@yahoo.com](mailto:yosefr10@yahoo.com)

پخش مستقیم: تبریز خیابان امام بازار بزرگ تربیت طبقه پایین پلاک ۳۱ انتشارات آلتین

تلفن: ۰۹۱۴۴۱۲۷۴۹۹، ۰۹۳۸۱۴۳۱۱۸۵، ۰۴۱۳۵۵۳۱۹۶۷

بر موبایل: ۰۹۱۴۴۱۲۷۴۹۹، ۰۹۳۸۱۴۳۱۱۸۵، ۰۴۱۳۵۵۳۱۹۶۷

فهرست

| صفحه | عنوان                          |
|------|--------------------------------|
| ۵    | گام اول ≤ مقدمه                |
| ۸    | انگیزه                         |
| ۱۱   | داشتن علاقه                    |
| ۱۴   | محیط یادگیری انگیزه            |
| ۱۷   | انگیزه کاذب                    |
| ۱۹   | روشن‌های تقویت انگیزه          |
| ۳۱   | انگیزه نسبت به نتیجه           |
| ۳۶   | کلمات منفی را بسوزان           |
| ۳۸   | تولید علاقه                    |
| ۴۱   | جایزه و پاداش                  |
| ۴۵   | ایجاد انگیزه در کودکان         |
| ۴۷   | معلم چگونه ایجاد انگیزه می‌کند |
| ۵۰   | ایجاد انگیزه بو سیله مدیران    |
| ۵۳   | نقش آموزشگاه در ایجاد انگیزه   |
| ۶۱   | پاداش و جریمه                  |
| ۶۳   | گام دوم ≤ تمرکز                |
| ۶۶   | افزایش تمرکز                   |
| ۶۸   | درمان اضطراب                   |
| ۷۳   | راههای موثر برای تمرکز         |
| ۷۶   | عوامل قاتل مغز                 |
| ۷۷   | برای تقویت مغز چه باید کرد     |
| ۸۱   | تمرکز عالی                     |
| ۸۴   | نقطه سیاه                      |
| ۸۷   | روشن انجام ریلکسیشن            |

## چرا حسن محمدی بیست می گیره من نمی گیرم؟

خیلی از دانش آموزان با این سوال همیشه دغدغه داشته اند و دارند.

من که بیشتر از حسن محمدی مطالعه می کنم و او به مهمانی، گردش و خانه خاکی می رود ولی من خودم را جلوی کتاب های درسی حبس کرده ام چرا او کمتر درس می خواند ولی بیشتر از من نمره می گیرد؟

برای تحصیل موفق و پراز نمره بیست شما به سه عنصر اصلی و ساده احتیاج دارید.

۱- علاقه ( تولید علاقه خیلی آسان است.)

۲- تمرکز ( روش های کاربردی برای تولید تمرکز)

۳- مطالعه ( لطفاً روش های غلط و نامفید مطالعه را دور  
بریزید.) مطالعه که منبع تحقیقات دانشمندان در حوزه  
آموزش و پرورش است خیلی مهم است.

بسیاری از دانش آموزان و والدین آن ها مشکل این را دارند که  
این روش ها و شگردهای جدید علمی و تجربی را نمی دانند و  
وقتی که دانش آموز علاقه اش به درس کم تر می شود عوض  
این که رفتار و کردار دانش آموز را مطالعه کنند سریعاً معلم  
خصوصی (خیل گران) می گیرند و خودشان را در این  
مشکلات غرق می کنند.

اکنون راز شاگرد اول آشکار شد. این راز که به وسیله والدین و  
مدارس گران قیمت غیرانتفاعی به ما داده شده.

در این کتاب با جدیدترین و کاربردی ترین روش های نوین که  
از تجربه به دست آمده دانش آموز شمارا از یک دانش آموز معمولی به  
شاگرد اول تبدیل می کند.