

مرکز مشاوره دکتر همت یار



طرح درس جلسات گروهی متوسطه دوم



dr.hematyar



drhematyar

مرکز مشاوره دکتر همتیار

جلسه اول

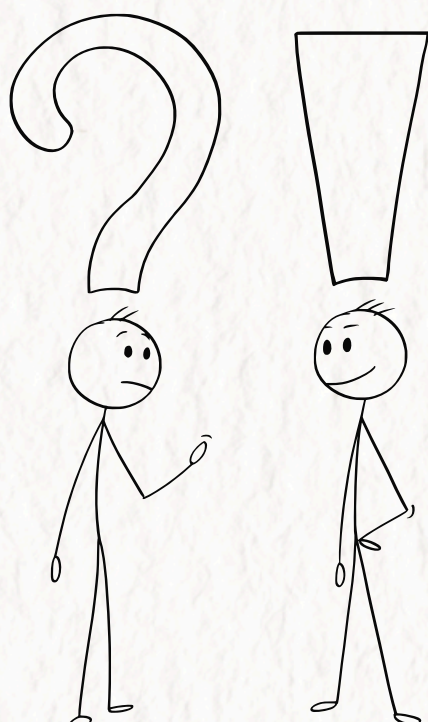
همایش مسیر طلایی :

تغییرات کنکور و بررسی کنکور ۱۴۰۵

آیتم انگلیزی / همان رتبه بهتر / برنامه ساعتی

و حجمی / مراحل مطالعه / چسبندگی زمان

معرفی دوره های مشاوره



جلسه دوم

مدرسه یا آموزشگاه؟ منابع مطالعه مناسب

روش مطالعه و درس / آزمون آزمایشی /

نحوه برنامه ریزی حجمی و ساعتی

مراحل مطالعه / چسبندگی زمان /

SMS گزارش کار / دفتر برنامه ریزی /

همیشگی ها / همان رتبه بهتر / اصول جو /

تغییر طرز تفکر

جلسه سوم

برنامه میان مدت / شهرپور طلایی ترین ماده

کنکور / همان رتبه بهتر / آیتم انگلیزی /

مقدمات مطالعه / روش های خلاصه نویسی

حاشیه نویسی و برجسته سازی / تست مارکدار

رقابت با خویشتن / مرور قبل آزمون /

تحلیل آزمون / روش مطالعه دورس خواندنی

و تحلیلی / روش تست زنی



dr.hematyar



drhematyar

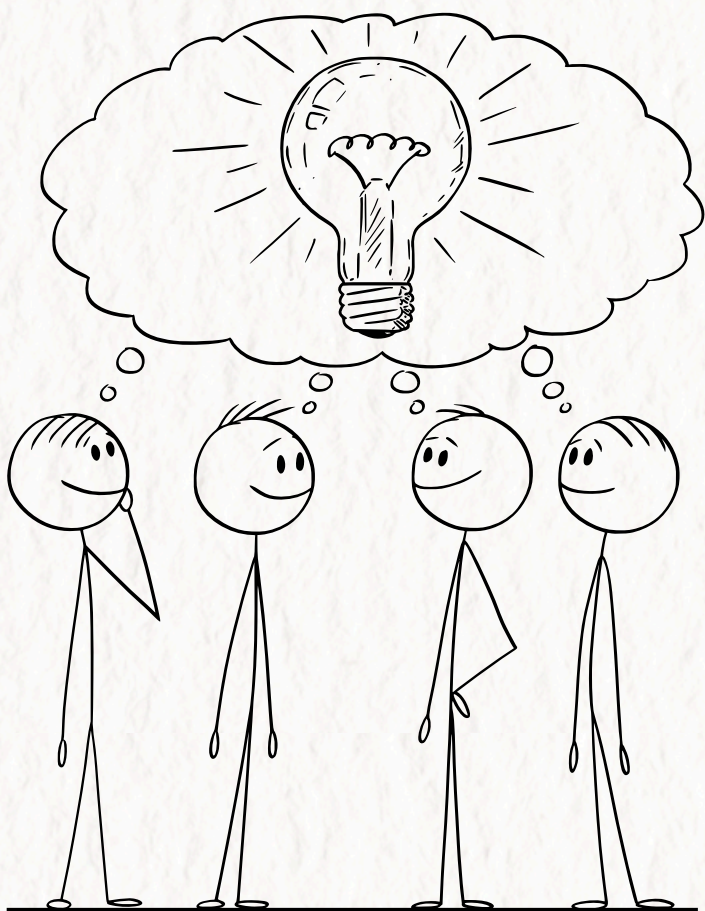
مرکز مشاوره دکتر همتیار

جلسه چهارم

حساسیت روی منابع / نرسیدن به بودجه
بندی آزمون / مغایرت تدریس دبیر با آزمونهای
آزمایشی / آیم انگلیزشی / آزمون ستاره شو /
همان رتبه برتر / دروس محوری /
استانداردهای مطالعه و تست زنی /
کندی و دلایل پایین بودن سرعت

جلسه پنجم

آیم انگلیزشی: ویژگی آدهای موفق: ۲۰٪ فرانسه /
جمع بندی و مرور مطالب مهم جلسات قبل:
اصول جو / مقدمات مطالعه / اهمیت پرکردن
دفتر برنامه ریزی / روشهای مطالعه و تست زنی
خلاصه نویسی / حاشیه نویسی و برجسته سازی
مرور قبل آزمون آزمایشی / دروس محوری
کندی و دلایل پایین بودن سرعت



جلسه ششم

آیم انگلیزشی: ویژگی آدهای موفق: قانون جذب / تغییر
محیط مطالعه / اهمیت یا کیفیت؟ تمیز تست زدن؟ /
جبران کلاسهای عقب افتاده / استانداردهای مطالعه و
تست زنی / تکنیک برآورد و زور زدن / وسواس و کندی /
زوج درس در آزمون آزمایشی / زمان مطالعه زمین
شناسی / نرسیدن به برنامه حجمی / رسیدن به ساعت
مطالعه در روزهای کلاس / مغایرت تدریس دبیر و آزمون
آزمایشی / کمالگرایی / زمان حل سوالات تشریحی /
دروس محوری / جزوه خوانی زیاد و تست کم؟ /
خواب ظهر



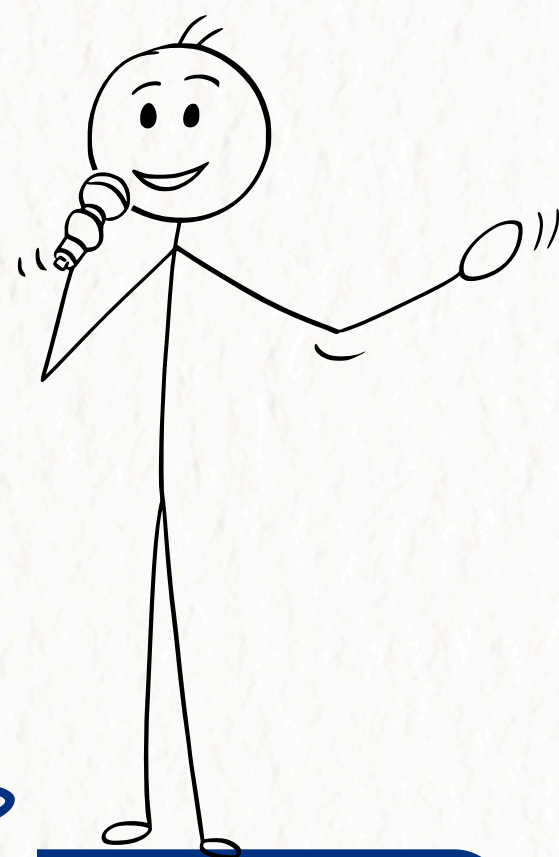
مرکز مشاوره دکتر همتیار

جلسه هفتم

بی دقتی و راهکارهای رفع بی دقتی / برنامه
روزهای جمعه بعد آزمون / مرور قبل آزمون /
روز دقت / آموزش عملی روش مطالعه دروس
خواندنی

جلسه هشتم

آیتم انگلیزشی: ویژگی آدهای موفق: سألهای
بحرانی / آزمون ستاره شو / همان رتبه برتر /
پرسش و پاسخ / جدول ارزیابی



جلسه نهم

تحلیل آزمون و جدول ارزیابی / پرسش و
پاسخ / آیتم انگلیزشی / آموزش عملی روش
مطالعه دروس تحلیلی و تست زنی



dr.hematyar

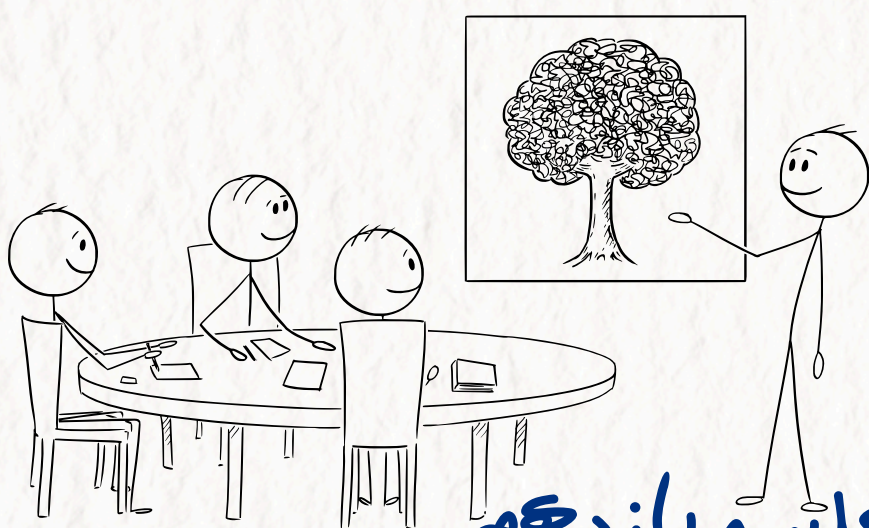


drhematyar

مرکز مشاوره دکتر همتیار

جلسه دهم

روش مطالعه در ایام امتحانات ترم اول /
آزمون دی ماه / مرور جدول ارزیابی /
تکنیک های افزایش تمرکز /
آیتم انگلیزشی: ویژگی های موفق: اشتیاق



جلسه یازدهم

صحبت با والدین (دوری از نتیجه گرایی، نظارت
به جای کنترل)، ایجاد فضای آرام و مناسب
مطالعه، عدم مقایسه و احمال نظر شخصی / اردوی
عید / کلاس های عقب افتاده را چه کنیم؟ /
الویت تدریس دبیر / آیتم انگلیزشی / تعداد تست
استاندارد در هفته / دلایل پایین بودن تعداد
تست در هفته /

جلسه دوازدهم

بررسی حزییات کنکور، مهارت مدیریت
آزمون، مقدمات آزمون دادن / اصول دقت
/ مدیریت زمان / تکنیک زمان نقصانی /
تکنیک X و O / نکات تکمیلی آزمون دادن /
آیتم انگلیزشی: ویژگی های موفق: تئوری
سقوط / پرسش و پاسخ



dr.hematyar



drhematyar

مرکز مشاوره دکتر همتیار

جلسه سیزدهم

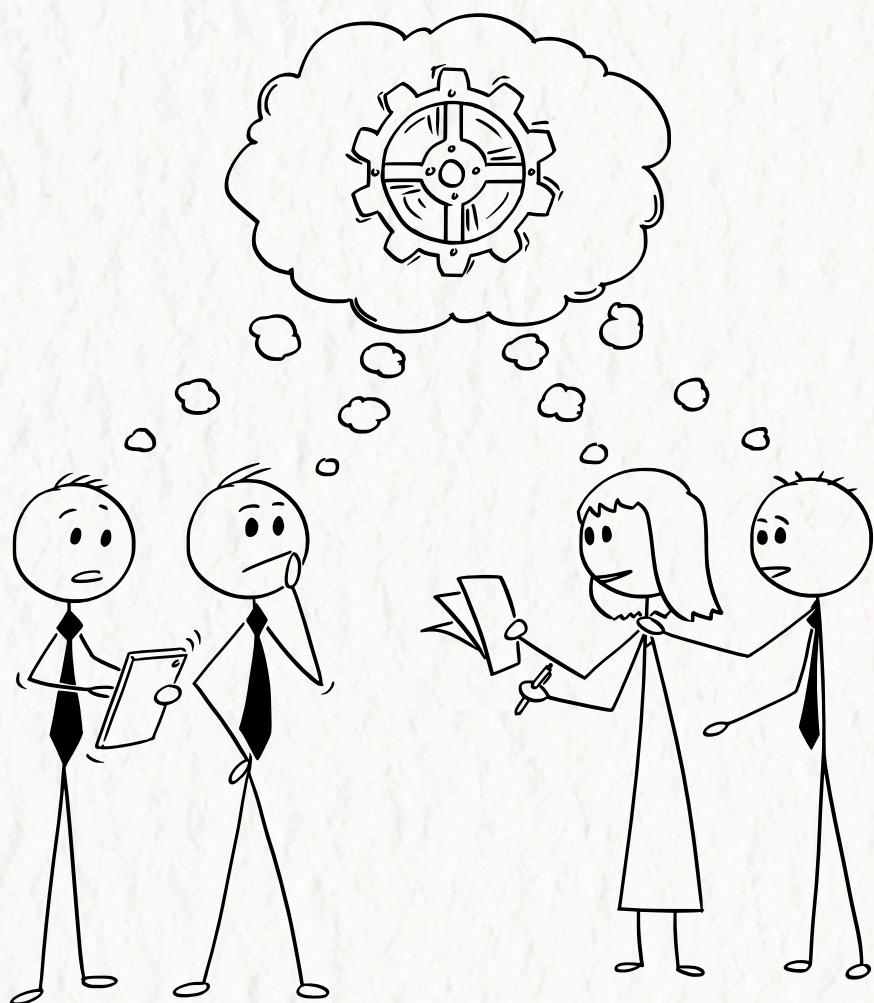
همایش بزرگی ستاره شو: مصاحبه با رتبه های برتر
کنکور ۴۰۴
پرسش و پاسخ

جلسه چهاردهم

پارادایم مطالعه دروس کنکوری / پارادایم مطالعه
امتحانات نهایی / بررسی درس به درس تمامی
دروس کنکور / فصل های مهم / فصل های قابل
حذف / منابع دوران جمع بندی / پروژه ۲۰ تا ۲۰ /
مطالعه در ماه رمضان

جلسه پانزدهم

برنامه ریزی و جمع بندی برای آمادگی در کنکور
اردیبهشت / مشکلات اصلی دانش آموزان در
مطالعه / بررسی اهمیت مباحث پایانی با تفاوت
نتایج کنکور در سال های گذشته / اهمیت آرامش
در مباحث پایانی / ویژگی مهم رتبه های برتر کنکور /
پرسش و پاسخ / همان رتبه برتر



dr.hematyar



drhematyar

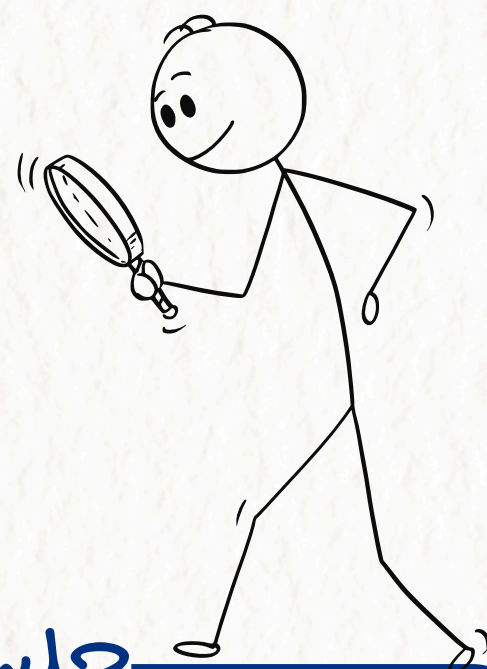
مرکز مشاوره دکتر همتیار

جلسه شانزدهم

پارادایم مطالعه کنگوری و امتحانات نهایی، دفتر
برنامه ریزی با فرمت جدید / از حال بد به حال
خوب / مواجهه متفاوت با مشکلات / ابزار
های حال خوب کن / درست فکر کردن /
کنترل افکار منفی / مواجهه منطقی مهم ترین
تکنیک روانشناسی

جلسه هفدهم

برنامه ایام امتحانات ترم دوم و برنامه
فارغ التحصیلان در بازه امتحانات / توصیه های
به ظاهر ساده اما کاربردی در ماه های پایانی /
برنامه دوران جمع بندی / اتمام باقی مانده ها
آزمون های ۳ روز ابار و رفع اشکال و مرور در بازه
های پایانی / معرفی منابع دوران جمع بندی /
ویژگی آدم های موفق: عینک ۸۰ در ۲۰



جلسه هجدهم

استرس و راهکارهای مدیریت آن با حضور
کارشناس روان شناسی / اهمیت تغذیه مناسب
در ماه های پایانی با حضور کارشناس تغذیه /
پرسش و پاسخ / آیم آنلینزشی



dr.hematyar



drhematyar

مرکز مشاوره دکتر همتیار

جلسه نوزدهم

آیتم انگیزشی / ویژگی آدم های موفق: نیروی
ماورا / توصیه های پایانی / مرور برنامه دوران
جمع بندی و آزمون های جامع / اهمیت
آرامش در هفته های پایانی / مرور مهارت های
مدیریت آزمون تلورانس در زمان نقصانی /
تکنیک X و O / برنامه هفته آخر کنکور

جلسه بیستم

الرنلنور سخت اومد، الر جامون بد بود، الر
مراقب عی راه رفت و حسابمون رو خورد کرد، الر
سوال ها سخت اومد و وقت کم آوردیم، الر
دفترچه اول رو لنزدیم باچه روحیه ای سر
دفترچه دوم بریم، الر درس شاخصمون رو خراب
کردیم، الر شب خوابمون نبود، الر سر جلسه
استرس داشتیم، چجوری بی دقتی های روز کنکور
رو کم کنیم، چجوری مهارت های آزمون رو سر
جلسه بیاد کنیم، چجوری افکار مزاحم سر جلسه رو از
بین ببریم، توصیه های روز آخر، بین آزاد و
سراسری چه کار کنیم، توصیه های مربوط به
خانواده، چرا هیچوقت آزمون هام رو دلخواه
نمی دم، چه کار کنم، کنکور رو در نهایت آرامش بدم
واز صد در صد سودم استفاده کنم و بهترین آزمون
امسال رو بدم؟



dr.hematyar



drhematyar