

مرکز مشاوره دکتر همت یار



طرح درس جلسات گروهی متوسطه اول



dr.hematyar



drhematyar

مرکز مشاوره دکتر همتیار

جلسه اول

۲۹ مهر

اهمیت قبولی در مدارس خاص
بررسی بخشنامه آزمون تیزهوشان و
نمونه دولتی / معرفی دوره های مشاوره

جلسه دوم

۶ آبان

معرفی منابع / برنامه حجمی و ساعتی
مراحل مطالعه / چسبندگی زمان
sms گزارش کار / دفتر برنامه ریزی
اصول جو



جلسه سوم

۱۳ آبان

مقدمات مطالعه / روش های مطالعه
و تست زنی / شرکت در آزمون
آزمایشی / خلاصه نویسی، حاشیه
نویسی و برجسته سازی / تست مارکدار
مرور قبل آزمون آزمایشی



dr.hematyar



drhematyar

مرکز مشاوره دکتر همتیار



جلسه چهارم ۲۰ آبان

دلایل پایین بودن سرعت مطالعه
بررسی اهمیت دروس مختلف در
آزمون تیزهوشان و نمونه دولتی
بررسی و مطالعه درس علوم / بررسی و
مطالعه هوش طبیعی

جلسه پنجم ۴ آذر

صحبت با اولیا / استرس و روان
شناسی در ایام امتحانات / بررسی و
مطالعه درس ریاضی / بررسی و مطالعه
هوش ریاضی

جلسه ششم ۱۸ آذر

برنامه ریزی ایام امتحانات ترم اول
بررسی و مطالعه درس ادبیات / بررسی
و مطالعه هوش زبانی / عزت نفس و
اعتماد به نفس



مرکز مشاوره دکتر همتیار



جلسه هفتم

۲۳ دی

شروع نیم سال دوم / اصول دقت
بررسی و مطالعه درس پیام های
آسمانی و قرآن و مطالعات اجتماعی
بررسی و مطالعه عوش شهودی

جلسه هشتم

۲۱ بهمن

اردوی مطالعاتی نوروزی / بررسی و
مطالعه درس عربی / بررسی و مطالعه
عوش دقت و سرعت و تمرکز / مهارت
های مدیریت آزمون

جلسه نهم

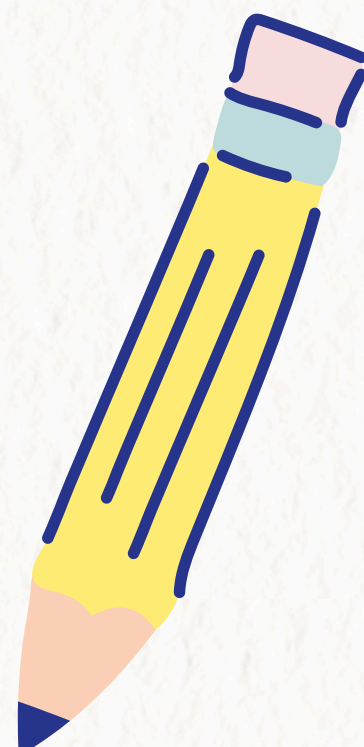
۱۹ اسفند

برنامه ریزی دوران نوروز و مرور
تنظیم خواب

جلسه دهم

۱۸ فروردین

همایش شروعی دوباره / اهمیت زمان
باقی مانده / برنامه ریزی و روش های
مطالعه در دوران طلایی سمپاد / پرسش و
پاسخ



dr.hematyar



drhematyar

مرکز مشاوره دکتر همتیار

جلسه یازدهم

۱۵ اردیبهشت

برنامه ریزی ایام امتحانات ترم دوم
برنامه دوران جمع بندی و آزمون
حای جمع بندی / برنامه هفته آخر

جلسه دوازدهم

روز قبل آزمون تیزهوشان و نمونه دولتی

آه آزمون سخت اومد، آه جامون بد بود، آه مراقب حای راه رفت و اعصابمون رو خورد کرد، آه سوال ها سخت اومد و وقت کم آوردیم، آه دفترچه اول رو نند زدیم با چه روحیه ای سر دفترچه دوم ببریم، آه شب خوابمون نبرد، آه سر جلسه استرس داشتیم، چه جوری بی دقتی حای روزنگور رو کم کنیم، چه جوری مهارت حای آزمون رو سر جلسه پیاده کنیم، چه جوری افکار مزاحم سر جلسه رو از بین ببریم، چی کار کنم آزمون رو در نهایت آرامش بدم و از 100% سودم استفاده کنم و بهترین آزمون امسالم رو بدم؟



dr.hematyar



drhematyar