



## فهرست

۹	روشن استفاده از دفتر برنامه ریزی
۱۷	اینفوگرافی و بارمبندی دروس
۶۳	ماه اول - هفته های ۱-۴
۹۳	ماه دوم - هفته های ۵-۸
۱۲۱	ماه سوم - هفته های ۹-۱۲
۱۴۷	ماه چهارم - هفته های ۱۳-۱۶
۱۷۷	ماه پنجم - هفته های ۱۷-۲۰
۲۰۵	ماه ششم - هفته های ۲۱-۲۴
۲۳۹	ماه هفتم - هفته های ۲۵-۲۸
۲۶۷	ماه هشتم - هفته های ۲۹-۳۲
۲۹۹	ماه نهم - هفته های ۳۳-۳۶
۳۳۳	ماه دهم - هفته های ۳۷-۴۰
۳۶۱	ماه یازدهم - هفته های ۴۱-۴۴
۳۹۳	ماه دوازدهم - هفته های ۴۵ و ۴۶

## مقدمه

به لطف خدا پس از تلاش‌های بسیار برای نوشتن یک دفتر برنامه‌ریزی اصولی و کارآمد توانستیم دفتری خلاقانه و متفاوت تألیف کنیم که حاصل تجربهٔ سال‌ها تدریس، مشاوره و بر اساس اصول صحیح برنامه‌ریزی و مطالعه می‌باشد.

اولین و مهم‌ترین برتری این دفتر، روش برنامه‌ریزی منحصر به فرد آن می‌باشد. نقطهٔ مشترک سایر دفاتر برنامه‌ریزی وجود جداول ثبت فعالیت‌های روزانه است، به بیان دیگر این جداول کاملاً گذشته‌نگر هستند، درست است که ماهیت یک دفتر برنامه‌ریزی ثبت فعالیت‌های گذشته است تا به شما کمک کند در آینده نقاط ضعف خود را برطرف و نقاط قوت‌تان را تقویت کنید، اما فراموش نکنید مهم‌تر از ثبت فعالیت‌ها و ساعت مطالعهٔ روزانه در جداول برنامه‌ریزی، یادگیری یک روش صحیح و اصولی برنامه‌ریزی نیاز اساسی شماست تا برای زمان‌بندی خود مطابق با نیازهای شخصی‌تان برنامه‌ریزی کنید. در این دفتر برخلاف سایر دفاتر برنامه‌ریزی گام به گام روش صحیح برنامه‌ریزی برای آینده در اختیارتان قرار می‌گیرد و قبل از جداول ثبت فعالیت‌های روزانه، در شروع و میانهٔ هر ماه جدولی با عنوان برنامه‌ریزی ساعتی و حجمی به شما ارائه می‌شود که نگاهی آینده‌نگر دارد و شما می‌توانید بر اساس روش پیشنهادی در این دفتر، آنها را پر کرده و برنامهٔ کلی دو هفتهٔ آینده خود را مشخص کنید، سپس در ابتدای هر هفته یک جدول پیش‌بینی که به صورت کاملاً جزئی و مشخص باید پر شود، گنجانده شده و پس از آن جدول ثبت فعالیت‌های روزانه به شما کمک خواهد کرد تا با مقایسهٔ آنچه در عمل انجام داده‌اید و آنچه که پیش‌بینی کرده بودید، نقاط ضعف و قوت خود را بیابید و در هفته‌های آتی با ایجاد تغییرات لازم در برنامه‌هایتان، هفته به هفته، آنها را به واقعیت نزدیک‌تر کنید تا جایی که بتوانید به آنچه که برای خود برنامه‌ریزی کرده‌اید، جامهٔ عمل بپوشانید.

دومین ویژگی این دفتر که آن را جذاب کرده، مطالب مفید و کاربردی است که در آن با عنوان "ایستگاه آموزش" مطرح شده است که ترتیب این مطالب با توجه به نیازهای شما در زمان‌های مختلف سال و به صورت پیوسته می‌باشد.



سومین نکته متمایز کننده دفتر برنامه‌ریزی پیش روی شما، این است که هدف ما در این دفتر فقط برنامه‌ریزی درسی نیست؛ چرا که تلاش کرده‌ایم تا در کنار آموزش روش صحیح برنامه‌ریزی و مطالعه، به جنبه‌های دیگر رشد و تعالی نیز بپردازیم. برای این منظور در کنار مطالب آموزشی، بهترین مطالب انگیزشی و روانشناسی در اختیار شما عزیزان قرار گرفته است. و اما در اینجا لازم است به متمایزترین و برجسته‌ترین ویژگی این دفتر برنامه‌ریزی اشاره کنم؛ همواره برایم سؤال بود که چرا در دفاتر برنامه‌ریزی موجود به گروه سنی، پایه و مقطع تحصیلی دانش‌آموز توجهی نمی‌شود و از خود می‌پرسیدم آیا نسخه‌ای عمومی و یکسان برای مقاطع تحصیلی مختلف در حوزه مشاوره و برنامه‌ریزی کاربردی است؟! بدیهی است که پایه‌های مختلف تحصیلی و همچنین رشته‌های متفاوت هر کدام نیازهای آموزشی خود را دارند، دغدغه‌های دانش‌آموزان و خانواده‌های محترم‌شان در تمامی گروه‌های سنی، نیز یکسان نیست، پس مصمم شدیم تا به‌همراه مشاوران همکارمان در گاج برای هر پایه تحصیلی به طور خاص دفتر برنامه‌ریزی تألیف کنیم.

## دفتر برنامه‌ریزی پیش‌روی شما برای پایه دهم رشته تجربی طراحی شده و پوشش‌دهنده نیازهای شما و ویژه این رشته می‌باشد.

لازم به یادآوری است در این کتاب ساعت‌ها فیلم با موضوعات آموزشی، مشاوره‌ای، انگیزشی و ... برای شما گنجانده شده است، برای مشاهده آن QR کدهای<sup>۱</sup> درج شده در بخش‌های مختلف کتاب را اسکن کنید یا به سایت [DRIQ.com](http://DRIQ.com) بخش دفتر برنامه‌ریزی مراجعه کنید.

- دانش‌آموزان دوست داشتنی و همراهان همیشگی
- خوبان نادیده نازنینم
- من و همه همکارانم در گاج روایت‌گر قصه‌هایی هستیم که جنسش توکل، امید و عشق است
- ما سال‌هاست دانش‌آموزانی را روایت می‌کنیم که تلاش را معنا بخشیده و خالق پیروزی‌اند
- ما انگیزه را رکن حرکت می‌دانیم و آموزش‌پذیر بودن را افتخار
- و به خود می‌بالیم که در مسیر ویژه موفقیت یکایک شما، تا پایان در کنارتان بوده، هستیم و تا همیشه، خواهیم بود.

دفتر برنامه‌ریزی پیش‌رویتان را با افتخار تقدیم‌تان می‌کنم و امید روزی را دارم که همه دانش‌آموزان ایران عزیزم بتوانند از بهترین خدمات کمک آموزشی، عادلانه بهره ببرند.

## ارادتمند شما - ابوالفضل جوکار

۱- برای دستیابی به این فیلم‌ها کافی است برنامه barcode scanner و یا QR Reader را در گوشی خود نصب نمایید. با باز کردن این برنامه دوربین گوشی شما فعال شده و لازم است آن را مقابل QR کدها قرار دهید و فیلم‌ها را مشاهده کنید.

## روش استفاده از دفتر برنامه‌ریزی



دفتر برنامه‌ریزی که مقابل شماست در عین سادگی شامل بخش‌های مختلفی است که هر بخش هدف خاصی را دنبال می‌کند. توجه داشته باشید که مبنای شروع برنامه‌ریزی، در تیرماه قرار گرفته است و برنامه‌ریزی مطالعه دروس، مطابق با آزمون‌های گاج و به گونه‌ای طراحی شده است که از هر زمانی می‌توانید از آن استفاده کنید. فقط کافی است بدانید در هفته چندم از دفتر برنامه‌ریزی قرار دارید که برای این منظور راهنمای زیر به صورت تقریبی (به دلیل این‌که شروع هر ماه می‌تواند از هر کدام از روزهای هفته باشد) به شما کمک خواهد کرد:

ماه	تیر	مرداد	شهریور	مهر	آبان	آذر	دی	بهمن	اسفند	فروردین	اردیبهشت
هفته	۱-۴	۵-۹	۱۰-۱۳	۱۴-۱۷	۱۸-۲۲	۲۳-۲۶	۲۷-۳۰	۳۱-۳۵	۳۶-۳۹	۴۰-۴۳	۴۴-۴۶

ساختار این دفتر به صورت زیر است:

### اینفوگرافی و بارمبندی دروس

در ابتدای کتاب برای تقویت مهارت مطالعه و تسلط بر موضوعات کتاب درسی اینفوگرافی و بارمبندی هر کتاب به صورت جداگانه آورده شده است. آگاهی از حجم مطالب و سرفصل‌های کتاب درسی به دانش‌آموز کمک می‌کند با توجه به توانایی و زمان‌بندی مناسب برنامه‌ای منسجم‌تر و دقیق‌تر برای سال تحصیلی خود تنظیم کند.

### انرژی مثبت

در ابتدای هر ماه بخشی با عنوان انرژی مثبت آمده است. در این بخش داستان‌های کوتاه پندآموز و انرژی‌دهنده‌ای در نهایت دقت و با مطالعه ده‌ها کتاب ارزشمند انتخاب شده‌اند تا با خواندن و درک آن‌ها گام مثبتی در راه رشد و تعالی بردارید و بر مشکلات این راه غلبه کنید. البته این داستان‌ها به نحوی تنظیم شده‌اند که بیشترین تأثیرگذاری را در بازه‌های زمانی پیش روی شما داشته باشند.



## ایستگاه آموزش



دفتر برنامه‌ریزی گاج در مقاطع مشخصی از هر ماه نکات مشاوره‌ای و آموزشی را که شما برای ادامه مسیر خود نیاز دارید، در قالب مقاله‌هایی با عنوان ایستگاه آموزش در اختیارتان قرار می‌دهد. این مقاله‌ها بسیار دقیق، با روندی منطقی و برای زمان‌های مشخصی از سال انتخاب شده‌اند که حاصل تجربه سال‌ها مشاوره هستند. یادگیری و استفاده از این نکات آموزشی می‌تواند راهنمای شما در سالی که پیش رو دارید، باشد.

### ایستگاه آموزش ۱: برنامه‌ریزی

مطالعه بخش مهمی از فرایند موفقیت تحصیلی را شکل می‌دهد، اما همیشه دغدغه پیدا کردن زمان کافی برای مطالعه، سخت به نظر می‌رسد و بزرگ‌ترین مشکل دانش‌آموزان محسوب می‌شود. یکی از راه‌های افزایش کمیت و کیفیت مطالعه و به طبع آن موفقیت تحصیلی، داشتن یک برنامه درسی منسجم و صد البته مطابق با نیازها و شرایط هر فرد است. یک برنامه درسی مناسب می‌تواند راهنما و راه‌گشای مسیر موفقیت شما باشد، حتی اگر انجام آن دشوار به نظر برسد. اگر از امروز تصمیم دارید مطالعه را شروع کنید و پله‌های موفقیت را با اطمینان خاطر بالا بروید، با ما همراه شوید تا با یادگیری اصول صحیح برنامه‌ریزی و پیاده‌سازی آن در سال پیش رو به تمامی اهدافی که برای خود مشخص کرده‌اید، برسید. به شما اطمینان می‌دهیم که این دفتر، هر آن‌چه را برای موفقیت نیاز دارید در اختیارتان قرار خواهد داد و در کنار انگیزه و هدف‌تان، نیروی محرکه‌ای خواهد بود تا شما را به جایگاه مطلوبی که باور دارید لیاقتتان است، برساند.

برنامه‌ریزی دو بعد تکنیکی و محتوایی دارد؛ بعد تکنیکی برنامه‌ریزی شامل برنامه ساعتی (مکانیکی) و بعد محتوایی آن شامل برنامه حجمی و مراحل مطالعه است؛ بنابراین در اولین گام، شما را با اصول برنامه‌ریزی ساعتی آشنا می‌کنیم.

### برنامه‌ریزی ساعتی و حجمی



در هر ماه دو بخش با عنوان برنامه‌ریزی ساعتی و حجمی وجود دارد. این قسمت از دفتر برنامه‌ریزی برای دو هفته طراحی شده است. در این قسمت با توجه به روش برنامه‌ریزی که در بخش بعدی این دفتر به شما آموزش داده خواهد شد، در روز جمعه برای دو هفته خود برنامه ساعتی و حجمی تنظیم می‌کنید. توصیه می‌کنیم این بخش از دفتر را با نظر و راهنمایی مشاورتان تکمیل کنید. در جدول برنامه‌ریزی ساعتی نام دروس و ساعت‌هایی را که باید برای هر درس مطالعه کنید در هر روز هفته یادداشت کنید.

برنامه ساعتی برای دو هفته		
روزهای هفته	ساعت	دروس
شنبه	۷	فیزیک: ۱۲ / فارسی: ۱۱ / شیمی: ۱۲ / زیست: ۲
یکشنبه	۶	عربی: ۱۱ / ریاضی: ۱۲ / نگارش: ۱۱ / شیمی: ۲
دوشنبه	۷	فیزیک: ۱۲ / ریاضی: ۱۱ / زبان: ۱۷ / زیست: ۲



پس از جدول برنامه‌ریزی ساعتی جدول برنامه‌ریزی حجمی قرار دارد. در این جدول باید نام درس، فصول و بخش‌هایی را که برای هر درس مطابق با بودجه‌بندی آزمون‌های سراسری گاج باید بخوانید، بنویسید.

برنامه حجمی بر اساس بودجه‌بندی آزمون			
نام درس	مباحثی که باید خوانده شود	نام درس	مباحثی که باید خوانده شود
فارسی (۱)	درس ۱ و ۲		
شیمی (۱)	فصل ۱		
فیزیک (۱)	کتاب و انرژی		
ریاضی (۱)	تابع		

## آیتم هر شب



در این بخش، آیتم هر شبی که باید برای ۲ هفته پیش رو بخوانید را انتخاب می‌کنید. به شما اطمینان می‌دهیم که اگر در سال‌های پیش رو مطابق برنامه، آیتم‌های هر شب را مطالعه نمایید، میانگین درصد دروس عمومیتان در کنکور تا ۲۰ درصد افزایش پیدا می‌کند. کتاب‌های آس موضوعی واژگان سطر به سطر دروس فارسی، عربی و زبان و tick8 دروس زبان، عربی و ادبیات موضوعی جامع به عنوان آیتم هرشب توصیه می‌شود.





در شروع هر هفته ۳ جدول داریم:

**جدول ۱:** جدول هفتگی پیش‌بینی فعالیت‌های روزانه است که در آن مطابق بودجه‌بندی آزمون‌های سراسری (که در اینجا آزمون‌های گاج را به شما پیشنهاد می‌کنیم) نام دروس مربوط به آن قرار گرفته است و شما برای برنامه‌ریزی مطالعه این دروس کافی است که نام مباحث، مدت زمان و تعداد تمرین‌هایی را که می‌خواهید در هر روز از هفته پیش رو مطالعه کنید در خانه‌های این جدول بنویسید و در آخر مجموع ساعاتی که می‌خواهید در طول هفته اختصاص دهید، مشخص می‌شود. در این جدول مباحث و مدت زمان مطالعه آیتم هر شب را نیز وارد می‌کنیم.

۱. جدول پیش‌بینی فعالیت‌های روزانه [ هفته اول ]										
نام هفته	نام مبحث	زمان مطالعه	تعداد تمرین یا تست	درس	فصل	مبحث	تیم	روز	تعداد تمرین	روز
				فارسی	انگلیسی	ریاضی ۱	شیمی ۱	زیست ۱	آیتم هر شب	جمع ساعات مطالعه روزانه

**جدول ۲:** در جدول ۱، مباحث و مدت زمان‌های مطالعه را پیش‌بینی کردیم. حال در جدول ۲، آنچه اجرا کرده‌ایم یادداشت می‌کنیم. **جدول ۳:** این جدول شامل جداول ارزیابی و نظرسنجی است که در آن دانش‌آموز مبحث و میزان مطالعه خود را نسبت به آنچه پیش‌بینی کرده مقایسه کرده و با فرمول زیر به خود نمره می‌دهد.

$$\text{نمره (درصد) هر درس} = \frac{\text{میزان مطالعه}}{\text{میزان مطالعه پیش‌بینی شده}} \times 100$$

و در ستون آخر ارزیابی هفتگی، خود ارزیابی کیفی انجام می‌دهد. هر فرد در جدول نظرسنجی، با توجه به نظرات اولیا و مشاور، برای هفته آینده خود تصمیم می‌گیرد.

۳. ارزیابی هفتگی (تستی - تشریحی) [ هفته اول ]					
نام درس	مبحث مطالعه شده	میزان مطالعه (دقیقه)	تعداد تمرین (تست)	نمره (درصد)	خود ارزیابی (عالی - خوب - متوسط - ضعیف)
فارسی					
نگارش					
عربی					



## محل چسباندن کارنامه و نظر مشاور



در این قسمت می‌توانید کارنامه‌های آزمون‌های آزمایشی خود را که به صورت دو هفته یک بار برگزار می‌شوند، ضمیمه دفترتان کنید تا مشاور تحصیلی شما بتواند با توجه به جداول برنامه‌ریزی و نتایج آزمونتان راهنمایی‌های لازم را انجام دهد.

The form is divided into two sections. The left section is titled 'نظر مشاور' (Counselor's Note) and features a small icon of a person in a speech bubble. The right section is titled 'محل چسباندن کارنامه' (Place to paste the exam record) and is framed with corner brackets.

## جمله هفته



در هر هفته قسمتی با عنوان جمله هفته برای شما طراحی شده است تا بتوانید هدفی را که قصد دارید در آن هفته به آن برسید، بنویسید. نوشتن اهداف و یادآوری آن‌ها به شما کمک می‌کند تا انگیزه لازم برای ادامه مسیر و درس خواندن را به دست بیاورید.

The form has a green background. On the right side, there is a circular icon showing a computer monitor with a document on it, labeled 'جمله هفته' (Weekly Sentence). On the left side, there are two lines of dotted text for writing: 'تلاش بیشتر و' (More effort and) and 'افزایش ساعت مطالعه' (Increase study hours).

## نقاط ضعف و قوت



در این بخش باید نقاط قوت و ضعفی را که در طول هفته در اجرای برنامه خود داشته‌اید، یادداشت کنید. با این کار می‌توانید هنگام برنامه‌ریزی برای هفته آینده خود تلاش کنید تا نقاط ضعف خود را برطرف کرده و نقاط قوت خود را بیشتر تقویت کنید.

The form has a light brown background. On the left side, there is a circular icon showing a head profile with a gear inside, a pencil, and a ruler, labeled 'نقاط قوت و ضعف' (Strengths and Weaknesses). On the right side, there are two lines of dotted text for writing: 'مطالعه' (Study) and 'کم کاری در مطالعه دروس عمومی' (Less work in studying general subjects). A red minus sign icon is next to the second line. Below these, there is another line of dotted text: 'کیفیت پایین مطالعه در برخی روزهای هفته' (Low quality of study on some days of the week).





## تصمیمات مهم برای هفته آینده



در این بخش می‌توانید با توجه به شیوه اجرای برنامه در هفته‌ای که گذشته، تصمیمات مهمی را که می‌خواهید برای هفته آینده اجرا کنید، بنویسید.

\* هفته آینده بیشتر به دروس عمومی توجه کنم ...

\* صبح‌ها یک ساعت زودتر بیدار شوم!

تصمیمات مهم برای آینده!

## هرچه می‌خواهد دل تنگت بگو



در هر هفته کادری تعبیه شده است با عنوان «هرچه می‌خواهد دل تنگت بگو». در این کادر می‌توانید هر مطلبی که دوست دارید بنویسید. این مطالب می‌تواند شامل جزییات برنامه‌ریزیتان، احساسات و حالی که در هفته داشته‌اید، نکات مهمی که در برنامه رعایت نکرده‌اید و ... باشد.

هرچه می‌خواهد دل تنگت بگو

این هفته احساس خوبی داشتم.

## رضایت هفته



شما می‌توانید میزان رضایت از کمیت و کیفیت مطالعه‌تان در طول هفته را با انتخاب یکی از شکلک‌های موجود مشخص کنید. این کار به شما کمک می‌کند تا اگر در هفته‌ای از میزان مطالعه خود و یا کیفیت آن رضایت نداشته‌اید در هفته بعد تلاش بیشتری کنید تا به وضعیت دلخواه و مطلوب خود برسید.

رضایت هفته

😊 😐 😞

## مهارت‌های مطالعه



در این بخش به منظور ارائه مهارت‌های مطالعه شامل روش‌های درس خواندن، فنون افزایش دقت و تمرکز، گزینش شادابی در طول روز و افزایش خواب میان روز می‌شود.

یکی از الگوهای نامناسب درس خواندن، مطالعه در طول شب و دیر خوابیدن است. این الگو باعث کاهش شادابی در طول روز و افزایش خواب میان روز می‌شود.





Mr. Jokar

BOOK

دفتر برنامه ریزی به روش

مهندس جوکار

اینفوگرافی و  
بارمبندی دروس

1

# اینفوگرافی ۹ بارمبندی دروس

## فهرست دروس

ردیف	نام درس	شماره صفحه
۱	دین و زندگی (۱)	۱۹
۲	فارسی (۱)	۲۳
۳	نگارش (۱)	۲۶
۴	عربی، زبان قرآن (۱)	۲۸
۵	زبان انگلیسی (۱)	۳۳
۶	جغرافیای ایران	۳۷
۷	* هنر <sup>۱</sup>	۴۰
۸	زیست‌شناسی (۱)	۴۳
۹	* تفکر و سواد رسانه‌ای	۴۶
۱۰	فیزیک (۱)	۴۹
۱۱	شیمی (۱)	۵۱
۱۲	آزمایشگاه علوم تجربی (۱)	۵۳
۱۳	ریاضی (۱)	۵۴
۱۴	تربیت بدنی (۱)	۵۷
۱۵	آمادگی دفاعی	۵۸
۱۶	* کارگاه کارآفرینی و تولید	۶۱

۱- توجه داشته باشید که در هر پایه از دوره متوسطه دوم تنها یکی از دروس ستاره‌دار تدریس می‌شود.





## فارسی (۱)

کتاب فارسی ۱۶۷ صفحه دارد. ۱۸ درس این کتاب در ۸ فصل جای گرفته است. اینک می‌خواهیم مروری بر محتویات فصل‌های این کتاب داشته باشیم و سپس به بارمبندی این درس بپردازیم.

### فصل اول: ادبیات تعلیمی

در این‌گونه از ادبیات، هدف شاعر یا نویسنده انتقال موضوع و مفهوم رفتاری، اخلاقی یا مسئله‌ای اجتماعی و پندآموز به شیوه‌ی اندرز است. درس‌های مربوط به این حوزه در این کتاب عبارتند از: شعر چشمه از نیما یوشیج، حکایتی از داستان‌های صاحب‌دلان اثر محمدی اشتهاردی، بخش کوتاهی از قابوس‌نامه و روان‌خوانی دیوار از جمال میرصادقی. در خلال کارگاه‌های متن‌پژوهی به آموزه‌های زیر می‌رسیم: حذف به قرینه لفظی و معنوی، حس‌آمیزی و مجاز.

### فصل دوم: ادبیات سفر و زندگی

آثاری که اشخاص با ثبت خاطرات و گزارش احوال خویش یا شرح رخداد‌های روزگار و افکار دیگران به جای می‌گذارند، در این فصل قرار دارد. خوانندگی‌های این فصل بخشی از سفرنامه ناصر خسرو، حکایتی از گلستان سعدی، درس آزاد، بخشی از کتاب اتاق آبی سهراب سپهری، پیرمرد چشم ما بود از جلال آل احمد، می‌باشد. در بخش کارگاه‌های متن‌پژوهی این فصل (در قلمرو زبانی - ادبی - فکری) سعی در جهت فهم بهتر درس‌ها و بررسی آن‌ها از زاویه‌های مختلف شده است همچنین آشنایی با کلماتی که دچار تحول معنایی شده‌اند و معرفی انواع «واو» در این بخش جای گرفته است.

### فصل سوم: ادبیات غنایی

بیان احساسات و عواطف شاعر یا نویسنده درباره‌ی دوستی، محبت، عشق، شادی و برخی مفاهیم عمیق عرفانی در گستره‌ی ادبیات غنایی جای می‌گیرد.



غزل عاشقانه مهر و وفا از حافظ، حکایتی از اسرار التوحید، جمال و کمال تفسیر سوره یوسف از احمد بن محمد زید طوسی و غزل عارفانه بوی گل و ریحانها از سعدی درسهای این فصل هستند.

جهش ضمیر ایهام، واژههای دو تلفظی و سجع از آموزه‌های کارگاه متن پژوهی این فصل می‌باشند.

### فصل چهارم: ادبیات پایداری

آنچه که مربوط به ایستادگی و مقاومت یک ملت یا جامعه در مقابل تجاوز بیگانگان و عوامل استبداد و استکبار داخلی است، متعلق به این فصل است. ستایش آزادی، آزادی‌خواهی و دعوت به مبارزه از درون مایه‌های ادبیات پایداری است.

شعر در سایه‌سار نخل ولایت از علی موسوی گرمارودی، حکایتی از سیاست‌نامه خواجه نظام الملک توسی، شعر بیداد ظالمان و شعر همای رحمت تشکیل دهنده این فصل می‌باشند.

در کارگاه‌های متن‌پژوهی با آموزه‌های جدید «حسن تعلیل» و «استعاره» آشنا می‌شویم.

### فصل پنجم: ادبیات انقلاب اسلامی

آثاری که بیانگر فضای فرهنگی، اجتماعی و سیاسی جامعه ایران پس از انقلاب اسلامی است، در این فصل جای می‌گیرند. درس‌های مطرح شده در این فصل عبارتند از: دریادلان صف‌شکن از مرتضی آوینی، حکایتی از اسرارالتوحید و روان‌خوانی شیر زنان ایران از کتاب من زنده‌ام.

شیوه بلاغی از نکات آموزش داده شده این فصل است.

### فصل ششم: ادبیات حماسی

حماسه هر ملت نشان‌دهنده آرمان‌های آن ملت و مجاهدات آنان در راه سربلندی و استقلال است.

این فصل شامل درس‌های رستم و اشکبوس و گردآفرید از شاهنامه فردوسی، حکایتی از گلستان سعدی، شعر دلیران و مردان ایران زمین از محمود شاهرخی است.

شبکه معنایی، ممال و اغراق از نکات آموزش داده شده در کارگاه متن‌پژوهی این بخش است.

### فصل هفتم: ادبیات داستانی

آثاری که با بهره‌گیری از عنصر روایت، شخصیت، لحن، زمان، مکان، زاویه دید و ... پدید آمده‌اند، در این بخش جای می‌گیرند.

درس‌های این فصل عبارتند از: طوطی و بقال از مولانا، حکایتی از اخلاق محسنی، درس آزاد، داستان خسرو از عبدالحسین وجدانی و داستان طراران از لطایف الطوائف.

تضمین، تمثیل و جناس تام و ناقص از آموزش‌های این فصل است.



## فصل هشتم: ادبیات جهان

در این فصل با متن‌ها، شاعران و نویسندگانی آشنا می‌شویم که بیرون از جغرافیای فرهنگی، ایران را به تصویر می‌کشند.

این فصل در بردارندهٔ درس‌های سپیده‌دم از مجموعه سمفونی پنجم جنوب نزار قبانی، حکایت مزار شاعر از فرانسوا کوپه، عظمت نگاه از مائده‌های زمینی آندره ژید و روان‌خوانی سه پرسش از تولستوی است.

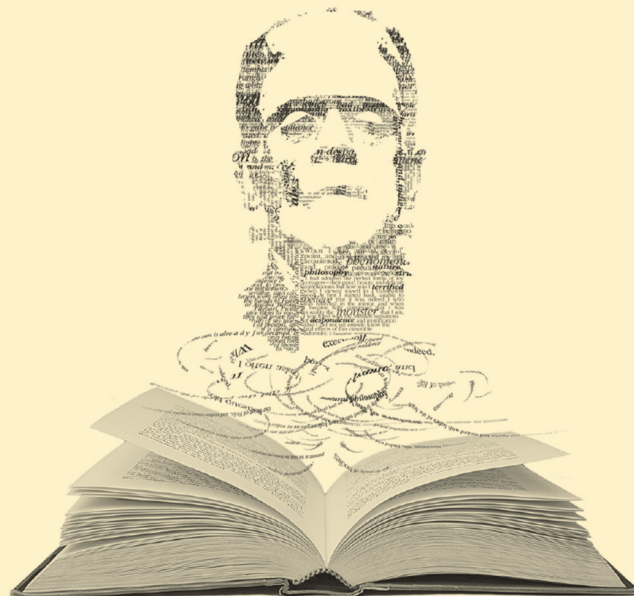
آموزه‌های زبانی فصل هشت عبارتند از: مراعات‌نظیر، منادا و نشانه‌های آن و تمرین‌هایی در راستای آموزش‌های فصل

در پایان کتاب، نیایشی از مثنوی معنوی مولانا آمده است.

شیوهٔ ارزشیابی و بارم‌بندی این درس مطابق جدول زیر است:

نمره	موضوع‌ها	قلمروها	ردیف
۱/۵	معنی واژه	زبانی (۷ نمره)	۱
۱/۵	املای واژه		
۴	دستور		
۳	آرایه‌های ادبی	ادبی (۵ نمره)	۲
۲	حفظ شعر		
۴	درک مطلب	فکری (۸ نمره)	۳
۲	معنی و مفهوم نثر		
۲	معنی و مفهوم نظم		
۲۰	جمع نمره		

شیوه‌نامه ارزشیابی فارسی (۱)



# انرژی مثبت: فرمول موفقیت



موفقیت از سه بخش تشکیل شده است:

اول مشورت

دوم تصمیم

سوم انتخاب شایسته

«لوپ دووگا»



بابت زدن ضربه چکش ۰/۵ دلار  
بابت دانستن محل ضربه ۹۹۹/۵ دلار

**نتیجه:** آن چه شما را به نتیجه مطلوب می‌رساند، الزاماً نه تلاش و فعالیت سخت و طاقت فرسا، که آگاهی و اطلاع از چگونگی انجام دقیق و درست کارهاست. بسیاری عمر خود را صرف به دست آوردن چیزهایی می‌کنند که شیوهی کسب آن‌ها را نیاموخته‌اند.

موفقیت و رسیدن به اهداف و خواسته‌ها دارای اصول و قواعدی مشخص است. قبل از هر اقدامی باید از این اصول آگاهی پیدا کرد. شما باید دقیقاً بدانید که چه کارهایی را در چه زمانی و با چه شیوه‌ای انجام دهید تا به نتایج مورد نظرتان دست یابید.

می‌گویند برای تعمیر دیگ بخار یک کشتی عظیم بخاری، از یک متخصص دعوت کردند. وی پس از آن که به توضیحات مهندس کشتی گوش داد، سؤالاتی از او کرد و به قسمت دیگ بخار رفت. نگاهی به لوله‌های پیچ در پیچ انداخت و چند دقیقه به صدای دیگ بخار گوش داد و دستی به بعضی از لوله‌ها زد. آن گاه چیزهایی زیر لب گفت و به طرف جعبه ابزار رفت، چکش کوچکی برداشت و با آن ضربه‌ای به شیر قرمز رنگی زد. ناگهان تمام موتور بخار کشتی به‌طور کامل به کار افتاد و مشکل آن برطرف شد. روز بعد که صاحب کشتی یک صورت حساب هزار دلاری دریافت کرد، متعجب شد چون متخصص بیش از پانزده دقیقه در موتورخانه کشتی وقت صرف نکرده بود! آن گاه از او ریز هزینه‌ها را خواست و متخصص این صورت حساب را برایش فرستاد:

## ایستگاه آموزش ۷: برنامه مطالعه روزهای قبل از آزمون

تا به این جا نحوه برنامه ریزی صحیح برای روزهای هفته را یاد گرفته‌اید و در مدت چهار هفته گذشته تلاش کردید برنامه خود را به بهترین شکل ممکن انجام دهید. اکنون زمان آن رسیده است که تغییراتی در برنامه خود بدهید. همان طور که گفتیم یکی از عواملی که کمک می‌کند شما به برنامه خود پایبند باشید، شرکت در آزمون‌های آزمایشی است. برای این منظور توصیه می‌کنیم حتماً در آزمون‌های آزمایشی گاج که به صورت دو هفته یک بار برگزار می‌شوند، شرکت کنید. شرکت در این آزمون‌ها علاوه بر این که کمک می‌کند به برنامه خود پایبند باشید، برنامه حجمی شما را نیز مشخص می‌کند؛ در واقع بودجه‌بندی آزمون‌های گاج همان برنامه حجمی شما خواهد بود که باید تلاش کنید تا در زمان‌های مقرر آن‌ها را مطالعه کنید. با شرکت در آزمون‌های آزمایشی این ضرورت به وجود می‌آید تا تغییراتی را در برنامه‌ای که ابتدا و در اواسط ماه برای دو هفته خود می‌نویسید، ایجاد کنید. هر دو هفته یک بار که آزمون دارید تا چهارشنبه و پنج‌شنبه قبل از آزمون برنامه شما به همان شیوه‌ای خواهد بود که تا به امروز اجرا می‌کردید؛ اما برای چهارشنبه و پنج‌شنبه قبل از آزمون و همچنین روز آزمون برنامه شما تغییر خواهد کرد. اولین کاری که باید در این دو روز انجام دهید مرور خلاصه‌نویسی‌ها، حاشیه‌نویسی‌ها و برجسته‌سازی‌هایی است که از مباحث آزمون در دو هفته گذشته نوشته‌اید. در گام دوم تست‌های مارک‌دار دو هفته قبل را مرور و دوباره حل کنید. در سومین مرحله سؤالات قرمز آزمون قبل که در روز آزمون و بعد از تحلیل آزمون مشخص نموده‌اید را مطالعه کنید. توصیه می‌شود در صورتی که تمایل داشتید کتاب کار آزمون را نیز مطالعه کنید. در آخرین مرحله سعی در جبران عقب‌افتادگی‌هایتان کنید. به این معنا که اگر به بودجه‌بندی آزمون نرسیدید، ابتدا با استفاده از روش‌های بالا، بخشی از بودجه‌بندی را که در طی دو هفته خوانده‌اید مرور کنید و پس از آن در صورت داشتن وقت اضافه باقی‌مانده بودجه‌بندی را بخوانید.

**نکته:** برای آزمون‌های جمع‌بندی در دو هفته‌ای که فرصت دارید باید کل خلاصه‌نویسی‌ها، حاشیه‌نویسی‌ها، برجسته‌سازی‌ها، تست‌های مارک‌دار و سؤالات قرمز آزمون‌های قبلی را مرور کنید.

تا به این جا برنامه شما برای دو روز قبل از آزمون مشخص شده است و اما روز آزمون! در روز آزمون شما باید سه الی چهار ساعت را به تحلیل آزمون اختصاص دهید. منظور از تحلیل آزمون این است که از سؤال یک شروع به تصحیح کردن سؤالات کنید. روی شماره سؤال سه دسته از سؤالات با مازیک قرمز خط بکشید:

**۱- سؤالاتی که غلط زدید:** با خودکار آبی راه‌حل درست و راه‌حل غلط خودتان را با خودکار قرمز مقابل این سؤالات بنویسید. در مورد دروسی که راه‌حل ندارند نیز توصیه می‌کنیم استدلال غلط خودتان را با خودکار قرمز یادداشت کنید.

**۲- سؤالاتی که نزدیک:** برای این سؤالات نیز راه‌حل درست را با خودکار قرمز مقابل سؤال بنویسید.

**۳- سؤالاتی که درست زدید:** ولی نکته‌دار هستند و ایده آن سر جلسه به ذهنتان رسیده است.

این کار به شما کمک می‌کند تا اولاً با مرور اشتباهات قبلی، میزان بی‌دقتی خود را در آزمون‌های بعد کاهش دهید، ثانیاً برای آزمون بعدی با مرور این سؤالات نکاتی را که بلد نبودید در ذهنتان تثبیت کنید.

با توجه به نکات گفته‌شده و بهره‌گیری از راهنمایی‌های مشاوران سعی کنید برای هفته‌های پیش رو تغییرات لازم را در برنامه‌های ساعتی خود ایجاد کنید.





# برنامه ریزی ساعتی و حجمی

آیتم  
هر  
شب

**توجه:** جداول برنامه ریزی ساعتی زیر را در صورت امکان با نظر و راهنمایی مشاور خود پر کنید.

تاریخ: \_\_\_\_\_ تا \_\_\_\_\_

برنامه ساعتی برای دو هفته		
روزهای هفته	ساعت	درس
شنبه		
یکشنبه		
دوشنبه		
سهشنبه		
چهارشنبه		
پنجشنبه		
جمعه		

برنامه حجمی بر اساس بودجه بندی آزمون			
نام درس	مباحثی که باید خوانده شود	نام درس	مباحثی که باید خوانده شود

«به خاطر داشته باش که به منظور دستیابی به موفقیت، بیشتر از هر چیز دیگری به اراده و تصمیم درست نیاز داری.» (آبراهام لینکلن)



# ۱. جدول پیش‌بینی فعالیت‌های روزانه [ هفته نهم ]

ایام هفته	درس / فعالیت	فارسی	نگارش	زبان	انگلیسی	ریاضی	علوم	درس اختیاری			آیتم هر شب	مطالعه روزانه	جمع ساعت مطالعه
								ریاضی ۱	شیمی ۱	زیست ۱			
شنبه	نام مبحث												
	زمان مطالعه												
	تعداد تمرین یا تست												
یکشنبه	نام مبحث												
	زمان مطالعه												
	تعداد تمرین یا تست												
دوشنبه	نام مبحث												
	زمان مطالعه												
	تعداد تمرین یا تست												
سه‌شنبه	نام مبحث												
	زمان مطالعه												
	تعداد تمرین یا تست												
چهارشنبه	نام مبحث												
	زمان مطالعه												
	تعداد تمرین یا تست												
پنج‌شنبه	نام مبحث												
	زمان مطالعه												
	تعداد تمرین یا تست												
جمعه	نام مبحث												
	زمان مطالعه												
	تعداد تمرین یا تست												
جمع ساعت مطالعه هفتگی													



## ۲. جدول ثبت مطالعات هفتگی [ هفته نهم ]

ایام هفته	درس / فعالیت	فارسی	نگارش	زبان	انگلیسی	ریاض	علوم	دروس اختیاری			آیتم هر شب	مطالعه روزانه	جمع ساعت مطالعه
								ریاضی ۱	شیمی ۱	زیست ۱			
شنبه	نام مبحث												
	زمان مطالعه												
	تعداد تمرین یا تست												
یکشنبه	نام مبحث												
	زمان مطالعه												
	تعداد تمرین یا تست												
دوشنبه	نام مبحث												
	زمان مطالعه												
	تعداد تمرین یا تست												
سه‌شنبه	نام مبحث												
	زمان مطالعه												
	تعداد تمرین یا تست												
چهارشنبه	نام مبحث												
	زمان مطالعه												
	تعداد تمرین یا تست												
پنج‌شنبه	نام مبحث												
	زمان مطالعه												
	تعداد تمرین یا تست												
جمعه	نام مبحث												
	زمان مطالعه												
	تعداد تمرین یا تست												
جمع ساعت مطالعه هفتگی													





### ۳. ارزیابی هفتگی (تستی - تشریحی) [ هفته نهم ]

نام درس	مبحث مطالعه شده	میزان مطالعه (دقیقه)	تعداد تمرین (تست)	نمره (درصد)	خود ارزیابی (عالی - خوب - متوسط - ضعیف)
فارسی					
نگارش					
عربی					
انگلیسی					
ریاضی					
علوم					
درس اختیاری	زیست ۱				
	شیمی ۱				
	ریاضی ۱				
آیتم هر شب					



### نظرسنجی نسبت به عملکرد در این هفته

امضا و تاریخ	نظر	نمره (۰ تا ۲۰)	
			اولیاء
			مشاور
			ارزیابی دانش آموز از خود
			تصمیم راهبردی برای هفته آینده



# محل چسباندن کارنامه

نظر مشاور

