

فهرست مطالب

۷	پیش‌گفتار
۱۱	فصل اول (تاریخچه پیدایش امپراطوری کنکور)
۱۱	تاریخچه کنکور
۱۳	تاریخچه سازمان سنجش آموزش کشور
۱۵	شرکت تعاونی خدمات آموزشی کارکنان سازمان، سنجش آموزش کشور
۲۰	هفته‌نامه پیک سنجش
۲۱	مجموعه قوانین و مقررات
۲۳	قانون سنجش و پذیرش دانشجو در دانشگاه‌ها و مراکز آموزش عالی کشور
۲۶	آئین‌نامه اجرایی قانون تأمین وسایل و امکانات تحصیل اطفال و جوانان ایرانی
۲۹	قانون رسیدگی به تخلفات و جرائم در آزمون‌های سراسری
۳۱	فصل دوم (تابستان سال قبل کنکور)
۳۱	مقدمه
۳۲	مدیریت کنکور
۳۶	موسمی برای آرامش
۴۱	تابستان و جستجوی نقشه‌ی راه پیروزی
۴۳	نگران نباشید، شما هم موفق می‌شوید
۴۷	از همین حالا برنامه‌ریزی کنید!
۴۹	پیش به سوی هدف، بدون اتلاف وقت
۵۲	مطالعه شمربخش
۶۲	راهکارهایی برای نتیجه‌گیری از مطالعه
۶۴	مطالعه متوازن دروس عمومی و اختصاصی
۶۸	مطالعه: (انفرادی یا گروهی)
۷۲	نحوه مطالعه دروس عمومی
۸۷	نحوه مطالعه دروس اختصاصی
۱۰۰	آمادگی برای یک رقابت سالم...
۱۰۵	آزمون‌های آزمایشی: مفید یا غیر مفید؟
۱۰۷	فریب مؤسسه‌های آموزشی را نخورید
۱۰۹	نقش دوست خوب در راه موفقیت
۱۱۲	و در پایان این فصل ۸ توصیه غیردرسی به داوطلبان
۱۱۳	فصل سوم (مهر تا اسفند)
۱۱۳	مقدمه
۱۱۴	برنامه‌ریزی

فهرست مطالب

۱۱۵	مدیریت زمان را جدی بگیرید
۱۱۷	آغاز مطالعه منابع با یک برنامه‌ریزی مطلوب
۱۲۳	تنظیم برنامه‌ریزی درسی مناسب
۱۲۶	از شنبه یا از فردا
۱۲۸	جدی‌تر شدن رقابت داوطلبان
۱۳۰	توجه به صورت هر پرسش در امتحانات
۱۳۲	خودآزمایی
۱۳۷	کاهش افکار منفی
۱۴۰	عدم تمرکز روی مشکلات
۱۴۲	موفقیت، مدیون شاد زیستن
۱۴۵	مطالعه برای کنکور و مشکلات مدرسه
۱۴۸	خلاصه‌نویسی
۱۵۳	تقویت حافظه برای یادگیری
۱۶۱	چگونه یاد بگیریم؟
۱۶۴	علل عدم یادگیری
۱۶۸	یادگیری و دلایل فراموشی
۱۷۱	اختصاص زمان اندک برای خود
۱۷۳	وارسی آزمون، مهم‌تر از خود آزمون
۱۷۶	کلاس‌های کنکور و آرزوهای بر بادرفته
۱۷۷	هشدار سازمان سنجش به داوطلبان و اخطار به مؤسسات و آموزشگاه‌ها
۱۷۸	نحوه مطالعه دروس در دی‌ماه
۱۸۲	آمادگی برای کنکور در دی‌ماه
۱۸۴	مطالعه پس از امتحانات ترم اول
۱۸۶	بهمن‌ماه و شروع ترم دوم تحصیلی
۱۸۹	ثبت نام در آزمون سراسری
۱۹۵	تعریف اصطلاحات دفترچه راهنمای شرکت در آزمون سراسری
۱۹۸	مطالعه در بهمن و اسفندماه
۲۰۲	تصمیم در آخر اسفند برای شرکت در کنکور
۲۰۶	خانه‌تکانی برای عید
۲۰۱	اسفند یک کنکوری
۲۱۵	فصل چهارم (تعطیلات نوروز)
۲۱۵	مطالعه برنامه‌ریزی ده در ایام نوروز
۲۱۹	نکاتی چند برای استفاده بهینه از ایام نوروز

فهرست مطالب

۲۲۳	پایان تعطیلات نوروزی
۲۲۷	فصل پنجم (دوران جمع بندی)
۲۲۷	موفقیت ضامن، مطالعه برنامه ریزی شده
۲۳۲	آزمودن خود، پیش از برگزاری کنکور
۲۳۶	ایجاد تعادل در برنامه ریزی و مطالعه دروس
۲۴۰	آزمون سراسری را دریابید
۲۴۴	انگیزه داشتن، مهم تر از تلاش
۲۴۸	آزمون سراسری از آنچه در تقویم می بینید، به شما نزدیک تر است!
۲۵۰	هموار نمودن راه موفقیت با جمع بندی دروس
۲۵۵	استرس؛ سودمند یا زیان آور؟!
۲۵۷	نکاتی کلیدی برای یک مطالعه مؤثر و مفید در ماه رمضان
۲۶۰	مهارت لازم در پاسخگویی به سؤالات چهارگزینه ای
۲۶۵	ایجاد انگیزه برای درس خواندن
۲۷۱	جمع بندی در ایستگاه اول
۲۷۷	اردیبهشت و خردادماه بدترین زمان برای ناامیدی
۲۷۹	توصیه هایی برای روزهای باقی مانده
۲۸۲	سال چهارمی ها و امتحانات خردادماه
۲۸۴	چگونه بر خستگی و خواب آلودگی پیروز شویم؟
۲۸۷	تمرین تست زنی و مهارت های آن
۲۹۲	جمع بندی در هفته های پایانی
۲۹۶	به پیش بدون هیچ واژه ای
۳۰۱	روش های کاربردی برای مرور مطالب درسی در فصل امتحانات
۳۰۴	نحوه مطالعه برای آمادگی کنکور در ایام امتحانات
۳۰۸	مدیریت استرس امتحان
۳۱۳	برای آمادگی در آزمون، تست زدن را تمرین کنید
۳۱۵	دوران جمع بندی، تضمین کننده موفقیت
۳۱۷	فصل ششم (کنکور)
۳۱۷	کنکور و ویژگی های فردی
۳۳۰	راه های موفقیت در روزهای آخر
۳۳۲	متعهد به نتیجه باشید، نه وابسته به نتیجه
۳۳۵	یک خواب خوب = یک امتحان موفق
۳۴۱	استفاده از ماشین حساب ممنوع!
۳۴۳	رهایی از استرس

فهرست مطالب

۳۴۵	کنکور؛ آزمونی همانند سایر آزمون‌ها
۳۴۹	توصیه‌هایی برای آزمون موفق
۳۵۰	یک روز قبل از آزمون (کنکور)
۳۵۲	روز برگزاری آزمون (کنکور)
۳۵۴	سر جلسه آزمون (کنکور)
۳۵۹	فصل هفتم (پایان امپراطوری کنکور)
۳۵۹	این بار محکم‌تر قدم در راه بگذارید!
۳۶۵	اکنون از زندگی تان لذت ببرید!
۳۶۹	اهداء کتاب‌های کمک‌آموزشی، یک نذر فرهنگی ارزشمند
۳۷۱	اعلام نتایج و حال و هوای داوطلبان
۳۷۳	توان شما مهم است، نه انتظار دیگران!
۳۷۵	زندگی یک مسابقه نیست!
۳۷۸	پشت کنکوری‌ها، بیایید واقع‌بین باشید
۳۸۱	برای کنکور سال بعد بمانم یا نه؟
۳۸۴	با کدام نگرش به دانشگاه می‌رویم؟
۳۸۶	زندگی متفاوت و تحصیل در دانشگاه غیر شهر خود
۳۸۹	هنر زیستن در خوابگاه
۳۹۲	سال تحصیلی جدید و درک فرصت‌ها
۴۰۳	فهرست منابع

پیش‌گفتار

همیشه به داوطلبان و دانش‌آموزان گفته و تأکید کرده‌ایم که کنکور فقط درس خواندن نیست، بلکه چگونه درس خواندن است، کنکور محل آزمون و خطا نیست و نباید به سؤالات جواب سرسری داد، کنکور یک مسابقه است و قرار نیست که شما به همه سؤالات پاسخ دهید، بلکه لازم است در مقایسه با سایر داوطلبان وضعیت بهتری داشته باشید. کنکور، یک آزمون مثل تمام آزمون‌هاست باز هم تکرار می‌نیم که کنکور هم آزمونی همانند سایر آزمون‌های دیگر شماسست و حتی ممکن است که آسان‌تر از بعضی از آن‌ها باشد.

و نهایتاً کنکور رقابتی است که دانش‌آموز باید با قدرت و بدون هدر دادن زمان و البته با انگیزه فراوان و از منظر دیگر پدیده‌ای است که با شناخت و آگاهی کامل با آن مواجه شود.

برای موفقیت در کنکور، فقط داشتن اطلاعات علمی کافی نیست. در این مسیر، یکی از مهم‌ترین اقدامات، تست‌زنی خوب است؛ زیرا تا شما با چگونگی انجام تست‌های تمرینی و سرعتی آشنا نشوید و آن را تجربه نکنید، نمی‌توانید از نقاط ضعف و قوت خود مطلع یا با مهارت‌های تست‌زنی آشنا شده و به خوبی از پس این آزمون برآید.

یکی از مهم‌ترین دلایل نتیجه نگرفتن در کنکور، طولانی بودن بازه‌ی مطالعه برای کنکور و اینکه حجم مباحث، بسیار زیاد است، احتمال فراموشی این مباحث بیشتر خواهد بود و اختصاص ندادن فرصت زمانی کافی برای مرور مطالب و بروز فراموشی، باعث می‌شود که توان پاسخگویی شما تا حد زیادی در سر جلسه آزمون سراسری کم شود؛ به همین دلیل، بهتر است که برای مطالعه دقیق‌تر، حتماً از روی یک برنامه اصولی و درست درس بخوانید. در واقع، برخلاف تصور غلط بسیاری از داوطلبان آزمون سراسری، برنامه‌ریزی و مطالعه برای کنکور، در هر مقطعی از زمان متفاوت بوده و باید بر اساس ویژگی‌های همان مقطع تنظیم شود.

این کتاب ثمره، بیش از سی سال تلاش پیوسته و آگاهانه، مطالعه و پژوهش متفکرانه، مدیریت کارشناسانه، تجربه، مهارت و به کارگیری یافته‌ها، آموخته‌ها و داشته‌هایم در امر مهم کنکور است.

در یک کلام این مجموعه، دستاورد همه عمر و زندگی مطالعاتی و تحقیقاتی، فکری، علمی، عملی و تجربی فردی و اجتماعی کسی است که در این میدان سال‌ها اندیشیده، کوشیده، تجربه‌ها یافته، مشاوره داده، سالیان متمادی جزئی از عوامل اجرایی کنکور سراسری دانشگاه تبریز بوده و در این امر مهم تخصص کافی یافته است که امیدوارم رهنما و گره‌گشای داوطلبان آزمون سراسری سرزمینم در دوران آمادگی برای شرکت در کنکور موفق رهنمون گرداند.

این کتاب به ارواح به حق پیوسته والدین گرامی ام یعنی مادر عزیزم که مرا در آغوش پرمهر و دامان پاکش با شیر حلال و شیر جانش پرورش داد و پدر گرامی ام که از سلاله پیامبر اعظم و آراسته به صفای دل، طهارت باطن، مزین به ایمان، صداقت، پاکی و سلامت نفس بود و ما را با

دسترنج حالش بزرگ نمود و همسر نجیب و مهربانم تقدیم می‌کنم و بر خود واجب می‌دانم از همسر انسان دوست، خیرخواه و رفیق شفیقم، مقوم اراده‌ها و تصمیماتم و مؤید نظرها و پشتیبان همیشگی‌ام در پیچ‌وخم‌ها و فراز و فرودهای زندگی‌ام تشکر کنم که اگر زحمات و همگامی ایشان نبود این سطور رقم نمی‌خورد و این کتاب فراهم نمی‌آمد.

همچنین تهیه و تدوین این اثر را مرهون زحمات دختران عزیز و مهربانم، دکتر نیلوفر و مهندس نگین که نور چشمانم، میوه‌های قلبم و ریحانه‌های زندگی‌ام هستند، و با یاری در این امر مهم مرا مدیون زحمات و مساعدت‌های ارزنده خود ساختند، تقدیم می‌کنم.

و در آخر تقدیم می‌کنم به نور چشمانم، چراغ زندگی‌م، نوه شیرین و دل‌بندم علیسا که سرسبزی، طراوت حیات، رونق بازار و نشاط زندگی‌م است.

ناگفته پیداست که این مجموعه خالی از نقص و عاری از ضعف نیست؛ این است که، نیازمند اغماض و چشم‌به‌راه ارشاد خوانندگان گرامی است.

صفوی تابستان ۱۴۰۰