

روش های مطالعه برای کنکور کارشناسی ارشد

اسمعیل محمودی

نکته (۱)

□ تسلط به مسیر

مسیر مطالعه بهتر است در دو بخش زیر به صورت موازی طی شود	
مدیریت مطالعه	مطالعه عمیق
حدود ۵٪ زمان	حدود ۹۵٪ زمان
تاثیر: ۵۰٪	تاثیر: ۵۰٪
درصد ها حدودی هستند	

نکته (۲)

□ مطالعه متنوع داشته باشیم

- ❖ برای اینکار، بایستی در هر هفته و حتی در هر روز به چند کتاب سر بزیم تا تنوع رعایت شود.
- ❖ اگر یک کتاب را شروع کنیم و بخواهیم آن را تمام کنیم و سپس به سراغ کتاب دیگر برویم نتایج خوبی **نخواهیم** گرفت.
- ❖ چطور متنوع مطالعه کنیم تا بهتر نتیجه بگیریم؟

نکته (3)

□ دسته بندی سرفصل های دفترچه کنکور

- ❖ سرفصل های دفترچه کنکور را بررسی می کنیم، سپس آن هایی که به هم نزدیک هستند را در کنار هم می چینیم و یک گروه تشکیل دهیم.
- ❖ به عنوان مثال، دروس حفظی را می توانیم در یک گروه و دروس تفهیمی را در گروه دیگر قرار دهیم. و یا به طور کلی، دروسی که مطالب آن ها به یکدیگر نزدیک هستند را در یک گروه قرار دهیم.
- ❖ دروسی که در یک گروه قرار می گیرند و به هم نزدیک تر هستند را به فاصله کمتری از هم مطالعه کنیم.

نکته (۴)

□ چیدمان سرفصل های مشابه در یک گروه و در یک روز

❖ سعی کنیم که کل سرفصل ها را در دو گروه و یا حداکثر سه گروه بچینیم.

❖ سعی کنیم که در گروه بیشتر از دو سرفصل قرار نگیرد.

❖ به طور مثال اگر در دفترچه چهار سرفصل داشتیم، دوتای مشابه اول را در گروه اول و در روز اول، و دوتای مشابه دوم را در گروه دوم و در روز دوم قرار دهیم. در این صورت، در هر هفته، که شش روز آن برای مطالعه کاملا جدی در نظر گرفته می شود، به هر گروه سه بار سر می زنیم. یعنی به هر کتاب در هر هفته سه بار می رسیم.

❖ پس تنوع مناسب ایجاد می شود و با شور و هیجان بیشتر و خستگی کمتر می توانیم پیش برویم.

نکته (۵)

❑ دروس با ضرایب بالاتر و تفهیمی و سخت تر را در صبح بخوانیم

❖ صبح ذهن ها تازه تر و سر حال تر هستند و کشش بهتری برای مطالب سخت را دارند.

❖ جدول روبرو مربوط به رشته مهندسی مکانیک بیوسیستم می باشد که چهار سرفصل، ریاضی، مقاومت مصالح، موتور، ماشین های کشاورزی و زبان دارد.

روز هفته	صبح	عصر
شنبه	مقاومت مصالح	ریاضی + زبان
یک شنبه	ماشین های کشاورزی	موتور + زبان
دو شنبه	مقاومت مصالح	ریاضی + زبان
سه شنبه	ماشین های کشاورزی	موتور + زبان
چهارشنبه	مقاومت مصالح	ریاضی + زبان
پنج شنبه	ماشین های کشاورزی	موتور + زبان
جمعه		

نکته (۶)

□ بهتر است کتاب ها سه دور خوانده شوند.

- ❖ در دور اول، با جزئیات کامل، حتی پانویس ها و مطالب پشت جلد کتاب هم بایستی مطالعه کنیم. در دور اول، زیر هیچ مطلبی نبایست خط بکشیم. در دور اول، از تمامی مطالب بایستی یادداشت برداری کنیم.
- ❖ در دور دوم، مجدداً از روی کتاب مطالعه کنیم و همچنین به یادداشت های خود نگاه کنیم ببینیم که مطلب جا نیافتاده باشد. در دور دوم، زیر مطالب را خط می کشیم و هر چه می خواهیم درون کتاب یادداشت می کنیم. اگر احساس کردیم که مطلبی در ذهن نمی ماند آن را در فلش کارت یادداشت می کنیم و در یک جعبه قرار می دهیم.
- ❖ در دور سوم، یادداشت های درون کتاب، یادداشت های دفترچه و فلش کارت ها مطالعه می کنیم و اگر مطلبی در ذهن نمی ماند آن را بر روی یک کاغذ A1 که از قبل روی دیوار چسپانده ایم، یادداشت می کنیم.

نکته (۷)

□ هر روز یک ساعت مرور مطالب قبل را داشته باشیم.

❖ برای اینکه یک مطلب به حافظه طولانی مدت برود، بایستی در فاصله های مناسب آن را تکرار کنیم.

❖ تکرار اول، بعد از یک روز

❖ تکرار دوم، بعد از یک هفته

❖ تکرار سوم، بعد از یک ماه

نکته (۸)

□ مطالعه در مسیر درست

❖ همیشه به تست های سال های قبل نیم نگاهی داشته باشیم تا از اصل مطلب دور نشویم و به مطالب حاشیه نرویم، مگر آنکه پای علاقه به آن مطلب در میان باشد.



نکته (۹)

❑ تست بسیار و با زمان بندی حل کنیم

- ❖ بعد از دور اول، سعی کنیم که با افزایش ساعت مطالعه در روز، زمان مناسبی برای زدن تست محیا کنیم.
- ❖ هر تستی که در اختیار داریم را استفاده کنیم.
- ❖ تست آزمون های سال های قبل را همیشه در اولویت قرار دهیم.
- ❖ برای زدن تعدادی تست، زمانبندی داشته باشیم.
- ❖ تست های با تکرار زیاد و تست های سخت را علامت گذاری کنیم تا چندبار مطالعه کنیم.

نکته (۱۰)

نوشتن مطالب خاص بر کاغذ روی دیوار از ابتدا



❖ فرمول های ریاضی

❖ فرمول های شیمی

❖ اسم های سخت

❖ سال های خاص

نکته (۱۱)

□ به دنبال ارتباط مطالب با هم باشیم.

❖ مطالب داخل یک کتاب، مثل انسان های درون یک سالن هستند که باید به آن سالن وارد شویم، با تک تک آن ها بحث و صحبت کنیم تا آن ها بشناسیم، سپس از انتهای سالن خارج و مجددا در دور دوم وارد شویم و دنبال این باشیم که کدام یک از آن ها به دیگری ربط دارد.

❖ به دنبال پیدا کردن ارتباط های پنهان بین دروسی باشیم که در ابتدا فکر می کردیم به هم ربط ندارند.

❖ به دنبال پیدا کردن یک اسکلت مرکزی برای تمامی مطالب باشیم.

نکته (۱۲)

□ در ابتدا منابع کنکور را به درستی انتخاب کنیم.

❖ کسانی که سال های قبل آزمون داده اند.

❖ کسانی که رتبه برتر کنکور شده اند.

❖ دانشجویان کارشناسی ارشد آن رشته در دانشگاه های برتر

❖ در غیر این صورت تماس با موسسه های مشاوره ارشد

نکته (۱۳)

□ تعداد ساعت مطالعه در روز

❖ در ابتدا از ۳ یا ۴ ساعت در روز شروع کنیم و سخت نگیریم تا روز خسته نشویم، به مرور بعد از دو یا سه هفته آن را به ۷ یا ۸ ساعت برسانیم، بعد از شش یا هفت هفته آن را به ۱۲ یا ۱۳ ساعت برسانیم، و در یک ماه و نیم آخر، آن را به ۱۷ الی ۱۸ ساعت در روز برسانیم.



❖ استرس نداشته باشیم چون این پروسه خود به خود اتفاق می افتد اگر به طور جدی مطالعه کنیم.

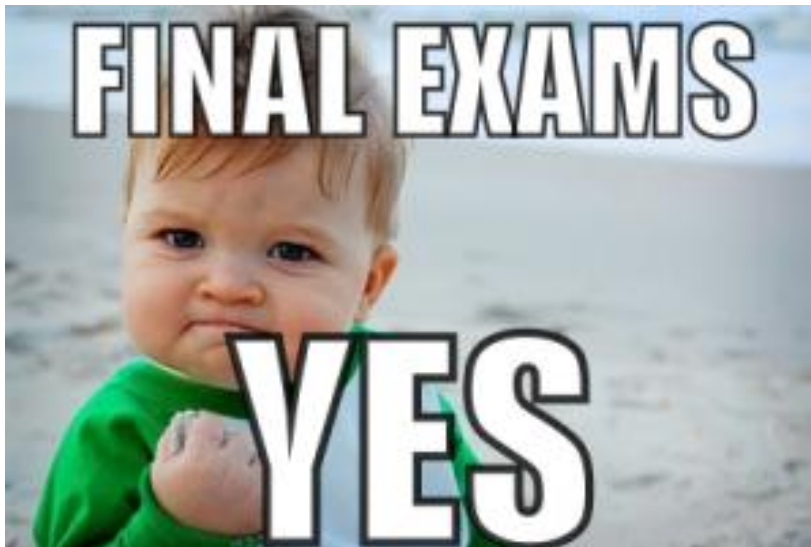
نکته (۱۴)

□ نقطه قطع مطالعه (نقطه انفصال)

❖ معمولا بعد از دو یا سه هفته، ناگهان از مطالعه ناامید می شویم. بایستی به این نکته واقف باشیم که این مسئله برای همه وجود می آید. کسی که تسلیم این نقطه می شود، شکست می خورد.

نکته (۱۵)

□ انگیزه مناسب داشته باشیم



- ❖ انگیزه های مثبت داشته باشیم و از انگیزه های منفی دوری کنیم.
- ❖ موفقیت شخصی خودمان
- ❖ باز شدن آینده روشن تر
- ❖ خوشحالی خانواده و اطرافیان
- ❖ فقط و فقط به **رتبه یک** بیاوریم.

نکته (۱۶)

کنترل شرایط اطراف و حاشیه ها



- ❖ در دوهر مسئله ای، هر چقدر هم کوچک، مسئله بسیار جالبی برای ذهن شماست. حاشیه های زندگی ما مثل یک جن درون ذهن ما قرار دارند، وقتی که شروع به مطالعه برای کنکور می کنیم، مطالب درسی مانند یک جنگیر می خواهد او را از ذهن شما بیرون بکشد، اما او مقاومت می کند و ذهن شما هم از او پشتیبانی می کند. اما تصمیم با شماست که او بیرون برود یا اینکه همان جا بماند.
- ❖ متاسفانه در این دوران، حاشیه ها از سمت خانواده ها با شدت بیشتری به سمت شما حمله می کنند. سعی کنیم آن ها را مدیریت کنیم.
- ❖ با وجود هر مسئله ای باید بدانیم که در هر حالتی، اولویت با درس شماست و نه چیز دیگری.
- ❖ هر کسی در مقابل مطالعه طولانی مدت شما مقاومت کند و مشکلاتی به وجود آورد، یعنی شرایط شما را در مطالعه برای ارشد، را تاکنون تجربه نکرده است و درک نمی کند. لذا نیاز به برخورد گرم و مناسب دارد.

نکته (۱۷)

□ انعطاف در برنامه ها در صورت ضرورت

❖ در مواردی احساس می کنیم که در برنامه به صورت موقت باید تغییر ایجاد کنیم، انعطاف به خرج دهیم و تغییر را ایجاد کنیم تا در حین مطالعه طولانی مدت دلسرد و خسته نشویم. فقط بعد از آن بایستی به سرعت به برنامه خود برگردیم.



نکته (۱۸)

□ از تمامی حواس خود استفاده کنیم.



❖ حس لامسه: تا می توانیم به خود کار و کاغذ فشار بیاوریم.

❖ حس بینایی: خواندن مطالب

❖ حس گفتاری و شنوایی: با خود صحبت کنیم و خود را مخاطب قرار دهیم و مطالب برای او توضیح دهیم.

❖ حس ارتباطی: در ماه های اول با انسان های اطراف خود ارتباط برقرار کنیم و در مورد مباحث درسی خود برای آن ها صحبت کنیم و سعی کنیم که آن ها را به این مطالب جذب کنیم.

نکته (۱۹)

❑ اصل مطلب را فراموش نکنیم.

❖ باید ۹۵ درصد زمان را بر مطالعه عمیق قرار دهیم و تنها ۵٪ زمان به مطالبی که گفته شد اختصاص دهیم تا اثر ۵۰٪ درصدی آن را ببینیم.

نکته (۲۰)

❑ تست زنی مناسب

❖ یک صفحه دفترچه را کامل حل کنیم و جواب ها را تیک بزنییم و سپس آن را وارد پاسخنامه کنیم و بروییم به سراغ صفحه بعد.

❖ اگر آزمون نمره منفی دارد، سوالاتی که به آن ها شک داریم را نزنیم.

❖ سوالاتی که احساس می کنیم به زمان زیادی برای رسیدن به جواب دارند را علامت می زنیم و در انتها به سراغ آن ها می رویم و به سرعت از آن ها عبور می کنیم.

❖ به سرعت از سوالاتی که بلد نیستیم عبور کنیم و آن ها را علامت گذاری کنیم.

با تشکر و آرزوی موفقیت برای شما
