

سالانه تاریخچه



موسسه آموزش عالی آزاد پرورش

اصول برنامه ریزی آزمونی

زمستان ۱۴۰۳



 chatredanesh

صفحه اصلی چتر دانش

01

 chatredanesh_news

صفحه خبر چتر دانش

02

 hoghoghkarbordi7

صفحه حقوق کاربردی

03

 chatredanesh.academic

صفحه دوره آکادمیک

04

 chatredanesh.hoghogh

صفحه تدریس مجازی

05



 chatrekhbar

کانال خبر حقوقی چتردانش

01

 chatredanesh

کانال تلگرام چتردانش

02

 **نشانی انتشارات چتردانش:** میدان انقلاب، خیابان منیری جاوید،

خیابان روانمهر، پلاک ۱۳۳، شماره تماس: ۰۲۱۶۶۹۷۷۳۲۱

 **نشانی فروشگاه چتردانش:** میدان انقلاب، خیابان منیری جاوید

(اردیبهشت شمالی) پلاک ۸۸، شماره تماس: ۰۲۱۶۶۴۰۲۳۵۳

شماره‌های واتساپ چتردانش:

 ۰۹۱۰۱۴۱۴۸۴۸ (واحد آموزش)

 ۰۹۰۵۸۶۵۸۹۳۱ (واحد حقوق کاربردی)

 ۰۹۹۶۵۶۱۸۴۳۸ (واحد مشاوره و پشتیبانی)

01

اهمیت برنامه ریزی

❖ در همین ابتدا باید بگوییم که درس خواندن بدون برنامه‌ریزی امکان‌پذیر نیست!

❖ برنامه‌ریزی درسی یکی از اقدامات موثری است که می‌تواند شما را در رسیدن به هدف خود یاری کند.

❖ برنامه‌ریزی درسی به شما کمک می‌کند تا بدانید در هر زمان چه مطلبی را قرار است بخوانید و چقدر زمان برای این کار صرف کنید.

❖ در این مطلب قصد داریم تا درباره اهمیت برنامه‌ریزی درسی و روش‌های آن توضیحات لازم را ارائه کنیم، پس تا انتها همراه ما باشید.

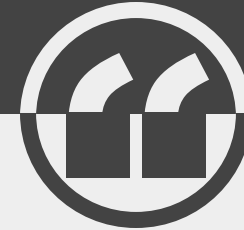
چرا باید برنامه‌ریزی درسی کنم؟



آیا برنامه ریزی درسی واقعا موثر است؟

- ❖ یک برنامه ریزی اصولی به شما کمک می‌کند تا علاوه بر درس خواندن به دیگر کارهای روزمره خود نیز برسید.
- ❖ با این روش مثلا اگر قرار است یک ساعت در روز را به کارهای متفرقه خود مانند تماشای سریال اختصاص دهید، دیگر استرس و نگرانی برای فرار از درس را نخواهید داشت.
- ❖ حال شما به خوبی می‌دانید که برنامه ریزی درسی واقعا موثر است!

اهمیت برنامه ریزی درسی چیست؟



- ❖ پیش از پاسخ به این سوال که چگونه برنامه ریزی درسی کنیم؟ بهتر است تا ابتدا با اهمیت برنامه ریزی درسی آشنا شوید.
- ❖ داشتن برنامه ریزی برای هر کاری کلید دستیابی به موفقیت است و این موضوع درباره درس خواندن نیز صدق می کند! یک برنامه اصولی از اتلاف وقت جلوگیری کرده و مطالعه شما را هدفمند می کند.
- ❖ این برنامه ریزی درسی به اضطراب و استرس شما پایان داده و موجب می شود تا با تمرکز بیشتری درس بخوانید.
- ❖ اگر با برنامه درس بخوانید، به خوبی خواهید فهمید که نقاط ضعف و قوت شما چیست و مثلاً برای کدام درس، باید وقت بیشتری را صرف کنید.
- ❖ نتیجه تمام آنچه گفتیم، افزایش بهره‌وری و بازده شما در زمان درس خواندن است.



❖ در هر صورت مهم این است که برای مطالعه شما به برنامه ریزی نیاز دارید.

❖ هر دایم یا دانشجویی ممکن است برنامه ریزی مخصوص به خود داشته باشد که با توجه به ویژگی های فردی او تدوین شده است.

❖ با این وجود برخی افراد ایده خاصی برای برنامه ریزی تحصیلی ندارد.

❖ در این زمان می توان به سراغ روش های مرسوم و معروف برنامه ریزی رفت.





روش بولت ژورنال برای برنامه ریزی



- ❖ در این روش باید اهداف و برنامه‌های روزانه، کوتاه مدت و حتی بلند مدت خود را در یک دفترچه خاص یادداشت کنید.
- ❖ در ادامه کلیه جزئیات هر برنامه را نیز به دفتر خود بیافزایید و به صورت منظم و اصولی برای هر یک از آن‌ها زمان‌بندی ویژه‌ای در نظر بگیرید.
- ❖ در ادامه باید به این برنامه ریزی کاملاً پایبند باشید.
- ❖ این برنامه می‌تواند شامل درس خواندن یا دیگر کارهای روزانه شما باشد.



روش GTD برای برنامه ریزی:

- ❖ اولین گام از این روش تعیین اهداف است که باید به صورت دقیق و اصولی اهداف خود را تعیین کنید.
- ❖ در ادامه باید اهداف را اولویت بندی کرده و آنها را روی کاغذ بنویسید.
- ❖ در گام بعدی باید روش دستیابی به اهداف را مشخص نموده و برای هر یک از آنها زمان ویژه‌ای را اختصاص دهید.
- ❖ در برنامه ریزی درسی، اولویت با دروسی است که نیاز به مطالعه بیشتری دارند.

روش نویل مدورا برای برنامه ریزی

- ❖ این روش برای برنامه ریزی کوتاه مدت در بازه روزانه ایجاد شده است.
- ❖ برای اجرای این روش باید تمام کارهای روزانه خود را یادداشت کنید.
- ❖ کارهای روزانه را اولویت بندی کرده و تصمیم بگیرید که تا پایان روز باید کدام کارها را به ترتیب اولویت انجام دهید.
- ❖ این روش، زمان شما در طول روز را مدیریت می کند.
- ❖ با روش نویل مدورا می توانید هم به درس خواندن برسید و هم به دیگر کارهای روزانه خود!



02

ویژگی‌های برنامه ریزی درسی صحیح



یک برنامه ریزی درسی اصولی باید وقت شما را مدیریت کرده و به شما کمک کند تا زمان کافی برای مطالعه کلیه دروس و دیگر کارهای خود داشته باشد.

چنین برنامه‌ریزی ویژگی‌های مختلفی دارد تا به در دستیابی به اهداف شما موثر واقع شود. در ادامه این بخش به ویژگی‌های برنامه ریزی درسی صحیح اشاره می‌کنیم:

❖ برنامه ریزی شما باید کاملاً دقیق و اصولی انجام شود تا به خوبی بدانید که در هر ساعت، چه کاری انجام دهید. یک برنامه‌ریزی حدودی و غیرواضح شما را به جایی نمی‌رساند.



- ❖ برنامه درسی باید منطقی و واقع‌بینانه انجام شود، مثلاً اگر برای ۱۵ ساعت درس خواندن به طور روزانه برنامه‌ریزی کنید، چنین چیزی اصلاً علمی نیست! دیگر کارهای روزمره و خواب و استراحت چه می‌شود؟
- ❖ بخاطر داشته باشید که برنامه‌ریزی ذهنی چندان موفقیت‌آمیز نیست. برای پایبندی و افزایش بهره‌وری یک برنامه‌ریزی درسی، آن را داخل یک دفتر مخصوص بنویسید.
- ❖ شما ممکن است از روش‌های معروف برنامه‌ریزی که در بخش قبل گفته شد، استفاده کنید. با این وجود بخاطر داشته‌باشید که یک برنامه‌اصولی باید توسط خود شما و با توجه شرایط، شخصی‌سازی شود.
- ❖ نام برنامه‌ریزی درسی نباید شما را گمراه کند! این برنامه‌ریزی باید کلیه فعالیت‌های روزانه شما را پوشش دهد. در حقیقت بخشی از زمان خود را به استراحت، غذا خوردن و دیگر کارهای خود اختصاص دهید.

03

استانداردهای برنامه ریزی صحیح

برای پاسخ به این سوال که چگونه برنامه ریزی درسی کنیم؟ باید با استانداردهای یک برنامه ریزی صحیح و اصولی آشنا شوید. آنچه می‌تواند برنامه شما را به بهترین برنامه ریزی درسی تبدیل کرد، استاندارد و دقیق بودن برنامه‌ریزی و در مرحله بعد پایبندی به آن است. در ادامه این استانداردها را بررسی می‌کنیم.

❖ ابتدا لیستی از تمامی کارهای که در طول روز انجام می‌دهید، تهیه کنید. در ادامه درس‌ها و کتاب‌هایی که قصد مطالعه آن‌ها را دارید، روی کاغذ بیاورید.

❖ زمان لازم برای انجام دیگر کارهای خود مانند خواب و غذا خوردن را مشخص کنید و تصمیم بگیرید که چند ساعت در روز به مطالعه اختصاص یابد.



❖ حالا دروس خود را اولویت بندی کنید. ممکن است شما برای مطالعه درس قانون مدنی به زمان بیشتری نیاز داشته دارید و یا در درس قانون آیین دادرسی کیفری قوی تر بوده و در مدت زمان کوتاهی آن را مطالعه کنید. پس اولویت با دروس سخت تر است!

❖ دروسی که در یک روز مطالعه می کنید، باید متنوع باشند. روز و برنامه خود را با خواندن دروسی که برای شما سخت تر است آغاز کرده و به همین ترتیب ادامه دهید تا در انتهای روز دروس راحت تر را مطالعه کنید.

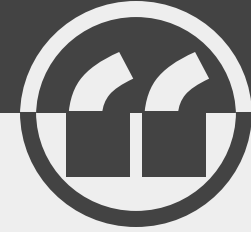


- ❖ حالا زمان شرکت در کلاس های خصوصی خود، تست زدن و مرور کردن درسها را نیز در برنامه خود بگنجانید و از هیچ بخشی غفلت نکنید.
- ❖ زمان بندی درس خواندن و استراحت را فراموش نکنید. به ازای هر ۷۵ دقیقه مطالعه، ۱۵ دقیقه استراحت کرده و یک خوراکی مقوی بخورید. یک روز در هفته را نیز مانند جمعه ها به تفریح پرداخته و از درس دور شوید.
- ❖ یک واحد زمانی را در برنامه خود خالی بگذارید تا به مطالعه دروسی که از برنامه عقب مانده اید اختصاص دهید. اگر درس عقب افتاده ای نداشتید، در این زمان خلاصه دروس را مطالعه کنید.

04

مزایا و اثرات مهم برنامه ریزی درسی

مزایای برنامه ریزی



حال که تا حدودی می‌دانید چگونه برنامه ریزی درسی کنیم؟ بهتر است با فواید برنامه ریزی درسی نیز آشنا شوید تا اگر برنامه ندارید، همین حالا دست به کار شوید! از جمله مزایای برنامه ریزی درسی می‌توان به موارد زیر اشاره کرد:

- تعیین مسیر دستیابی به اهداف
- بهبود عملکرد و بهره‌وری مطالعه
- افزایش انگیزه برای درس خواندن



- ❖ درکاهش اضطراب و استرس
- ❖ درس خواندن منظم
- ❖ رسیدگی به کلیه کارهای روزمره
- ❖ جبران عقب ماندگی درس‌ها
- ❖ هموار شدن مسیر موفقیت‌های تحصیلی

05

هر چند وقت یک بار باید برنامه خود را ارزیابی کنیم؟



- ❖ یکی از نکات مهم در برنامه ریزی درسی، ارزیابی نتیجه آن است.
- ❖ هر از چندگاهی عملکرد خود در اجرای برنامه و همچنین نتایج آن را مورد ارزیابی قرار دهید.
- ❖ ممکن است لازم باشد در برنامه خود تغییراتی ایجاد کنید؛ مثلا اگر برای مطالعه یک درس در حدود ۱ ساعت در روز زمان اختصاص داده‌اید و با توجه به حجم درس، به زمان بیشتری نیاز دارید، پس زمان تغییر برنامه است.

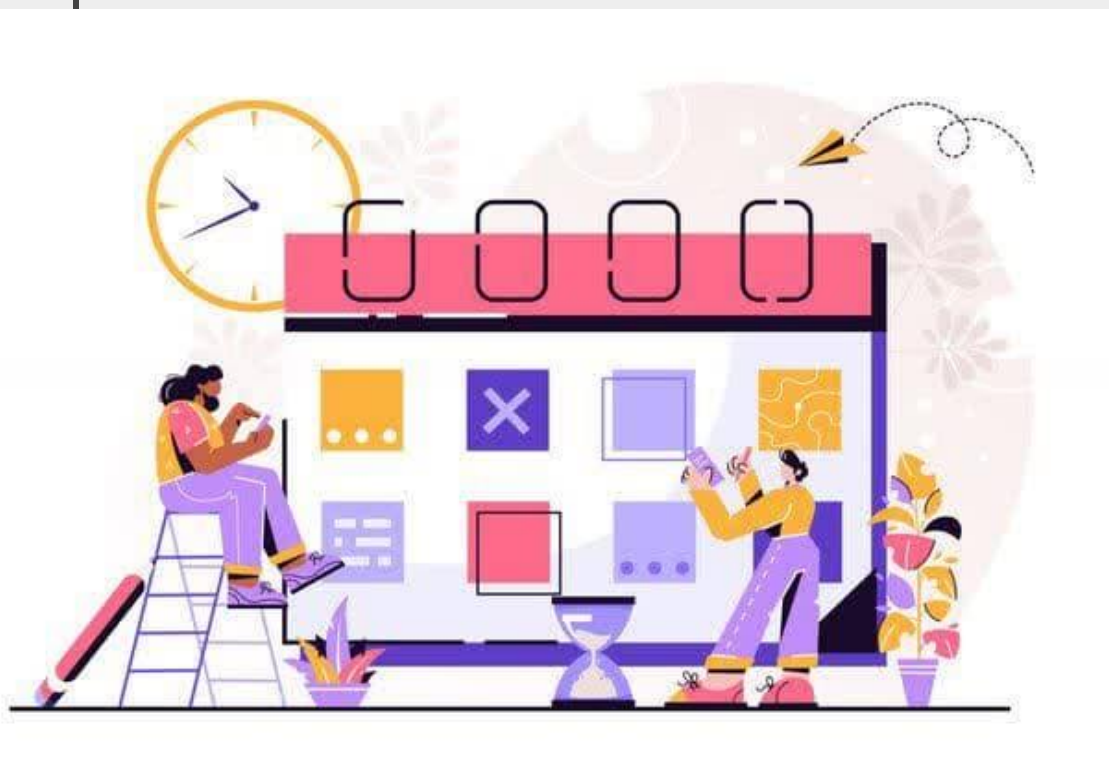
06

اشتباهات متداول در برنامه ریزی دسی



حال که به خوبی می‌دانید، چگونه برنامه ریزی درسی کنیم؟ باید با اشتباهات رایج در برنامه ریزی درسی نیز آشنا شوید. این اشتباهات موجب می‌شود تا به هدف موردنظر خود نرسید. از جمله این اشتباهات می‌توان به موارد زیر اشاره کرد:

- ❖ برنامه ریزی تنها برای درس خواندن بدون در نظر گرفتن استراحت و تفریح
- ❖ زمان‌بندی نادرست مانند درس خواندن در آزمون آزمایشی



- ❖ محدود کردن مطالعه تنها به جزوات
- ❖ عدم ارزیابی تاثیر برنامه ریزی درسی
- ❖ دانلود کتاب های درسی و فراموش کردن مطالعه آنها
- ❖ تعیین برنامه سختگیرانه مانند ساعت های بسیار طولانی مطالعه



❖ در این مطلب به این سوال پاسخ دادیم که چگونه برنامه ریزی درسی کنیم؟ همانطور که گفتیم برای برنامه ریزی باید استانداردهای مختلفی را در نظر گرفت.

❖ یک برنامه صحیح باید با شرایط شما همخوانی داشته و شخصی سازی شود.

❖ برای تدوین یک برنامه مناسب می‌توانید از کمک **موسسه آموزش**

عالی‌پژوهانش استفاده کنید.

❖ این موسسه با اساتید و مشاوران حرفه‌ای همکاری داشته و به شما کمک می‌کند تا با یک برنامه‌ریزی مناسب به اهداف خود برسید.

07

دسهارو چندبار بخونیم؟

قانون مجازات اسلامی

متن کتاب	۲ تا ۳ بار
درسنامه	۲ تا ۳ بار
تست هر مبحث	۳ تا ۴ بار

قانون آیین دادرسی مدنی

متن کتاب	۳ تا ۴ بار
درسنامه	۴ تا ۵ بار
تست هر مبحث	۳ تا ۴ بار

قانون مدنی

متن کتاب	حداقل ۵ بار
درسنامه	۴ تا ۵ بار
تست هر مبحث	۳ تا ۴ بار

قانون تجارت

متن کتاب	۴ بار
درسنامه	۳ تا ۴ بار
تست هر مبحث	۲ تا ۳ بار

ق. آیین دادرسی کیفری

متن کتاب	۳ بار
درسنامه	۲ تا ۳ بار
تست هر مبحث	۳ تا ۴ بار



اصول فقه

۲ بار	درسنامه
۲ تا ۳ بار	تست هر مبحث

متون فقه

۳ بار	درسنامه
۲ تا ۳ بار	تست هر مبحث

روش مطالعه قانون مجازات اسلامی و آیین دادرسی کیفری

- ۱ مطالعه روزنامه وار مواد درسی
- ۲ آموزش دقیق (کلاس یا ویدیو آموزشی)
- ۳ خواندن درسنامه یا جزوه استاد
- ۴ تست آموزشی (چندبار)
- ۵ تست زمان دار
- ۶ روتین شبانه

روش مطالعه درس قانون مدنی و آیین دادرسی مدنی

- ۱ مطالعه مواد درسی
- ۲ آموزش دقیق (کلاس یا ویدیو آموزشی)
- ۳ خواندن درسنامه یا جزوه استاد
- ۴ تست آموزشی با تحلیل گزینه به گزینه
- ۵ تست زمان دار
- ۶ تست قدرتی
- ۷ روتین شبانه

روش مطالعه اصول فقه و متون فقه

- مطالعه دقیق هر فصل ۱
- آموزش دقیق (کلاس یا ویدیو آموزشی) ۲
- خواندن درسنامه یا جزوه استاد ۳
- تست آموزشی ۴
- تست زمان دار ۵
- روتین شبانه ۶

روش مطالعه قانون تجارت

- مطالعه مواد درسی ۱
- آموزش دقیق (کلاس یا ویدیو آموزشی) ۲
- خواندن درسنامه یا جزوه استاد ۳
- تست آموزشی ۴
- تست زمان دار ۵
- تست زمان دار ۶
- تیپ تست ۷



روش مطالعه دست بردس

دوره، دوره، دوره حداقل با یک کتاب کمک آموزشی یا جزوه اساتید معتبر، تست با حداقل ۲ کتاب، خلاصه نویسی از پاسخنامه تست ها، تکرار و تمرین	قانون مدنی
دوره، دوره، دوره حداقل با یک کتاب کمک آموزشی یا جزوه اساتید معتبر، تست با حداقل ۲ کتاب، خلاصه نویسی از پاسخنامه تست ها، تکرار و تمرین	ق. آیین دادرسی مدنی
ماده خوانی، تکرار و تمرین از موضوعات آسان به سخت (روش پله ای)، نت برداری و دوره مستمر از نت، تست زنی سنوات	قانون مجازات اسلامی
ماده خوانی، تکرار و تمرین از موضوعات آسان به سخت (روش پله ای)، نت برداری و دوره مستمر از نت، تست های سال قبل	قانون آیین دادرسی کیفری
ماده خوانی، استفاده از یک جزوه یا یک کتاب آموزشی خوب، تست های سال قبل همراه با جواب تشریحی	قانون تجارت
استفاده از یک جزوه رمزگردانی، تست های سال قبل	اصول فقه
ترجمه تمرینی ترکیبی، یادگیری واژگان در متن	متون فقه

بهترین ساعت مطالعه + دلیل علمی

ق.مدنی



چون مغز تو پُر انرژی
 ترین حالت

۱۰:۳۰-۱۳

آیین دادرسی کیفری



چون منطق و حافظه
 قوی ترین وضع

۷-۱۰

ق.آ.د.م



چون مغز تو قله دوم
 انرژی

۱۵:۳۰-۱۸:۳۰

یه خواب سبک



چون انرژی مغز افت
 کرده و نیاز به شارژ

۱۳-۱۵

اصول فقه یا متون فقه



چون مغز داده های روز
 رو طبقه بندی می کنه

۲۲:۳۰-۲۴

ق.م.ا



چون یواش یواش
 انرژی مغز تحلیل میره

۱۹-۲۲

بدترین اشتباهات در هنگام مطالعه



۱ شب‌ها **دیر** خوابیدن و خواب **زیاد** بعد از ظهرها

۲ نخوردن **صبحانه** و **تغذیه** نامناسب

۳ دوستی و روابط **زیاد**

۴ بحث و کلنجار با دوستان یا خانواده

۵ درس خواندن در **زمان‌های نامناسب**

۶ **توجه نکردن** به درس‌های سرکلاس

بدترین‌های آزمونی



درس خواندن بدون تست و مرور

بدترین استراتژی

ساعت مطالعه نوسانی (به روز ۱۲ ساعت به روز هیچ)

بدترین ساعت مطالعه

وسواسی خواندن (برای همه درس‌ها ویدیو دیدن)

بدترین روش درس خواندن

تست زدن بدون تحلیل و بدون توجه به زمان

بدترین روش تست زدن

محیط با سر و صدای زیاد/خیلی گرم یا خیلی سرد

بدترین مکان مطالعه

منابع خیلی سخت یا خیلی ساده

بدترین منابع



نتیجه‌گیری

در انتهای همه این موارد، برنامه ریزی و مشاوره حضوری و غیرحضوری به‌عنوان یک ابزار مؤثر برای داوطلبان، مزایای بی‌شماری دارد که می‌تواند تاثیر زیادی بر موفقیت آن‌ها بگذارد. از دسترسی آسان و کاهش هزینه‌ها گرفته تا بهره‌گیری از بهترین مشاوران و افزایش انگیزه، همگی نشان‌دهنده اهمیت این روش نوین است. مشاوره غیرحضوری نه تنها به داوطلبان کمک می‌کند که مسیر خود را با برنامه‌ریزی بهتری طی کنند، بلکه باعث می‌شود آن‌ها از حمایت و راهنمایی‌های مستمر یک فرد دانا و متخصص بهره‌مند شوند.

با استفاده از این روش، داوطلبان می‌توانند نقاط ضعف خود را شناسایی و پیدا کرده و آن‌ها را برطرف کنند، درحالی‌که استرس و اضطراب ناشی از آزمون وکالت نیز کاهش می‌یابد. به‌طور کلی، مشاوره یک راهکار نوین و کارآمد برای موفقیت در آزمون است که به داوطلبان کمک می‌کند تا با اطمینان و آمادگی بیشتری در این آزمون سرنوشت‌ساز شرکت کنند.



دپارتمان مشاوره و پشتیبانی

موسسه آموزش عالی چتر دانش

وکیل الهه ملکی



وکیل صبا برحق



وکیل سایان سلمان



وکیل امیرمحمد احمدی



وکیل فاطمه مبرشبعی

Web: www.rotbesazechatredanesh.com

برنامه ریزی فردی و متناسب با ویژگی‌های شخصی داوطلب

معرفی منابع با توجه به سطح داوطلب

ارتباط مستقیم پشتیبان با داوطلب

تحلیل کارنامه آزمون‌های آزمایشی

ارائه تکنیک‌های تست‌زنی

پشتیبانی حضوری و غیر حضوری

پاسخ به ابهامات درسی و ارائه روش‌های مطالعاتی

مشاوره توسط رتبه‌های برتر و نیمه حرفه‌ای با بالاترین تعداد قبولی

 ۰۲۱-۶۶۴۱۴۸۴۸
  ۰۹۱۰۱۴۱۴۸۴۸
  @chatredanesh

دفتر مرکزی: تهران، فیاضان انقلاب، روبروی درب اصلی دانشگاه تهران، فیاضان فخررازی، نبش کوچه انوری، پلاک ۲۷



 chatredanesh

صفحه اصلی چتر دانش

01

 chatredanesh_news

صفحه خبر چتر دانش

02

 hoghoghkarbordi7

صفحه حقوق کاربردی

03

 chatredanesh.academic

صفحه دوره آکادمیک

04

 chatredanesh.hoghogh

صفحه تدریس مجازی

05



 chatrekhbar

کانال خبر حقوقی چتر دانش

01

 chatredanesh

کانال تلگرام چتر دانش

02

 **نشانی انتشارات چتر دانش:** میدان انقلاب، خیابان منیری جاوید،

خیابان روانمهر، پلاک ۱۳۳، شماره تماس: ۰۲۱۶۶۹۷۷۳۲۱

 **نشانی فروشگاه چتر دانش:** میدان انقلاب، خیابان منیری جاوید

(اردیبهشت شمالی) پلاک ۸۸، شماره تماس: ۰۲۱۶۶۴۰۲۳۵۳

شماره‌های واتساپ چتر دانش:

 ۰۹۱۰۱۴۱۴۸۴۸ (واحد آموزش)

 ۰۹۰۵۸۶۵۸۹۳۱ (واحد حقوق کاربردی)

 ۰۹۹۶۵۶۱۸۴۳۸ (واحد مشاوره و پشتیبانی)