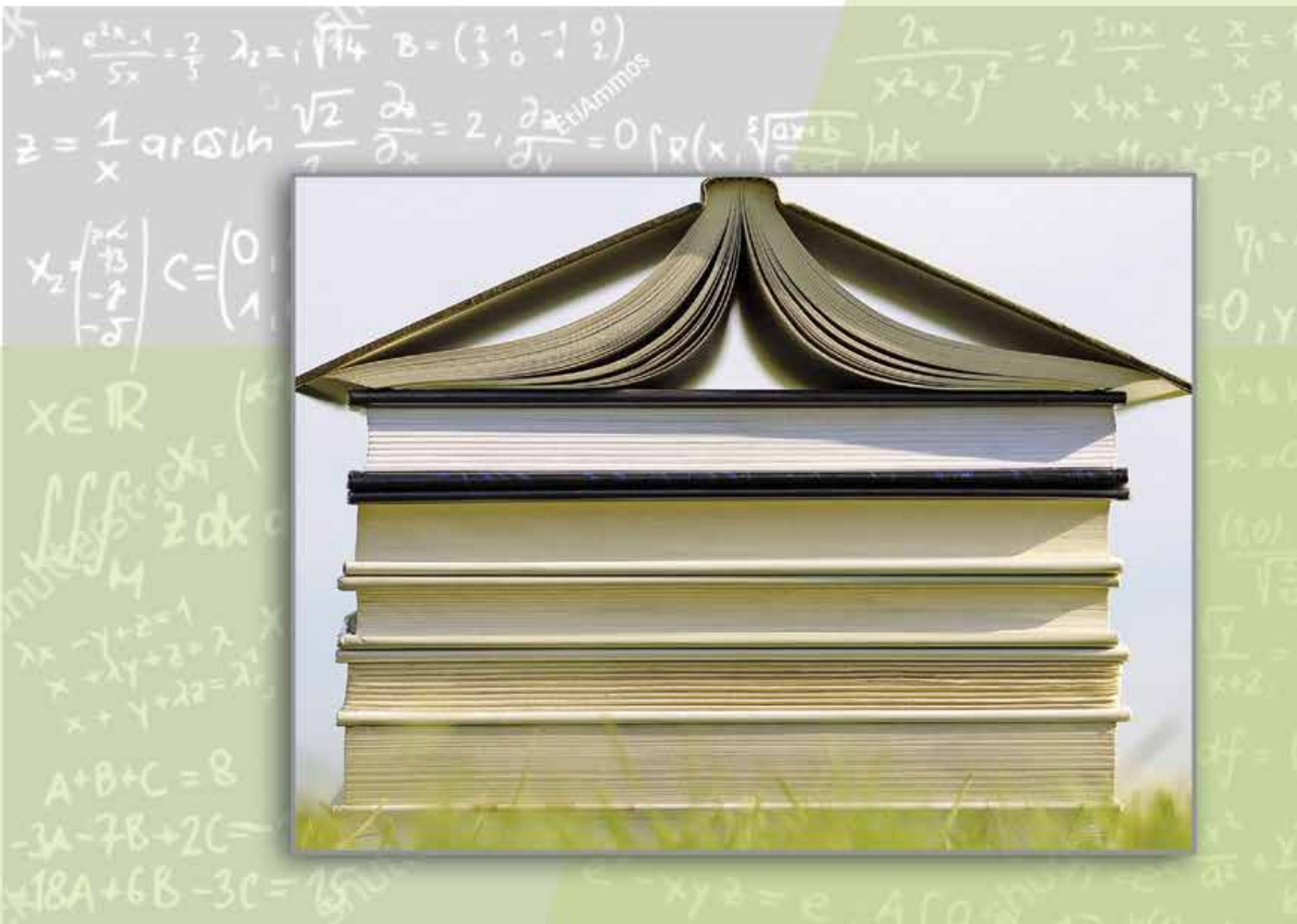


# با جمع بندی دروس به استقبال کنکور برویم

برای همه داوطلبان آزمون سراسری، خرداد ماه از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است؛ زیرا عموماً در میان داوطلبان، این ماه به دوران جمع‌بندی معروف است و بیشتر داوطلبان در این زمان، مشغول این هستند تا مطالبی را که در طول سال مطالعه کرده‌اند، جمع‌بندی نموده و برای کنکور آماده شوند. دوران جمع‌بندی، دوران بسیار مهمی است؛ زیرا علاوه بر داوطلبان که باید به مدیریت خوب این دوران فکر کنند، دانش‌آموزان

سال آخر نیز باید امتحاناتشان را در همین زمان بدهند و خودشان را برای آنها آماده کنند و علاوه بر آن باید شیوه دوران جمع‌بندی را اجرایی کنند و از زمان خود نهایت استفاده را ببرند. اهمیت دوران جمع‌بندی و روش برنامه‌ریزی در این ماه را همه می‌دانند؛ زیرا با استفاده صحیح از ماه خرداد و اجرای روش صحیح جمع‌بندی، در هر جایگاهی که باشید، می‌توانید رشد کرده و از تلاش خود نتیجه دلخواه بگیرید.

در حال حاضر، بیشتر دانش‌آموزان این تصور را دارند که هیچ‌یک از مطالبی را که تا به حال خوانده‌اند، به یاد ندارند. این موضوع باعث می‌شود تا آنان نتوانند در این ایام به خوبی برنامه‌ریزی کرده و از وقت خود استفاده نمایند و فکر می‌کنند که برای یادگیری بهتر، باید تمام مطالب را در دوره جمع‌بندی مرور کنند؛ اما نگران نباشید؛ چون به محض اینکه در جلسه آزمون سراسری حاضر شوید و سؤالات را ببینید، متوجه خواهید شد که



مطالب را به خوبی به خاطر دارید. در دوران جمع‌بندی، زمان محدود است و اطلاعات، باید سازمان‌دهی شود؛ به همین دلیل، فراموش نکنید معنی جمع‌بندی این است که ابتدا درس‌هایی را که خوانده‌اید، مرور کنید و برای دروس نخوانده، برنامه‌ریزی نکنید. خیلی از داوطلبان تصور می‌کنند که باید همه کتاب‌ها را بخوانند و جلو بروند. در این روش، زمانی که کتاب اول را بر می‌دارید و شروع به خواندن می‌کنید، نگران آنچه که باقی مانده است، هستید، و وقتی نیمی از کتاب‌ها را می‌خوانید، نگرانی دیگری هم دارید و آن نگرانی، این است که اولین کتاب‌هایی را که خوانده‌اید، فراموش کرده‌اید.

البته دانش‌آموزان برتر، حجم کمتری از اطلاعاتشان ناقص است و در نتیجه، کار آنها، کمتر و سبک‌تر است.

در دوران جمع‌بندی، ما درحال دوره کردن هستیم، اما فصل‌ها و صفحه‌های مهم کتاب‌ها دوره می‌شود و نه همه مطالب آنها. برای اینکه بتوانیم این کار را انجام دهیم و از زمان خود بهترین استفاده را ببریم، ابتدا مطالبی را که لازم می‌دانیم (دقت کنید فقط مطالبی را که فکر می‌کنیم نیاز به مرور و مطالعه مجدد دارند) مرور می‌کنیم و سپس با انجام چند دوره تست و آزمون‌های سال‌های قبل، تا حدود زیادی می‌توانیم مطمئن باشیم که اگر مبحث مهمی در کتاب‌ها بوده، در خلال این چند دوره آزمون مطرح شده است.

در دوران جمع‌بندی، کار برای دانش‌آموزان متوسط و ضعیف‌تر از حد معمول، حساس‌تر است؛ زیرا روحیه کمال‌طلبی باعث می‌شود تا آنان تلاش کنند که تمام نکات را به طور کامل یاد بگیرند؛ اما این دسته از داوطلبان باید توجه داشته باشند که حتماً زمان را در نظر بگیرند، و اگر زمان لازم برای جمع‌بندی کامل دروس ندارند، به بودجه بندی دروس توجه کرده و الزاماً نکات مهم‌تر و اصلی‌تر دروس را در دوره جمع‌بندی مطالعه کنند. بودجه بندی مباحث کنکور، طی سال‌های متوالی، تقریباً ثابت است و معمولاً همیشه یک یا دو تست در طی سال‌های مختلف از آن مباحث مطرح می‌شود؛ مثلاً اگر دانش‌آموزی، مطلبی را بلد نیست، بدیهی است که می‌تواند به مباحثی که اهمیت بیشتری دارد، بپردازد؛ در واقع قرار نیست که در این دوره، کارهای غیرممکن انجام دهید، بلکه باید در یک فاصله زمانی محدود، بهترین و درست‌ترین کار ممکن

و نتیجه‌ای که کسب می‌کنید، برای روزهای باقی‌مانده هفته به منظور رفع اشکال برنامه‌ریزی کنید؛ به عبارتی آزمون به شما کمک می‌کند تا بتوانید برای خودتان برنامه شخصی بهتری تنظیم کنید. بهترین حالت در این موقعیت، آن است که شما چهار تا پنج روز را، بسته به شرایط درسی و آمادگی خود در آزمون، تست مجموعه‌ای بزنید و در وقت باقی‌مانده هفته، رفع اشکال کنید.

با اینکه قبلاً درباره شیوه آزمون دوره جمع‌بندی توضیحاتی داده‌ایم، اما لازم است که یک بار دیگر برای راهنمایی شما عزیزان اشاره کنیم که در این ایام باقی‌مانده تا آزمون سراسری، سعی کنید که روزهای هفته را به دو بازه سه روزه به همراه روز جمعه تقسیم کنید و این سه روز را به شش نیمروز تقسیم کنید و در نیمروز اول، یک تست مجموعه‌ای

را دقیقاً مانند شرایط کنکور از خود امتحان بگیرید و پس از تحلیل این آزمون، به این صورت عمل کنید که هر نیمروز از این پنج نیمروز باقی‌مانده را به مطالعه یک درس اختصاصی بپردازید. حال برای تعیین نیاز خود در دروس اختصاصی، به این صورت عمل کنید که در هر درس، بخشی از آن درس را بخوانید که بیشترین تعداد سؤالات غلط یا «پاسخ داده نشده» شما در آزمون مذکور از آن بخش یا فصل کتاب باشد. اگر شما در بازه سه روزه بعدی، تست مجموعه‌ای دیگری را از خود آزمون بگیرید، این بار، نیاز به مطالعه بخش‌های دیگری از دروس خواهید داشت. بعد از اینکه چند بار به این شیوه عمل کردید، خواهید دید که مهم‌ترین بخش‌های

کتاب‌هایی را که بیشترین ضعف را در آنها داشته‌اید، مورد مطالعه قرار داده‌اید. پس از آزمون، با استفاده از تکنیک مبحث‌شناسی، بررسی کنید و ببینید که در چه مواردی اطلاعاتتان ناقص است و در چه موارد دیگری نیاز به مطالعه دارید. همچنین یک گزارش از عملکرد آزمون‌های خود گرفته‌اید تهیه کنید و بعد تصمیم بگیرید که کدام مطالب را باید دقیق‌تر بخوانید و کدام مطالب را می‌توانید سریع‌تر یاد بگیرید یا کدام مطالب را نمی‌توانید یاد بگیرید یا نمی‌خواهید بخوانید. بر اساس این گزارش، از عملکرد خود برای دو نیمروز دیگر برنامه‌ریزی و خود را برای آزمون بعدی آماده کنید.

معمولاً طراحان سؤال کنکور به این موضوع مقید هستند که در طرح یک مجموعه سؤال از هر درس، همه

را انجام دهید. در زمان جمع‌بندی، داوطلبان باید سعی کنند تا از تمام اوقاتشان استفاده نمایند؛ با این همه، باز هم لازم است که از دفتر برنامه‌ریزی استفاده کنید. هنگامی که وقت شما کم و کارتان زیاد است، ضرورت داشتن یک برنامه منظم، از هر زمان دیگری بیشتر است. همان‌گونه که قبلاً اشاره کرده‌ایم، در دوران جمع‌بندی، بهترین

### توجه داشته باشید که دوران جمع‌بندی، زمان تثبیت یافته‌هاست، نه یادگیری جدید. در دوران جمع‌بندی، مطلب جدید نخوانید و موضوع تازه‌ای را به برنامه خود اضافه نکنید؛ چون اضافه کردن مطلب جدید، عملاً نظم فکری شما را به هم می‌ریزد. کار اصلی شما در این مرحله، آن است که اطلاعات ناقص خود را کامل کنید، و اصلاً قرار نیست اطلاعاتی را که ندارید، به دست بیاورید

کار این است که شما در هفته چند آزمون برگزار کنید و از خود امتحان بگیرید؛ به این ترتیب، متوجه خواهید شد که نقاط ضعفتان کجاست و درصدد رفع نقاط ضعف خود در روزهای باقی‌مانده هفته برخواهید آمد. اگر جزو آن دسته از داوطلبانی هستید که منتظر هستید تا دوره درس‌ها به پایان برسد و تست کار کنید، باید بدانید که یا هیچ‌گاه این مسأله اتفاق نمی‌افتد یا اگر اتفاق بیفتد، بسیار دیر خواهد بود و مدت زمان باقی‌مانده، زمان کافی برای رفع اشکال شما نخواهد بود؛ بنابراین، اگر هنوز شروع به تست زدن به صورت منسجم و کنکوری نکرده‌اید، زمان را از دست ندهید و از همین الان شروع به تست زدن کنید.

برای اینکه مطالعه موفق‌تری داشته باشید، سعی کنید در آزمون‌هایی که از خودتان می‌گیرید، به سراغ تست‌های سال‌های قبل بروید. شبیه‌ترین سؤال‌ها به کنکور امسال، سؤالات سال‌های گذشته آزمون سراسری است. ضمناً بهترین کار در دوران جمع‌بندی، تکرار تست‌هایی است که قبلاً داشته‌اید؛ زیرا، علاوه بر یادآوری و تسلط روی همان تست‌ها، اشتباهاتی که قبلاً داشته‌اید، یادآوری می‌شوند. ممکن است که داوطلبان عزیز به شیوه آزمون‌های جمع‌بندی مبادرت کنند، اما همین که دیدند نتیجه آزمون اول یا بعدی خوب نشد، این روش را رها کنند. انجام این کار درست نیست؛ زیرا هدف از زدن تست مجموعه‌ای، در اصل آموزش است، نه سنجش؛ یعنی شما بتوانید با توجه به وضعیت خودتان

مطالب و همه مباحث را در آن طرح درس منظور کنند؛ پس زمانی که یک دانش‌آموز، یک بار، یک مجموعه سؤال را امتحان می‌دهد، عملاً همه کتاب‌های درسی را یک بار ورق می‌زند. باید پذیرفت که امتحان دادن، جزئی از یادگیری است و خیلی از دوستان، آزمون را به عنوان ابزار سنجش می‌بینند، ولی برای اینکه داوطلبان بیشترین تمرکز را در سر جلسه آزمون دارند و حل کردن مسائل برای آنها مهم بوده و از زوایای مختلف به آن نگاه می‌کنند، در سر جلسه امتحان می‌توانند یادگیری بهتری داشته باشند؛ به همین دلیل، ما از شما داوطلبان عزیز می‌خواهیم که در هر هفته از خود در شرایط کنکور آزمون بگیرید و سپس با تحلیل آزمون، رفع اشکال کنید. در دوره جمع‌بندی خرداد ماه، حتماً دروس عمومی را در برنامه مطالعاتی خود بگنجانید؛ البته اگر تا به حال درسی را

نخوانده‌اید، برای خواندن آن وقت نگذارید؛ زیرا مطالعه کامل یک درس اختصاصی، که تاکنون آن را خوب نخوانده‌اید، بسیار وقت‌گیر است؛ به همین دلیل، زمانی را که می‌توانید روی جمع‌بندی همه درس‌ها بگذارید، روی خواندن تنها یک درس نگذارید. می‌توانید ادبیات و معارف را، اگر قبلاً مطالعه کرده‌اید، مرور و جمع‌بندی کنید؛ به این خاطر که مطالعه ادبیات یا معارف اولاً وقت زیادی نمی‌گیرد و دوم اینکه این دو درس چون فزائر هستند، اگر نزدیک به کنکور مرور شوند، کمک بیشتری به شما می‌کنند. باید توجه داشته باشید که شما در این ایام، فارغ از تمام وقتی که برای آزمون و مرور و رفع اشکال انجام می‌دهید، هر روز در حدود چهار ساعت را به مطالعه و مرور دروس عمومی اختصاص دهید.

گرچه اجراء آزمون و تحلیل آن، بسیار مهم است، اما مهم‌تر از آن، این نکته است که شما پس از مبحث‌شناسی بتوانید درک درستی از وضعیت خود در دروس مختلف داشته باشید و بتوانید بین دروسی که در آنها ضعف دارید تعادل ایجاد کرده و در روزهای باقی‌مانده هر هفته، زمانی را در برنامه درسی خود برای فراگیری آن بگنجانید؛ مثلاً شما به عنوان داوطلب گروه آزمایشی علوم تجربی، در دو درس شیمی و ریاضی مشکل دارید. باید به این نکته توجه کنید که شیمی برای شما مهم‌تر از ریاضی است؛ به همین دلیل، اگر قرار است که در برنامه هفتگی خود هر دو درس را بخوانید، باید زمانی را که برای مطالعه شیمی در برنامه خود در نظر می‌گیرید،

بیشتر از ریاضی باشد تا بتوانید در کنکور نتیجه بهتری را کسب کنید. درست است که در روزهای باقی‌مانده تا کنکور نمی‌توان معجزه کرد، اما این موضوع به آن معنی نیست که شما داوطلبانی که تا به حال مطالعه زیادی نداشته‌اید، دست از کار بکشید. می‌دانیم که همواره از مباحث و مطالب مختلف در آزمون‌های سراسری سال‌های گذشته سؤالاتی

### در دوره جمع‌بندی خرداد ماه، حتماً دروس عمومی را در برنامه

### مطالعاتی خود بگنجانید؛ البته اگر تا به حال درسی را نخوانده‌اید،

### برای خواندن آن وقت نگذارید؛ زیرا مطالعه کامل یک درس

### اختصاصی، که تاکنون آن را خوب نخوانده‌اید، بسیار وقت‌گیر

### است؛ به همین دلیل، زمانی را که می‌توانید روی جمع‌بندی همه

### درس‌ها بگذارید، روی خواندن تنها یک درس نگذارید

طرح شده است. برای اینکه داوطلبانی که مطالعه کمی داشته‌اند و الان می‌خواهند از این فرصت باقی مانده استفاده کنند، دچار مشکل و سردرگمی نشوند، در آغاز باید، با توجه به بودجه‌بندی مباحث، موضوعاتی را که می‌خوانند، حذف کنند و کنار بگذارند. انجام این کار عملاً باعث می‌شود که حجم کار کمتر شود، و سپس موضوعات مهم‌تر و آنهایی را که قبلاً تا حدودی یاد گرفته‌اند یا برایشان با مرور در این زمان، یادگیری‌اش آسان می‌شود، در برنامه خود قرار دهند.

در ایام جمع‌بندی در خرداد ماه، به نکات زیر توجه کنید.

۱- ایجاد نظم فکری، بیرون ریختن افکار منفی از ذهن است. این جمله شاید کلیشه‌ای باشد، ولی یکی از مهم‌ترین عوامل برای موفق شدن، داشتن افکار مثبت است. در خرداد ماه، به روزها و ماه‌های قبل فکر نکنید و فقط سعی کنید که برنامه مشخصی برای روزهای باقی‌مانده تا آزمون سراسری داشته باشید.

۲- از خود ضعف نشان ندهید و حتی اگر چندین آزمون پی در پی را خراب کردید یا در مرورها احساس کردید که چیزی از مطالب را به خاطر ندارید، خود را نیازید و همچنان با روحیه بالا با قوت ادامه دهید.

۳- تمام فکر و ذکر خود را روی یک برنامه اصولی دوران جمع‌بندی متمرکز کنید و در مورد برنامه‌ای که تصمیم به اجرای آن دارید، خوب فکر کنید و اراده و تصمیم خود را روی آن متمرکز کرده و از تغییر برنامه‌تان جداً

بپرهیزید.

۴- در زمان باقی‌مانده تا آزمون سراسری، شب‌ها قبل از خواب به مدت چند دقیقه، وضعیت خود را در کنکور مجسم نمایید. تصور کنید که سر جلسه آزمون سراسری حضور یافته‌اید و به پاسخگویی سؤالات مشغول هستید و به راحتی می‌توانید به تمام سؤالات پاسخ دهید و هیچ‌گونه مشکلی در پاسخگویی به آنها ندارید؛ یا خود را در شرایطی تصور کنید که با سؤالات دشواری مواجه شده‌اید. استفاده از این روش، سبب می‌شود تا استرس شما از حضور در جلسه کنکور، تا حد زیادی کاهش یابد.

۵- از همین حالا، وضعیت خواب و تغذیه خود را منظم کنید. حتماً به نوعی برنامه‌ریزی کنید که صبح‌ها ساعت شش از خواب بیدار شوید.

۶- استراحت، نیاز هر انسانی است و این اشتباه است که فکر کنیم می‌توانیم بدون استراحت پیش برویم. اگر زمان استراحت ما حساب و کتابی نداشته باشد، مطمئناً به جایی می‌رسیم که خستگی، ما را از ادامه مسیر باز می‌دارد. داشتن زمان خواب منظم در این دوران، حیاتی است. سعی کنید که زمان استراحت شما، زمان استراحت مطلق باشد و در این اوقات به هیچ چیز فکر نکنید.

۷- حتماً در تمرین‌های تست مجموعه‌ای که انجام می‌دهید، تکنیک‌های مدیریت زمان را اجرا نمایید و این مطلب را فراموش نکنید که شما نباید در آزمون سراسری، وقت کم بیاورید و باید بتوانید یک بار تمام سؤال‌ها را مطالعه کنید.

۸- دانش‌آموزان سال آخر سعی کنند که در ایام امتحانات، تمام درس‌های خود را با هدف کنکور، ولی برای امتحان، مرور و جمع‌بندی کنند؛ یعنی طوری بخوانید که در کنکور بتوانید به سؤالات جواب بدهید؛ ولی در عین حال، تسلطتان در حدی باشد که در امتحان مدرسه هم نمره خوبی بیاورید.

۹- در این مدت، خودتان را با کسی مقایسه نکنید، از کسی سؤال نکنید و به کسی هم جواب ندهید. منظور ما، طرح سؤالاتی مانند: «تو چقدر خواندی؟ تو چقدر تست زدی؟ دور چندم هست؟ ترازت چقدر شد؟» و ... است. همه اینها، جز استرس و مزاحمت فکری، برای شما چیز دیگری به ارمغان نمی‌آورد.