

خلاصه ۴ گام مطالعه موفق روش دکتر شیرمردی (تضمینی)

دانش آموز و دانش پژوه در این روش می بایست ۴ بار تا مرحله امتحان یک مطلب را بفواند تا به نحو احسن بر متن مورد مطالعه مسلط شود و هر لفظ آماده امتحان و ارائه مطلب باشد. در صورت برداشتن گام اول و دوم می توان پیش بینی کرد که دانش آموز نمره ای بین ۱۰ تا ۱۲ را کسب نماید و در گام سوم نمره ای بین ۱۲ تا ۱۷ و در گام چهارم ۱۷ تا ۲۰ را کسب نماید.

گام اول : عمیق خوانی

در این گام موارد ذیل باید عملی شوند :

زمان اجرا : اولاً ترم و در حین آمدن به کلاس

✓ فقط درک و فهم مطلب

✓ حفظ کردن ممنوع

✓ حل تمرینات درس به کمک کمک درسی معتبر

✓ تمرینات تک به تک حل شوند

✓ مثالها و تمرینهای متن درس هم باید توسط دانش آموز نوشته و یک بار روی برگه چک نویس حل شوند

✓ در این مرحله به نمودارها ، جداول ، شکلها و پیوست ها ، موضوع درس باید توجه ویژه نمود

✓ گام دوم : نیمه عمیق خوانی ۱ :

موارد ذیل در این گام باید رعایت شود :

- ✓ مطالعه مجدد متن و یادداشت برداری ، شناسایی نکات مهم
- ✓ حفظ تعاریف ، فرمولها و نکات مهم بطور نسبی (۵۰٪ مطالب)
- ✓ حل تمرین ها و پرسش های متن درس توسط دانش آموز و پژوهش جو
- ✓ حل تمرینات و پرسشهای پایان درس توسط دانش آموز (تک تک تمرینات حل شود)
- ✓ در صورت برخورد با مشکل در حل تمرینات به کمک درسی مراجعه نماید .
- ✓ در صورت عدم فهم و یادگرفتن مطلب در تمرینات یا متن درس به درسهای ماقبل یا کتابهای دیگر جهت رفع مشکل مراجعه نماید .
- ✓ تمرینات مهم ، سفت ، امتحانی ، دوباره خوانی و در این مرحله باید شناسائی و علامت دار شوند (مثلاً علامت P)
- ✓ در این مرحله برای رفع اشکال می توان به معلم مراجعه نمود و یا ریشه مشکل بررسی شود و مشخص شود که چه مطالب دیگری را باید یادگرفت و باید آسیب شناسی انجام داد و باید آن مشکل را بررسی نماید حتی به پایه های سالهای ماقبل مراجعه نماید و بطور ریشه ای مشکلات را حل نماید .
- ✓ تصویرسازی ذهنی برفی مطالب مهم
- ✓ تداعی و تبسم و تصویرسازی مطالب در این مرحله انجام می شود .

✓ گام سوم : نیمه عمیق خوانی ۲

✓ تسلط کافی به کلیه مطالب یادداشتی ، موعوم و حفظ کردن

✓ تسلط بر روابط بین مطالب متون و توان قدرت تجزیه و تحلیل

✓ حفظ کامل موارد مفظی

✓ تسلط در هر ارائه مطالب به دیگران

✓ شناخت نکات کلیدی و امتحانی

✓ حل تمرینات موعوم و فیلی موعوم و امتحانی که قبلاً نشان‌گذاری شده بودند و خود در حل آنها

مشکل داشت

✓ حل تمرینات نمونه (از هر چند تمرین و پرسش مشابه به یک یا دو مورد حل شود)

✓ در این مرحله می توان سراغ سئوالات و تست های مشابه رفت و آنها را حل نمود

✓ در این مرحله می توان سراغ کتابها و مطالب درسی مشابه از کتب تقویتی و مشابه رفت

✓ تبسم سازی و تداعی سریع در این مرحله انجام می شود .

زمان اجرا : ایام فرجه امتحانات و شب های امتحان

✓ گام چهارم : مرور

دانش آموز با اطمینان از یادگیری مطالب در سه مرحله قبل و ارائه مرحله فقط نکات موعوم ،

یادداشتی و امتحانی را مرور می کند و نکات تمرینی و پرسشها را نیز به همین صورت مرور و

یادآوری ذهنی می کند و به صورت کامل بر کلیه مطالب و مفاهیم یادگیری تسلط می یابد و بدون

هیچگونه استرسی خود را آماده امتحان می نماید. مسلماً در اینجا امتحان فیلی ساده و دوست داشتنی

است چون دانش آموز به اوضاع کاملاً مسلط است و دیگر ترسی از فراموشی ندارد چون بطور کاملاً عمیق و اصولی مطالب را یاد گرفته است

📌 ملاحظات :

۱ - دانش آموزی موفق است که مراحل را بطور دقیق و گام به گام طی نماید و زمان بندی گفته شده را رعایت نماید

۲ - گام سوم را باید بیشتر در ایام تعطیلات و هر فرصت و وقت اضافه برداشت.

۳ - در صورت کمبود وقت شدید و در صورتیکه وقت فیلی تنگ باشد دانش آموز می تواند گام اول و دوم را همزمان اجرا نماید و در هم ادغام کند .

۴ - ممکن است مطلبی برای دانش آموز گنگ و مبهم باشد باید علت آن پیدا کند و در گام دوم باید پیگیری نماید (نقطه ضعف را برطرف کند ولو اینکه ناچار باشد به کتابها و کمک درسی سالهای قبل مراجعه نماید. باید این کار را انجام دهد و برای همیشه این معضل را پایان دهد) زیرا در صورت عدم حل ریشه ای این موضوع به عنوان یک نقطه ضعف و بغرنج همواره ضمیر نافود آگاه فرد را آزار می دهد و همانند بمب ساعتی در وجود او بطور بالقوه فطرناک است .

۵ - گام اول را میتوان حتی قبل از آمدن روی کلاس برداشت

۶ - در گام دوم از وجود معلم باید استفاده کافی شود .

۷ - نکات یادداشتی و مهم را به درستی بنویسید و آنها را برای امتحانات پایان دوره ، امتحانات موردی مانند المپیادها و رقابت ها و مسابقات علمی و امتحان کنکور نگه دارید که در آن زمان فقط این نکات را مرور نمائید

۸ - با این روش فرد هر لحظه و در کمترین زمان ممکن بدون استرس آماده امتحان است و همواره نمرات بالائی را کسب می نماید .

۹ - هر فرد با این روش ها می تواند سبک جدید و منحصربه فرد خودش را در مطالعه کردن پیدا نماید و با فلاحیت خودش این روش را ارتقاء دهد و به این روش عادت نماید .

۱۰ - این روش فرد را فردی باسواد و با اعتماد به نفس بالا بار می آورد .

۱۱ - گام اول و دوم این روش کمی وقت گیر است ولی در گام سوم و چهارم این مشکل ببران می گردد . چون در گام اول و دوم فرد فوب مطلب را یاد می فهمد و می نویسد ، در گام سوم و چهارم سریعتر مطالعه می کند و فوب یاد می گیرد و فوبی این روش این است که فرد گریه دقت کافی و وافعی داشته ولی مطالب را به نحو احسن یاد گرفته (در روشهای مطالعه رایج فرد حتی وقت بیشتری می گذارد ولی مطالب در ذهنش فرار هستند و تضمین یادگیری وجود ندارد) .

۱۲ - این روش یادگیری تضمینی است .

۱۳ - در صورت راضی بودن از متد مطالعه این روش را به دیگران توصیه فرمائید .

۱۴ - از این روش می توان در دوره دبستان تا دانشگاه استفاده کرد .

۱۵- در موارد فیلی اضطرابی که وقت کافی در مرحله سوم نباشد می توان گام سوم و چهارم را هم ادغام کرد

۱۶- در درسهای ساده و فیلی ساده هم می توان گام ۱ و ۲ و گام ۳ و ۴ را در هم ادغام کرد.

۱۷- برای آشنایی با مقدمات مطالعه و رموز موفقیت و تهیه کتاب « مطالعه موفق » به سایت

www.Razesalamat.com مراجعه نمایید .

۱۸- گام های لازم برای کنگوری خواندن با همین اقدامات فقط بجای تمرینات باید تست های

تشریحی را هم حل کرد و در گام سوم جواب ها علامت زده شوند و در گام چهارم جواب تست ها

خوانده شود .

۱۹- تندخوانی در مرحله دوم و سوم عملیاتی است .

موفق و موید باشید

دکتر شیرمدی

پاییز ۱۳۹۴