

وبینار دوم - بهار ۱۴۰۵

هدف‌گذاری و برنامه‌ریزی ویژه کنکور ارشد ۱۴۰۶

رضا شکرزاد

برنامه وبینارهای پیش رو

۱	نقشه راه کنکور ارشد ۱۴۰۶	برگزار شده
۲	هدف‌گذاری و برنامه‌ریزی کنکور ارشد	شنبه ۳۰ خرداد
۳	تغییر رشته در کنکور ارشد	شنبه ۶ تیر
۴	همه چیز درباره MBA، از برنامه‌ریزی اصولی تا نکات موفقیت (با استاد مروج)	شنبه ۱۳ تیر
۵	مصاحبه با رتبه‌های برتر ۱	شنبه ۲۰ تیر
۶	ام‌بی‌ای، از رویای شغلی تا واقعیت بازار کار و اپلای	شنبه ۲۷ تیر
۷	مصاحبه با رتبه‌های برتر ۲	شنبه ۳ مرداد

<https://ctdrs.ir/cr18178>

کانال‌های ارتباطی

shokrzad.com

وبسایت



[@MegaMathMind](https://www.youtube.com/@MegaMathMind)

یوتیوب



[@MScMathematics](https://t.me/MScMathematics)

تلگرام



فهرست مطالب

مرور و بینار قبلی

۰

هدف‌گذاری

۱

برنامه‌ریزی

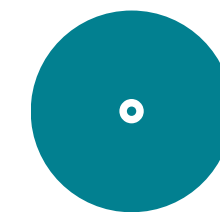
۲

زمان‌بندی مطالعه

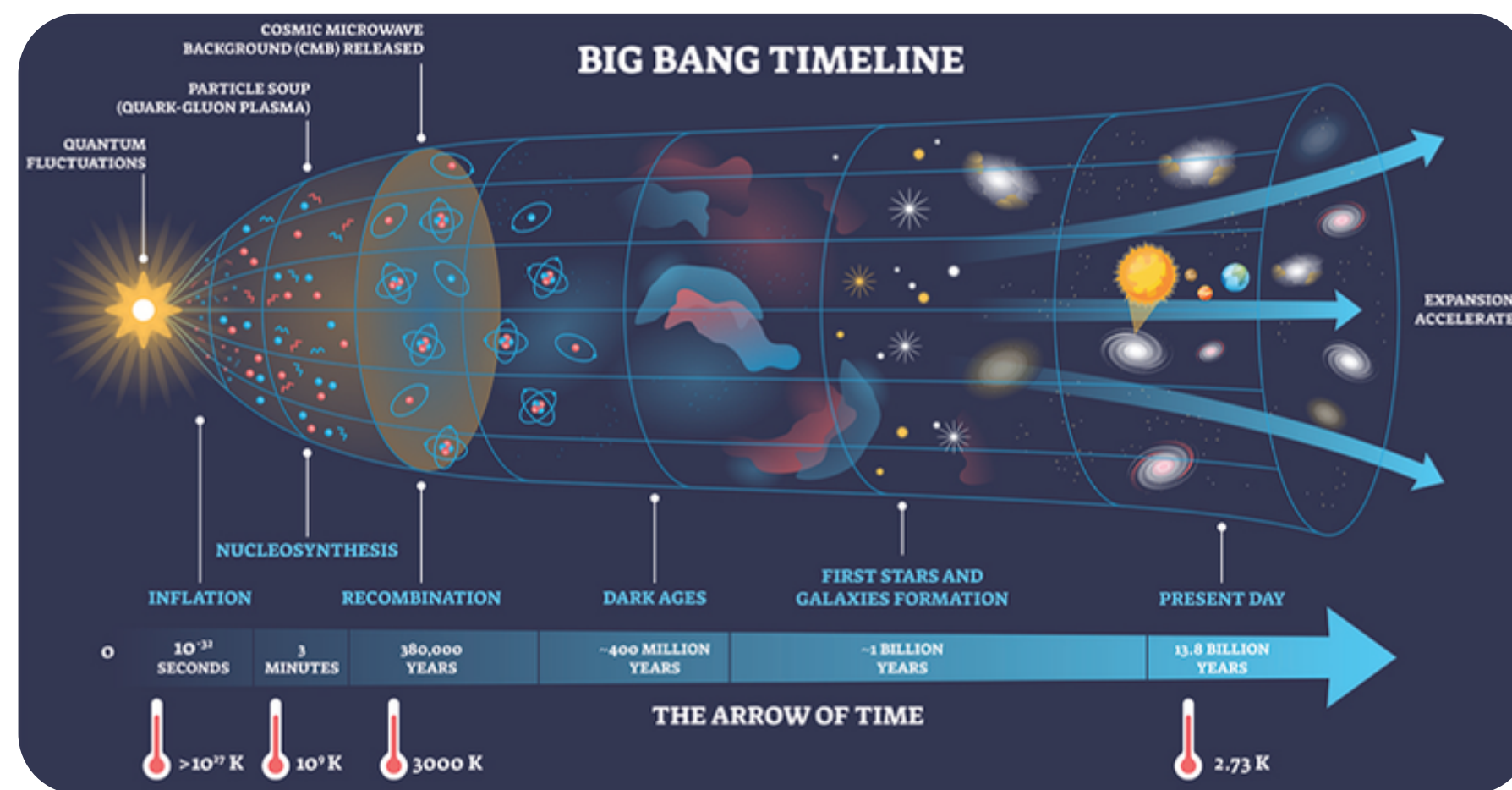
۳

استراتژی مطالعه

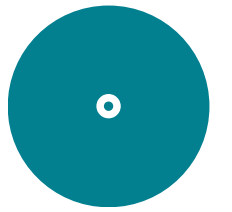
۴

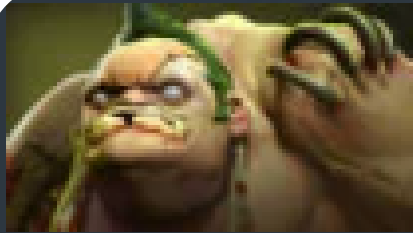


آیا دنیا به خودی خود هدف داره؟



چی باید باشیم؟





Pudge

Strength Hero 

2nd Most Popular, 51.11% Win Rate



25 +3.0



13 +1.4



16 +1.8

Movement Speed: 280

Armor: 1.82

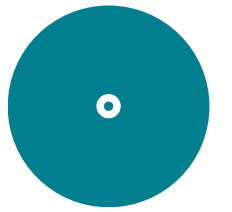
Roles: Melee, Disabler, Durable, Initiator, Nuker

قوی تر

چابک تر

هوشمند تر

مهارت‌های نرم ۲۰۲۶؟



تفکر انتقادی

دانش علوم پایه

کامیونیتی و نتورک

سلامت ذهن و فیزیک

چرا هدف‌گذاری؟

۱

هدف، تفاوت میان تلاش پراکنده و حرکت هدفمند است. بدون مقصد روشن، هیچ مسیری کوتاه نیست.

- جهت‌دهی به ذهن و تمرکز
- مدیریت انگیزه در روزهای سخت
- هدف، معیار تصمیم‌گیری می‌شود: آیا کاری که انجام میدیم، به رتبه نزدیک‌مون می‌کنه یا نه؟
- هدف‌گذاری درست، اضطراب کنکور را به تمرکز و اعتماد به نفس تبدیل می‌کند.

هدف مبهم، نتیجه‌ی مبهم می‌دهد.

چگونه هدف‌گذاری را مهندسی کنیم؟



یک هدف خوب باید قابل اندازه‌گیری، واقع‌بینانه و دارای زمان مشخص باشد.

- هدف نهایی را روشن کن: رشته، دانشگاه و رتبه‌ی مورد نظر را دقیق بنویس.
- هدف بزرگ را به اهداف ماهانه، هفتگی و روزانه بشکن.
- برای هر درس، تراز یا درصد هدف را مشخص کن، نه فقط «خوب خواندن».
- هدف‌ها را مکتوب کن و در معرض دید روزانه قرار بده.
- پیشرفت را هفتگی بسنج و در صورت نیاز هدف را بازنگری کن.

هدف بدون برنامه فقط یک آرزوست.

چرا برنامه‌ریزی؟

برنامه، آرزو را به مسیر روزانه تبدیل می‌کند.

- برنامه، حجم سنگین منابع کنکور رو به قطعات قابل مدیریت تبدیل می‌کنه.
- با برنامه، دیگه وقت رو برای تصمیم‌گیری روزانه هدر نمی‌دهی.
- برنامه‌ریزی باعث پوشش متوازن همه‌ی دروس می‌شود، نه فقط درس‌های مورد علاقه.
- ردیابی پیشرفت و جبران عقب‌ماندگی تنها با یه برنامه‌ی منظم ممکن هست.

نداشتن برنامه، یعنی برنامه‌ریزی برای شکست.

منطق و مهندسی برنامه‌ریزی

برنامه‌ی خوب بر پایه‌ی اصول ساخته می‌شود، نه احساس لحظه‌ای.

- از منابع به آزمون: ابتدا حجم کل را بشناس، سپس زمان باقی‌مانده را تقسیم کن.
- اولویت با ضرایب بالا: دروسی که وزن بیشتری در رتبه دارند، سهم بیشتری بگیرند.
- اصل تناوب: درس را در طول هفته بچرخان تا فراموشی کاهش یابد.
- زمان جبرانی: همیشه ظرفیتی خالی برای عقب‌ماندگی‌ها در نظر بگیر.
- بازنگری دوره‌ای: برنامه موجود زنده است و باید هر هفته اصلاح شود.

چگونه برنامه‌ریزی کنیم؟

یک برنامه‌ی اجرایی، گام‌به‌گام از کل به جزء ساخته می‌شود.

- گام ۱: زمان باقی‌مانده تا کنکور را به ماه و هفته تقسیم کن.

- گام ۲: برای هر درس، منابع و حجم مطالعه را مشخص کن.

- گام ۳: برنامه‌ی هفتگی بساز و ساعت‌های مطالعه را در روزها پخش کن.

- گام ۴: هر شب برنامه‌ی فردا و هر جمعه عملکرد هفته را مرور کن.

- گام ۵: آزمون‌های آزمایشی را در دل برنامه بگنجان.

برنامه‌ی ساده‌ای که اجرا شود، بهتر از برنامه‌ی کاملی است که روی کاغذ می‌ماند.

چند ساعت باید مطالعه کنیم؟ (تابستان امسال)

کیفیت ساعت مطالعه مهم‌تر از کمیت آن است، اما کمیت هم حد معقولی دارد.

۴ تا

۶
ساعت

ساعت مفید روزانه برای داوطلب تمام‌وقت

۴۵ تا ۵۰

دقیقه

تمرکز پیوسته، سپس استراحت کوتاه

۱

روز

استراحت در هفته برای بازیابی انرژی

ساعت مطالعه را تدریجی افزایش بده، نه یک‌باره. ثبات روزانه از رکوردهای مقطعی ارزشمندتر است.

چگونه مطالعه کنیم؟ (نکات کلیدی)

روش درست مطالعه، بهره‌وری هر ساعت را چند برابر می‌کند.

- مطالعه‌ی فعال: خلاصه‌نویسی و تست‌زنی به جای خواندن منفعل.
- تکنیک مرور فاصله‌دار برای جلوگیری از فراموشی مطالب.
- تست‌زنی هم‌زمان با مطالعه، نه فقط در پایان فصل.
- حذف عوامل حواس‌پرتی، به‌ویژه گوشی، در زمان تمرکز.
- تحلیل آزمون‌ها مهم‌تر از خود آزمون است؛ از اشتباهات یاد بگیر.
- خواب کافی و تغذیه‌ی مناسب، بخشی از استراتژی مطالعه است.

برنامه وبینارهای ارشد ۱۴۰۶

۱	نقشه راه کنکور ارشد ۱۴۰۶	برگزار شده
۲	هدف‌گذاری و برنامه‌ریزی کنکور ارشد	شنبه ۳۰ خرداد
۳	تغییر رشته در کنکور ارشد	شنبه ۶ تیر
۴	همه چیز درباره MBA، از برنامه‌ریزی اصولی تا نکات موفقیت (با استاد مروج)	شنبه ۱۳ تیر
۵	مصاحبه با رتبه‌های برتر ۱	شنبه ۲۰ تیر
۶	ام‌بی‌ای، از رویای شغلی تا واقعیت بازار کار و اپلای	شنبه ۲۷ تیر
۷	مصاحبه با رتبه‌های برتر ۲	شنبه ۳ مرداد

کانال‌های ارتباطی

shokrzad.com

وبسایت



@MegaMathMind

یوتیوب



@MScMathematics

تلگرام

