|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| توصیه | وضعیت | ردیف |
| «درس هنوز وارد ذهن نشده. از این به بعد، قبل از زدن هر تست، اول مفاهیم رو کامل بفهم، بعد وارد تمرین شو. بدون درک، تست فقط وقته تلف کردنه.» | **درصد زیر ۳۰، با تست کمتر از 120 در هفته** | 1 |
| «تعداد تستا خوبه، اما روش مطالعه اشتباهه. بیشتر داری اشتباهاتتو تکرار می‌کنی. باید بعد هر ۱۰ تست، یه تحلیل مفصل انجام بدی. خودتو گول نزن!» | **درصد زیر ۳۰، با تست زیاد تر از120 در هفته** | 2 |
| «شروع خوبی نیست، ولی قابل جبرانه. فعلاً تمرکز رو بذار رو تست‌های سطح ۱ و مفاهیم پایه. از تست سنگین نترس، ولی از تست بی‌هدف دوری کن.» | **درصد بین ۳۰ تا ۵۰، تست کم تر از120 در هفته** | 3 |
| «مشخصه زحمت کشیدی، ولی گیر افتادی. راه نجات؟ تست کمتر، تحلیل بیشتر. هر غلط رو بنویس، بفهم چی شد، وگرنه تا آخر تو همین درصد می‌مونی.» | **درصد بین ۳۰ تا ۵۰، تست زیاد تر از120 در هفته** | 4 |
| «دانش داری، ولی اعتماد نداری! برای عبور از ۷۰٪ باید تصمیم‌گیریتو تقویت کنی. تمرین آزمون زمان‌دار و تکنیک رد گزینه معجزه می‌کنه.» | **درصد بین ۵۰ تا ۷۰، با نزده زیاد** در یک ازمون از ربع تعداد بیشتر | 5 |
| «دقیق نیستی. یه لحظه وایسا، آروم باش. تکنیک حل مرحله به مرحله رو تمرین کن و سوال رو کامل بخون. عجله=نابودی درصد.» | **درصد بین ۵۰ تا ۷۰، با غلط زیاد از ثلث تعداد غلط ها بیشتر** | 6 |
| «تو راه موفقیتی! فقط این روند رو تثبیت کن. هفته‌ای یه آزمون ترکیبی و مرور نکات دام‌دار، یه سکوی پرتاب می‌سازه.» | **درصد بین ۷۰ تا ۸۵، تست زیاد، غلط کم** کمتر از 5غلط | 7 |
| «سؤالات سخت رو می‌ترسی بزنی؟ حیفه! باید رو جسارت و مدیریت زمانت کار کنی. سوالات شک‌دارو جدا کن و تو شرایط آزمون تمرینشون کن.» | **درصد بین ۷۰ تا ۸۵، نزده زیاد** | 8 |
| «تو نابغه نیستی، ولی درس خوب بلدی. فقط مراقب باش این سطح، یه سرابه اگه تمرین ادامه پیدا نکنه. تثبیت مهم‌تر از فتحه.» | **درصد بالای ۹۰، با تست کم از120 در هفته** | 9 |
| «تبریک! الان وقتشه رو تست‌های نوآورانه و ترکیبی وقت بذاری. دنبال یه منبع قوی‌تر باش، خودتو بکش بالاتر از بقیه.» | **درصد بالای ۹۰، با تست زیاد از120 در هفته** | 10 |
| «تو به خودت شک داری! تمرکزتو ببر روی تصمیم‌گیری سریع. تست زمان‌دار با تمرکز روی سوالای تیپ‌دار برات واجبه.» | **نزده بالای ۳۰٪، در هر درصد** | 11 |
| «اشتباه زیاد نشونه‌ی ضعف مفهومی یا بی‌دقتیه. اول مشخص کن کدومه. بعدش یا برگرد درسنامه، یا دقتتو با تست تشریحی بالا ببر. | **غلط بالای ۳۰٪، در هر درصد** | 12 |
| «داری وقت تلف می‌کنی. مطالعه‌ی بی‌تمرکز یا بدون تست یعنی هیچ. جلسه‌هاتو کوتاه‌تر ولی متمرکزتر کن. با تایمر بخون، نه با امید کور.» | **ساعات مطالعه بالا(بیش از 13 ساعت)، ولی درصد پایینه** | 13 |
| «این عالیه ولی موقتیه. اگه می‌خوای سطح تو حفظ کنی، مرور مستمر و افزایش تست ضروریه. کیفیت بدون کمیت نمی‌مونه.» | **ساعات مطالعه پایین(کمتر از 13 ساعت)، ولی درصد خوب** | 14 |
| «گیر کردی. رشد یعنی تغییر. روش مطالعتو عوض کن. تست آموزشی، روش تدریس به خود، آزمون جمع‌بندی—یه چیز جدید لازمه!» | **درصد ثابت در چند هفته (رکود)** | 15 |
| «این یعنی تعادل نداری. تمرکزت رو از درس قوی بردار، و روزای خاصی رو فقط به درس ضعیف اختصاص بده. رشد تو از پایین‌ترین درس شروع می‌شه.» | **اختلاف زیاد بین دروس (مثلاً زیست ۸۵٪، ریاضی ۳۰٪)** | 16 |
| «مثل کسی هستی که هی شمشیر میزنه ولی کور. اگه تحلیل نکنی، یادگیری اتفاق نمی‌افته. از امروز یه دفتر تحلیل راه بنداز. هر تست غلط یه درس جدیده.» | **تست زیاد بدون تحلیل** | 17 |
| «مثلاً درصد فیزیکت یه‌دفعه از ۷۰ به ۴۰ رسیده؟ این یه هشدار جدیه! بررسی کن: منبع عوض کردی؟ خسته‌ای؟ تمرکز نداری؟ ریشه رو پیدا کن و برگرد بالا.» | **درس خاص با افت شدید** | 18 |
| «مثلاً تو شیمی رشد ۲۰٪ داشتی؟ عالیه. همین روال رو ادامه بده، اما حواست باشه غرور تو دامته. هفته آینده فقط مرور کن، نه پرکاری.» | **درس با رشد سریع در ۲ هفته اخیر** | 19 |