

استاذنا محمد باقر

به نام آن که تن را نور جان داد

خرد را سومی دانایی عنان داد

جلسه پنجم
دوره غیر حضوری
آموزش روشهای صحیح مطالعه
تندخوانی و تقویت حافظه
مدرس : راضیه منشئی

موسسه پژوهشی اسرا
www.asralearn.ir

شکر نعمت نعمت رفزور کند

از سید ابو منیر علی علیه السلام
بحار ج ۷۱، ص ۴۴



تمرین خط بری با درک

نکته های مهم :

- ۱- درک آرام آرام بیشتر میشود
- ۲- با دنده ۱ شروع به حرکت میکنیم
- ۳- سرعت مجاز رو رعایت میکنیم
- ۴- مکث نمیکنیم
- ۵- عقب برنمیگردیم

تمرین خط بری با درک

۶- مغز و چشم و انگشت هماهنگ حرکت میکنند

۷- مطالب رو به هم ارتباط میدهیم

۸- به مطلب هدف توجه میکنیم

۹- مغز را تسلیم میکنیم

تمرین خط بری با درک

۱۰- عبارت خوانی یا کمانخوانی میکنیم

۱۱- حتی اگر متوجه نشویم مکث نمیکنیم و به عقب
برنمیگردیم

۱۲- موقع مطالعه فرض کنید یک نفر صحبت میکند و
شما گوش میدهید

تمرین خط بری با درک

S
x
A
x+2
B
x+n+4
C
X+n+6
D
Sn1

فاصله بین هر علامت با علامت قبل از خودش نسبت به تعداد سطر مرحله قبل، دو سطر اضافه میشود .

$n =$ تعداد سطری که رد میشویم

تمرین مشاهده

تمرین مشاهده (1)

هرچه جلوتر می روید، تمرین مشکل تر می شود، زیرا ارقام افزایش میابند.

---74---	---53---
---82---	---79---
---91---	---63---
---32---	---73---
---23---	---53---
---66---	---29---
---46---	---24---
---20---	---31---
---72---	---02---
---58---	---26---
---18---	---15---
---13---	---60---
---07---	---84---
---35---	---88---
---519---	---281---
---719---	---395---
---185---	---423---
---344---	---682---
---853---	---965---

لازم نیست حتماً عالی باشی تا شروع کنی

ولی حتماً باید شروع کنی تا عالی باشی

ساخت مسیر عصبی و یادگیری



حفظ بخش دوم کدهای مهم

۱۱- فوتبال

۱۲-

۱۳

۱۴

۱۵

۱۶

۱۷

۱۸

۱۹

۲۰

تمرین کنجکاوی

تایم استاندارد: ۲۰ ثانیه
زیر ۱۲ سال: ۳۰ ثانیه
چشم ها مکت نمیکنند
سر ثابت
به مداد فشار نیاورید

تمرین کنجکاوی

تمرین کنجکاوی شماره (1)

25	12	18	12	19	16	14	12
55	79	55	77	66	25	32	55
6	16	3	9	81	49	91	81
9	5	19	5	2	91	3	19
4	8	4	2	4	1	4	4
8	1	7	5	6	2	3	7
2	3	6	4	9	5	6	6
3	6	2	3	7	3	5	3
6	18	5	4	9	1	81	18
5	5	2	6	4	5	3	5
1	7	5	1	3	1	2	1
7	3	4	2	4	5	3	4
9	2	9	3	7	9	6	9
81	71	3	6	9	2	17	17

تمرین جستجو

زیرکلماتی که با(ق)شروع میشوند

زیرکلماتی که با(ا)شروع میشوند

زیرکلماتی که با(د)تمام میشوند

روزانه چقدر می‌خواهید برای یادگیری خود وقت بگذارید؟



تمرینات جلسه بعدی

(۱) خط بری با درک ۵ بار

(۲) تمرین کنجکاوی ۳ بار

(۳) تمرین ستاره

(۴) هر روز ۵ سطر مشق بدون حرف آخر بنویسید.

(۴) شمارش معکوس:

(۳/۵) ۱۵۵

(۴/۵) ۱۵۰

(۵/۵) ۲۰۰

راه های ارتباطی با ما



اینستاگرام:

raziemanshaei

کانال تلگرام:

R_Manshaei@

وبسایت:

www.manshaeir.com