



بسمه تعالی

جلسه آموزش خانواده با حضور سرکار خانم دکتر ظهراب نیا با عنوان

« اهمیت مطالعه خوب برای نوروز و امتحان نهایی »

جلسه آموزش خانواده روز پنجشنبه ۱۴۰۳/۱۲/۲۳ ساعت ۱۸ با حضور سرکار خانم دکتر ظهراب نیا با موضوع **اهمیت مطالعه خوب برای نوروز و امتحان نهایی** با تلاوت آیاتی از کلام الله مجید آغاز گردید.

خلاصه مطالب مطرح شده در این جلسه به شرح ذیل می باشد:

نوروز فرصت طلایی:

نوروز برای دانش آموزان پایه یازدهم فرصتی طلایی است، زیرا هم زمان کافی برای مطالعه دارند و هم می توانند پایه قوی تری برای امتحانات نهایی و کنکور سال بعد ایجاد کنند.

تثبیت و جمع بندی مطالب درسی:

نوروز فرصتی است که دانش آموزان می توانند درس های مهم نیمسال اول و دوم را دوباره مرور کنند. این کار باعث می شود مطالب در ذهن تثبیت شود و هنگام امتحانات نهایی، فقط به یک مرور سریع نیاز داشته باشند.

افزایش آمادگی برای امتحانات نهایی:

امتحانات نهایی پایه یازدهم اهمیت زیادی دارد، چون برخی نمرات این سال روی کنکور و آینده تحصیلی تأثیرگذار است. دانش آموزانی که در تعطیلات نوروز مطالعه کنند، فشار کمتری در اردیبهشت و خرداد خواهند داشت و با آرامش بیشتری امتحانات را پشت سر می گذارند.

کاهش استرس و افزایش اعتماد به نفس:

وقتی دانش آموزان مطالعه خوبی در نوروز داشته باشند، در دوران امتحانات کمتر دچار اضطراب و استرس می شوند، زیرا از قبل بخش زیادی از مطالب را مرور کرده اند. این کار باعث می شود با اعتماد به نفس بیشتری در امتحانات نهایی شرکت کنند.

آمادگی برای سال دوازدهم و کنکور:

مطالعه اصولی در نوروز به دانش آموزان کمک می کند که پایه درسی قوی تری برای سال دوازدهم داشته باشند. کسانی که از نوروز مطالعه را جدی بگیرند، در سال بعد با برنامه ریزی بهتر و استرس کمتر برای کنکور آماده می شوند.

استفاده بهینه از زمان و پیشگیری از فراموشی مطالب:

تعطیلات طولانی بدون مطالعه باعث فراموشی مطالب می شود. مرور درس ها در نوروز کمک می کند که اطلاعات در حافظه بلندمدت باقی بماند. یک برنامه مطالعه متعادل که توسط مشاورین تحصیلی ارائه شده، باعث می شود هم درس بخوانند و هم از تعطیلات لذت ببرند.

حمایت والدین:

اضطراب و استرس کنکور از همین سال برای دانش آموزان کم شروع می شود. تاب آوری اهمیت زیادی دارد تا دانش آموزان بتوانند در برابر فشارهای درسی دوام بیاورند. حمایت والدین بهتر است در قالب هدایت باشد، نه اجبار. حمایت عاطفی و ایجاد فضای آرام در خانه تأثیر زیادی بر عملکرد درسی دارد.

استفاده از برنامه مطالعاتی نوروز و اردو مطالعاتی:

در ایام نوروز برنامه ۱۱ روزه در اختیار دانش آموزان قرار گرفته است. اردو مطالعاتی نوروز در مدرسه برقرار است که ۷ بازه مطالعاتی از ساعت ۷:۴۵ تا ۱۸ در مدرسه مشغول مطالعه هستند.

