



بسمه تعالی

"گزارش وینار آمادگی امتحانات نهایی پایه دوازدهم، بیست و پنجم اردیبهشت ۱۴۰۰"

جلسه وینار آمادگی امتحانات نهایی پایه دوازدهم در روز شنبه مورخ ۰۰/۰۲/۲۵ در ساعت ۹ صبح به صورت غیرحضوری در سامانه کارسنج دبیرستان فرزنانگان ۲، با حضور مدیریت محترم سرکار خانم صفایی، معاونت آموزشی سرکار خانم دلیر و خانم حقوقی و مشاورین محترم پایه دوازدهم خانم آزرمی و خانم مرادان برگزار گردید.

در ابتدا ایشان با خیرمقدم حضور دانش آموزان عزیز پایه دوازدهم و همچنین خدا قوت به این عزیزان در این ایام بسیار سخت برای ایشان آرزوی صحت و سلامت و موفقیت کردند و توصیه نمودند مطابق برنامه ریزی عمل کنید تا به نتایج بسیار خوبی دست یابید. سپس نکات ضروری را که به ایشان کمک می کند؛ به شرح زیر بیان نمودند:

۱. با آرامش کامل وارد حوزه امتحانی شوید.

۲. با عوامل حوزه امتحانی بحث و جدل نداشته باشید.

۳. به محض ورود در حوزه امتحانی بر اساس شماره صندلی در جایگاه خود قرار بگیرید.

۴. بعد از گرفتن سوالات و پاسخنامه سوالات را از شماره یک به ترتیب پاسخ دهید.

۵. بعد از اتمام پاسخ به سوالات اصلی سوالات انتخابی را به صورت کامل مطالعه کرده و از بین آنها انتخاب کرده و پاسخ دهید.

۶. هیچ سوال اجباری را بدون جواب نگذارید.

۷. در پشت برگه بالای صفحه که در صفحه قبل آن اطلاعات فردی نوشته شده هیچ مطلبی نوشته نشود چون از بخش نقطه

چین پاره می شود و اگر پاسخی در آن قسمت نوشته شده باشد تصحیح نمی شود.

۸. به بارم سوالات توجه کنید که دارای چند بخش است.

۹. تعداد سوالات بررسی شود و بارم سوالات در پایان شمارش شود.

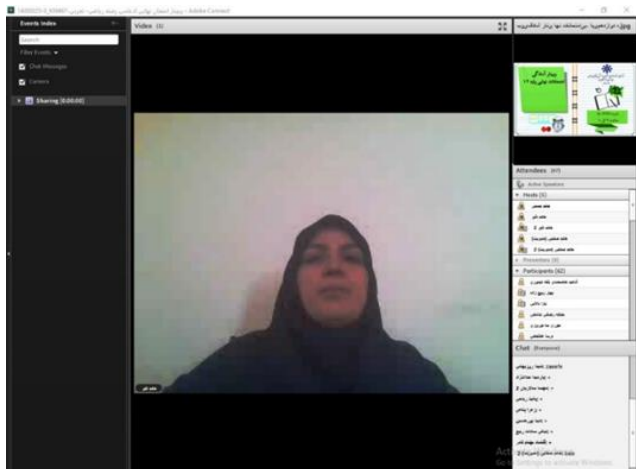
توصیه بسیار مهم ایشان رعایت کامل پروتکل بهداشتی مثل استفاده از ماسک، دستکش وسایل شخصی و دست زدن به سطوح مختلف حوزه امتحانی بود.



سپس سرکار خانم دلیر معاون آموزشی دبیرستان فرزندگان دو با این عزیزان صحبت نمودند و با توجه به اینکه امسال سال متفاوتی، با تجربه های جدید سپری شده است، بیان نمودند شرایط موجود برای همه داوطلبین یکسان بوده و ما سعی کردیم از شرایط موجود بهترین استفاده را برده و تهدیدها را به فرصت تبدیل کنیم به نحوی که در روند آموزش اختلالی ایجاد نشده و در نهایت با کلاسهای جمع بندی و رفع اشکال؛ آموزش تکمیل و مطاب جمع بندی شد. مواردی که ایشان به آنها اشاره نمودند به شرح زیر است:

- ۱- برای شرکت در امتحانات نهایی و کنکور قبل از هرچیز؛ به سلامت جسمی و روحی خود اهمیت دهید و در کنار تغذیه سالم برای استراحت هم زمان مناسب در نظر بگیرید.
- ۲- به صورت تدریجی مطالعه کنید، شما بارها و بارها کتاب درسی را مطالعه کرده اید و کاملاً به محتوا مسلط هستید. با این حال کتاب درسی را کامل مطالعه کنید و همه تمرینهای کتاب و سپس نمونه سوالات سال قبل را حل کنید. قبل از امتحان یادداشت برداری کنید و روز قبل از امتحان یادداشت ها را مرور کنید.
- ۳- فراموش نکنید در امتحانات تشریحی، شما باید قدرت بیان علت ها و روابط بین آنها را بلد باشید و بایستی نوشته ها و جمله بندی شما معنادار باشد.
- ۴- تلاش کنید فشار و اضطراب خود را کنترل کنید، حتماً می دانید مغز شما وقتی استرس دارید، بازدهی کمتری دارد، قبل از شروع امتحان خود را ریلکس کنید. استرس به بیماری مسری هست سعی کنید با دوستان راجع به این مسئله صحبت نکنید.
- ۵- در جلسه امتحان آرام ولی هوشیار باشید، قبل از اینکه روی صندلی بشینید؛ میز و صندلی و دستهای خود را ضد عفونی کنید. از همراه داشتن وسایل اضافی خصوصاً موبایل، تبلت و ساعت هوشمند بپرهیزید لوازم تحریر؛ کارت ورود به جلسه و برگه سلامت، اسپری الکل، ماسک و دستکش و یک شکلات کفایت میکند.
- ۶- با آرامش و با یاد خداوند برگه را برداشته اگر دچار اضطراب شدید، چند ثانیه نفس عمیق بکشید؛ و خود را آرام نمایید. فراموش نکنید عزیزان فرزندگان دو همیشه نتایج بسیار درخشانی در امتحانات نهایی داشته اند. اسم خود را کامل نوشته و کنترل کنید برگه امتحانی متعلق به شما باشد.
- ۷- قبل از اینکه شروع به نوشتن سوال را به درستی بخوانید، فکر کنید و در ذهن خود جملات را بررسی کنید و سپس پاسخ دهید.

- ۸- مرتب و خوش خط بنویسید، هر چه ساده تر و مرتب تر و خوش خط تر و تمیزتر بنویسید نتیجه بهتری میگیرید. سوالات را به دقت و درستی مطالعه کنید و عبارات کلیدی هر سوال را پیدا کنید. دقت کنید همه قسمتهای سوال را پاسخ دهید. سوالات مشکل دار را علامت بزنید که بعداً حل کنید. در نهایت همه پاسخ ها را به دقت مطالعه و کنترل نموده و زمان را در نظر داشته باشید.



- سپس سرکار خانم حقوقی معاون محترم پایه دوازدهم نکات ضروری را خدمت دانش آموزان به شرح زیر ارایه نمودند:
- ۱- همراه داشتن کارت ورود به جلسه الزامی است.
 - ۲- چند خودکار مشکی و آبی در زیپ کیپ قرار دهید و دقت کنید استفاده از غلط گیر و خودکار های رنگی ممنوع است.
 - ۳- شماره کارت ، صندلی و شماره روی برگه بایستی مطابقت داشته باشد.
 - ۴- درب ورودی حوزه نهایتاً ساعت ۷:۳۰ بسته میشود. لطفاً دقت داشته باشید در فاصله ورود به حوزه سریعاً بر صندلی خود مستقر شوید و تجمع در حیاط هنگام ورود و خروج ممنوع است .
 - ۵- در امتحان نهایی هر سوال با جایگاه پاسخ شما مشخص هست پاسخ هر سوال را در کادر مربوطه نوشته و به هیچ عنوان در چرک نویس یادداشت نکنید. در قسمت بالای برگه که نوشته شده "در این قسمت چیزی ننویسید" هیچ علامتی قرار ندهید.
 - ۶- همراه داشتن تبلت، موبایل، ساعت هوشمند، اپل واچ ،هندزفری ممنون هست. در صورتی که فراموش شد و در جیب باقی ماند به مراقب تحویل دهید، همراه داشتن موبایل چه روشن و چه خاموش تخلف محسوب میشود.
 - ۷- از سوالهای امتیازی ، سوال خود را انتخاب و فقط آن را پاسخ دهید.
 - ۸- حتماً با لباس فرم مدرسه در جلسه امتحان حاضر شوید.
 - ۹- تا زمانیکه مسئول تطبیق عکس جهت تطبیق عکس و تایید حضور شما در جلسه مراجعه نکرده است صندلی خود را ترک نکنید.
 - ۱۰- در مورد ماشین حساب ۹۹ درصد مجوز استفاده از ماشین حساب را نخواهید داشت .
 - ۱۱- با نام و یاد خداوند در جلسه حاضر شوید و شرط اول موفقیت شما در کنکور و امتحان نهایی داشتن آرامش هست و چه بهتر که این آرامش قلبی باشد .



سپس سرکار خانم آزرمی مشاور محترم پایه دوازدهم-رشته تجربی نکات ضروری را خدمت دانش آموزان به شرح زیر ارائه نمودند:

ابتدا در مورد سه روش مطالعه مفید و حرفه ای دروس امتحانات نهایی خرداد ماه و در ضمن کار جمع بندی و تست و آزمونهای شبیه سازی کنکور صحبت شد، چکیده سه روش؛

۱- روش اول: که کلا کار برای نهایی بود، قرار شد دانش آموز در فاصله بین دو امتحان نهایی، ابتدا یک آزمون نمونه از سالهای قبل (مثلا نهایی ۹۸) را داشته و بعد رفع اشکال مبحثی از فصلها و درسهای مشکل دار داشته باشند و تا روز بعد علاوه بر رفع اشکال مطالعه و تمرین تشریحی کل مباحث تا آخر کتاب باشد و روز دوم مجددا آزمون نهایی ۹۹ و تاشب قبل از آزمون رفع اشکال مبحثی کند.

۲- روش دوم؛ فاصله بین دو آزمون را به سه قسمت نامساوی تقسیم کند و قسمت اول و آخر اختصاص به نهایی و کار تشریحی می یابد و قسمت وسط آزمون جامع تستی و رفع اشکال مبحثی.

۳- روش سوم؛ این روش برای دانش آموزانی هست که اطمینان دارند آزمون تشریحی را عالی می دهند. لذا ابتدا در روز اول کار کنکوری حرفه ای می کنند (آزمونهای جامع کنکور و رفع اشکال مبحثی) و بعد در روز دوم برای امتحان نهایی و کار تشریحی تلاش کند.

در پایان برای آرامش این ۱/۵ ماه تا کنکور توصیه هایی انجام شد.



سپس سرکار خانم مرادان مشاور محترم پایه دوازدهم- رشته ریاضی نکات ضروری را خدمت دانش آموزان به شرح زیر ارایه نمودند:

- مواردی که باید دانش آموزان روز امتحان نهایی هر درس رعایت باید رعایت کنند :
- خوردن صبحانه ی کامل ولی نه به چیز جدید که باعث اذیت شما بشود.
- دادن پیام مثبت و تشکر از خود برای این که این قدر خوب درس خواندی و از اوقات خود خوب استفاده کردی.
- چرا که پیامد منفی دادن و اوقات خود را بد کردن به دنبالش اضطراب تولید میشود و بعد از اینکه اضطراب ایجاد شد ، دیگر یاد آوری اطلاعات سر جلسه ی امتحان برایتان امکان پذیر نخواهد بود ، پس لطفا آرامش خودتان را به هم نزنید.
- در حوزه ی امتحانی وقتی دوستانتان را دیدید ، فقط باید سلام کنید و از هر گونه سوالی مبنی بر اینکه خوندی ؟ تموم کردی ! و یا جدا پرهیز کنید چرا که جوابهایی که می شنوید برای شما ایجاد حاشیه کرده و به آن فکر میکنید و ناخودآگاه سطح تمرکز و آگاهی‌تان سر جلسه ی آزمون کم می شود.
- بعد جلسه ی امتحان هم با یه خدا حافظی حوزه ی امتحانی را ترک کنید و دنبال جواب سوالات و نمرات فرضی نباشید ، چرا که این کار هم باز تولید حاشیه کرده و وقت زیادی از شما میگیرد و برای امتحان بعدی آمادگی لازم را نخواهید داشت.
- اما به خودتان قول بدهید بعد کنکور حتما ساعات خوبی را با دوستان گذرانده و مرور خاطرات و ...داسته باشید.
- باید برای امتحانات خسته بشوید، این قانون ایام امتحان است پس اگر خسته شدی از خوب درس خواندن و تست زدن بدانید که در مسیر درست قرار گرفته اید و به نتیجه ی خوبی خواهی رسید پس حتما خودتان را تشویق کنید و نگذارید که درس خواندنتان بودن تمرین و تست باشد ،حتما به برنامه هایی که دادیم صد در صد توجه کنید.
- توجه واقعی به صحبت‌های همه عزیزانی که در وینار داشتند باعث میشود که شما هم از وقتتون خوب استفاده کنید و هم مشکلی در حوزه ی امتحانی و سر جلسه برایتان پیش نیاید.
- روز امتحان زبان چون این درس خیلی محروم مانده و همیشه وقتش برای دروس دیگر گرفته شده لذا آن زمان ها برای زبان پایه و دوازدهم استفاده شود و با زدن تستهای فراوان ترکیبی و کنکور ،درس ۱۰۰ زدن را برای خود تضمین کنید.
- آرزوی موفقیت برای همه دارم و دعا گویتان هستم. و تا روز کنکور پاسخگو سوالات شما و همراه همیشگی شما هستم

