



دانشجویان گرامی جهت شرکت در
"کارگاه روش‌های مطالعه اثربخش"
به دفتر EDO دانشکده مراجعه نمایند.

درباره ما

دفتر مطالعات و توسعه آموزش پزشکی محلی است که با فراهم ساختن زمینه اجرایی برای بهبود کیفیت و توسعه آموزش پزشکی با توجه به ظرفیت‌های بالقوه و امکانات موجود از طریق بررسی نیازهای حرفه‌ای هدف در حیطه‌های برنامه‌ریزی آموزشی، ارزشیابی، توانمندی اساتید، پژوهش در آموزش، مشاوره دانشجویی، مدیریت و رهبری آموزشی ایفای نقش می‌کند.

تماس با ما:

بلوار میرداماد، میدان مادر، خیابان شاه نظری،
کوچه مددکاران، دانشکده علوم توانبخشی

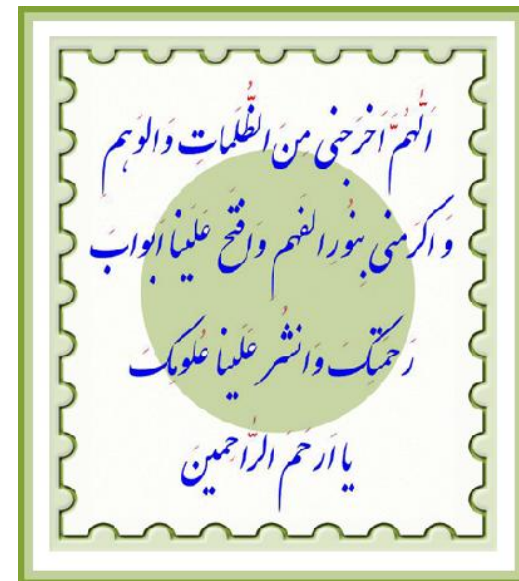
تلفن: ۰۲۱-۲۲۲۵۰۵۴۲

تهیه کننده: دکتر سیده زهرا نهاردانی

طبق تئوری سازنده‌گرایی (constructivism) نقش یادگیرنده در درک و فهم و ساختن دانش بسیار پر رنگ و حیاتی است.

لذا دانشجویان برای درک و فهم بهتر و اصولی‌تر دروس باید:

- از فعالیت‌های اصیل یادگیری استفاده کنند.
- محتوا و مهارت‌ها را برای خود معنا دار سازند.
- به چگونگی یادگیری خود آگاه باشند. (فراشناخت)
- از راهکار شگردی شناختی (cognitive apprenticeship) استفاده کنند.
- دانشجویان خود نظم تنظیمی داشته باشند.



دفتر مطالعات و توسعه آموزش

پزشکی دانشکده علوم توانبخشی

روش‌های
مطالعه
اثربخش

یک روش مطالعه صحیح و اصولی می‌تواند بسیاری از مشکلات تحصیلی را از بین ببرد. بررسی‌های بعمل آمده گویای آن است که افرادی که در زمینه تحصیل موفق بوده‌اند، روش صحیحی برای مطالعه داشته‌اند. بعضی افراد می‌گویند: همه کتابها و جزوه‌ها را می‌خوانم، اما موقع امتحان آنها را فراموش می‌کنم، یا من استعداد درس خواندن را ندارم، چون با اینکه همه مطالب را می‌خوانم اما همیشه نمراتم پایین است و یا بسیاری از اینگونه مشکلات به نداشتن یک روش صحیح برای مطالعه باز می‌گردد. طبق تئوری پیش‌سازمان‌دهنده آزوبل برای آنکه مطلبی کاملا آموخته شده و با اندوخته‌های پیشین پیوند یابد، باید حتما معنا داشته باشد، در این صورت احتمال یادگیری بیشتر و احتمال فراموشی کمتر خواهد شد. بنابراین قبل از اینکه خود را محکوم کنیم به نداشتن استعداد درس خواندن، کمبود هوش، کمبود علاقه، عدم توانایی و .. بهتر است نواقص خود را در مطالعه کردن بیابیم و به اصطلاح آنها پردازیم. در اینصورت به لذت درس خواندن پی خواهیم برد. اولین قدم در این راستا آن است با اندکی تفکر عاداتهای نامطلوب خود را در مطالعه یافته و سپس عاداتهای مطلوب جایگزین آن گردد.

رهنمودهایی برای یادگیری بهتر

- برای آن که به نحو احسن بیاموزید، باید اطلاعات کاملی درباره شناخت و فرا شناخت خود داشته باشید.
- از راهبردهای موثر مطالعه آگاه باشد و استفاده کنید.
- از بالاترین میزان بازدهی خود استفاده کنید. زمان هایی وجود دارد که می توانیم بیشترین بازدهی را داشته باشیم و مقاطعی دیگر که طی آنها فقط می توانیم کارهای معمولی و روزمره را انجام دهیم.
- به سرمایه زمانی خود اهمیت دهید: کجا می توانیم بیاموزیم که چگونه با زمان مقتصدانه رفتار کنیم؟
- برای یادگیری خود برنامه ریزی داشته باشید. مانند تعیین هدف مطالعه، تحلیل چگونگی برخورد با موضوع یادگیری
- بر روند یادگیری خود نظارت داشته باشید و به خود بازخورد دهید.
- قدرت خود نظم دهی داشته باشید.

نقشه مفهومی concept map

بسازید!

استفاده از نقشه مفهومی اولین بار

در سال ۱۹۷۰ توسط "تونی بوزان"

پیشنهاد شد، که کمک بسیاری به

درک صحیح موضوع و یادآوری

می‌کند. وقتی موضوعات مهم را به

شاخ و برگ‌های نقشه مفهومی)

درخت دانش) بچسبایند، تقریبا ۹۰

درصد از اطلاعات کم‌تر شده و بار

حافظه سبک تر می‌شود.