

اطلاعیه سازمان سنجش آموزش کشور درباره:
پذیرفته شدگان کدرشته های
پذیرش با سوابق تحصیلی
کارشناسی ناپیوسته بهمن ۱۴۰۰

صفحه ۴

● شاپا ۲۹۱۶-۱۷۳۵-ISSN ۲۹۱۶-۱۷۳۵ ● هفته نامه خبری و اطلاع رسانی سازمان سنجش آموزش کشور ● سال بیست و ششم شماره ۴۲ ● دوشنبه ۲۷ دی ماه ۱۴۰۰ ● ۱۶ صفحه

یادداشت

تلاش شما به ثمر می رسد، اگر...

۲۰ جمادی الثانی

خجسته زادروز حضرت فاطمه الزهرا(س)
و فرزند برومندش حضرت امام خمینی(ره)
بر تمام مسلمانان تهنیت باد



اطلاعیه سازمان سنجش آموزش کشور درباره:

رشته محل های

تکمیل نشده و پذیرش

رشته محل های جدید آزمون

کارشناسی ارشد ۱۴۰۰

صفحه ۴

سپاسگزاری؛ راهی

به سوی خوشبختی

صفحه ۶

خوب بخواید

تا امتحان موفق

داشته باشید

صفحه ۸

وضعیت پاسخگویی

داوطلبان گروه آزمایشی

زبان های خارجی در

آزمون سراسری سال ۱۴۰۰

صفحه ۱۲

رئیس سازمان سنجش خبر داد:

بازنگری و به روزرسانی فرایندهای اجرای آزمون های تحصیلی



وی، با اشاره به اینکه سازمان سنجش به طور متوسط هر ساله حداقل ۴۵ آزمون موظف و غیر موظف برگزار می کند، گفت: از دانشگاه ها تقاضا داریم تا در برگزاری آزمون ها به این سازمان کمک کنند.

رئیس سازمان سنجش آموزش کشور، با اشاره به اینکه در دوره اول فعالیت خود در این سازمان، نسبت به ایجاد روش های نوین و الکترونیکی کردن فرایندهای آزمون اقدام کرده بوده است، گفت: در حال حاضر نیز نیاز داریم تا تمام فرایندهای اجرای آزمون های تحصیلی را به روزرسانی کنیم و هم اکنون برنامه آن در دست تدوین است.

رئیس سازمان سنجش آموزش کشور گفت: در حال حاضر نیاز داریم تا تمام فرایندهای اجرای آزمون های تحصیلی را به روزرسانی کنیم و هم اکنون برنامه آن در دست تدوین است.

دکتر عبدالرسول پورعباس، معاون وزیر علوم و رئیس سازمان سنجش آموزش کشور، در نشست رؤسای دانشگاه های کشور که اواخر هفته گذشته برگزار شد، گفت: سازمان سنجش، در دوره جدید فعالیت خود، می کوشد تا با دقت افزون تر نسبت به گذشته و استفاده از روش های نوین، بهترین دانش آموزان را در مقطع کارشناسی و بهترین دانشجویان را برای ادامه تحصیل در مقاطع بالاتر به دانشگاه ها معرفی کند.

تاریخ های ثبت نام و برگزاری آزمون های ورودی به دانشگاه ها و مؤسسات آموزشی در سال ۱۴۰۱

تاریخ برگزاری	تاریخ ثبت نام	نام آزمون
جمعه ۱۴۰۰/۱۲/۶	مهلت ثبت نام به پایان رسید	دکتوری (Ph.D)
چهارشنبه ۱۴۰۱/۲/۲۸، پنجشنبه ۱۴۰۱/۲/۲۹ و جمعه ۱۴۰۱/۲/۳۰	مهلت مجدد ثبت نام یکشنبه ۳ تا چهارشنبه ۱۴۰۰/۱۱/۶	کارشناسی ارشد ناپیوسته
چهارشنبه ۱۴۰۱/۴/۸، پنجشنبه ۱۴۰۱/۴/۹، جمعه ۱۴۰۱/۴/۱۰ و شنبه ۱۴۰۱/۴/۱۱	یکشنبه ۱۴۰۰/۱۱/۱۰ تا یکشنبه ۱۴۰۰/۱۱/۱۷	سراسری
جمعه ۱۴۰۱/۶/۴	یکشنبه ۱۴۰۱/۳/۲۹ تا یکشنبه ۱۴۰۱/۴/۵	کاردانی به کارشناسی ناپیوسته
جمعه ۱۴۰۱/۶/۴	سه شنبه ۱۴۰۱/۴/۱۴ تا سه شنبه ۱۴۰۱/۴/۲۱	کاردانی نظام جدید (دانشگاه فنی و حرفه ای و مؤسسات غیرانتفاعی)



تلاش شما به ثمر می‌رسد، اگر...

برای ارزیابی میزان آموخته‌های خود در هر مبحث، پیوسته از خود سؤال بپرسید. طرح سؤال، آموخته‌های شما را تثبیت و اشکالاتتان را برطرف می‌کند.

پس از اتمام فرایند مطالعه هر مبحث، مطابق مراحل پیش گفته، آموخته‌هایتان را برای خود بازگو کنید و آخرین اشکالات خود را برطرف سازید.

در انتهای مطالعه و پرسش و بازگویی و رفع اشکال، و خاتمه یافتن مطالعه همه مباحث آزمون، در روزهای پایانی، به مرور مجدد مطالب خوانده شده بپردازید.

داشتن یک شریک مطالعه باهوش و با انگیزه و به اشتراک گذاشتن مطالب خوانده شده با او را نیز به شما توصیه می‌کنیم.

در خاتمه، همان‌گونه که قبلاً نیز یادآور شدیم، توصیه می‌کنیم که به محیط مناسب، انتخاب زمان مناسب، برنامه منسجم، استراحت کافی و دوری از عوامل حواس‌پرتی، مانند: تلویزیون، رایانه، تلفن همراه و فکر کردن بیش از حد به شبکه‌های اجتماعی مجازی، هم توجه داشته باشید.

موفق باشید

اگر شما هم مثل بعضی از دانش‌آموزان و دانشجویان فکر می‌کنید که به رغم مطالعه فراوان، به نتیجه دلخواه خود دست نمی‌یابید، توصیه ما به شما این است که به شیوه صحیح مطالعه کنید. مطالعه به شیوه صحیح، سبب می‌شود که زمان مطالعه شما کاهش یابد، میزان یادگیری‌تان افزایش یابد، مدت زمان نگهداری مطالب در حافظه‌تان طولانی‌تر شود، و به خاطر سپاری مطالب در ذهنتان آسان‌تر گردد؛ پس به این نکات ساده، ولی مهم، توجه داشته باشید:

سعی کنید که مطالب کتاب را سریع بخوانید تا توجه و تمرکز شما افزایش یابد و، در نتیجه، فهم و یادگیری مطالب برایتان آسان‌تر شود.

به جای خواندن کلمه به کلمه متن، جمله‌ها را با تأکید بر کلمه‌های کلیدی متن بخوانید تا ذهن شما دائماً فعال باشد.

اگر سرعت خواندنتان کم باشد، ذهن شما از حالت فعال بودن باز می‌ماند؛ ضمن آنکه مطالعه آهسته، ذهن فرد را مشغول و از روند مطالعه خارج می‌کند. در حین مطالعه، یادداشت بردارید تا، ضمن تکرار درس، تمرکز حواس خود را افزایش دهید و مطالب را بیشتر به خاطر بسپارید.

نماز

حضرت امام جعفر صادق (ع) فرمودند:
پیروی و اطاعت از پروردگار، خدمت کردن به او در زمین است، و هیچ چیز در خدمت به پروردگار، معادل نماز نیست.



کلام امیر المؤمنین (ع)

دلت را به اندرز زنده دار و به پارسایی بمیران، و به یقین نیرو بخش و به حکمت روشن گردان، و به یاد مرگش خوار ساز، و به اقرار به نیست شدنش وادار ساز.

امر به معروف و نهی از منکر

رسول مکرم اسلام (ص) فرمودند:
کسی که امر به معروف و نهی از منکر کند، جانشین خدا و پیامبر در روی زمین است.

قابل توجه داوطلبان آزمون‌های سازمان سنجش

به اطلاع داوطلبان گرامی می‌رساند که حفاظت آزمون‌های سازمان سنجش آموزش کشور از طریق پست الکترونیکی (ایمیل) ذیل آماده دریافت هرگونه اطلاعات و اخبار در موارد مرتبط با حفاظت آزمون‌ها می‌باشد.
نشانی پست الکترونیکی:

hefazatazmon@sanjesh.org

شناسنامه



- هفته‌نامه خبری و اطلاع‌رسانی سازمان سنجش آموزش کشور
- سال بیست و ششم، شماره ۴۲، شماره پیاپی ۱۲۶۰
- بیست و هفتم دی ماه سال ۱۴۰۰
- صاحب امتیاز: سازمان سنجش آموزش کشور
- مدیر اجرایی: بهمن احمدی
- صفحه آرای و حرفه‌چینی: پیک سنجش
- شاپا: ۲۹۱۶-۱۷۳۵-ISSN ۱۷۳۵-۲۹۱۶
- نقل و برداشت مطالب نشریه پیک سنجش با ذکر کامل منبع بلامانع است.
- استفاده از طرح‌ها و عکس‌های اختصاصی پیک سنجش منوط به اجازه کتبی است
- نشانی: تهران، ابتدای بل کریمخان زنده، بین خیابان‌های نجات‌اللہی و قرنی،
- پلاک ۲۰۴، صندوق پستی ۵۵۵۷-۱۴۱۵۵
- نشانی سایت: peyk-sanjesh.org
- صندوق الکترونیکی: email.peyk@sanjesh.org

از روز گذشته آغاز شده است:

ثبت‌نام پذیرفته‌شدگان بدون آزمون دانشگاه پیام‌نور

۲۷ دی الی ۴ بهمن ماه ۱۴۰۰، برای تشکیل پرونده فیزیکی و ثبت پذیرش نهایی به مرکز قبولی خود مراجعه کنید. مدیرکل روابط عمومی دانشگاه پیام‌نور اظهار داشت: دانشجوی، پس از مراجعه حضوری، شماره دانشجویی دریافت می‌کند و از تاریخ ۲ بهمن ماه می‌تواند به سیستم گلستان مراجعه کرده و با درج شماره دانشجویی خود، به عنوان شناسه کاربری، و شماره شناسنامه خود، به عنوان گذرنامه، برای انتخاب واحد اقدام کند.

وی، با اشاره به مراحل پذیرش، افزود: جزئیات نحوه پذیرش، به طور کامل روی سیستم گلستان اطلاع‌رسانی شده و هر دانشجوی می‌تواند با شناسه کاربری که در سیستم گلستان شرح داده شده و رمز عبور که کد ملی است، وارد سیستم شده و از طریق مسیر آموزش «دانشجو»، «پذیرش غیرحضور» و «پذیرش غیرحضور دانشجویان جدیدالورود» برای ثبت‌نام در این پذیرش اقدام کند.

دکتر حیدری یادآور شد: دانشجویان، پس از پرداخت شهریه، باید از طریق مسیر ثبت‌نام «عملیات ثبت‌نام»، «ثبت‌نام اصلی» برای انتخاب واحد اقدام کنند.

مدیرکل روابط عمومی دانشگاه پیام‌نور، زمان و نحوه ثبت‌نام غیرحضور پذیرفته‌شدگان کارشناسی بر اساس سوابق تحصیلی این دانشگاه را اعلام کرد. دکتر محسن حیدری گفت: تمام پذیرفته‌شدگان کارشناسی بر اساس سوابق تحصیلی دانشگاه پیام‌نور، تا روز ۲ بهمن ماه فرصت دارند که برای ثبت‌نام و پذیرش غیرحضور، به سیستم گلستان این دانشگاه به نشانی: reg.pnu.ac.ir مراجعه کنند.

وی، با اشاره به مراحل پذیرش، افزود: جزئیات نحوه پذیرش، به طور کامل روی سیستم گلستان اطلاع‌رسانی شده و هر دانشجوی می‌تواند با شناسه کاربری که در سیستم گلستان شرح داده شده و رمز عبور که کد ملی است، وارد سیستم شده و از طریق مسیر آموزش «دانشجو»، «پذیرش غیرحضور» و «پذیرش غیرحضور دانشجویان جدیدالورود» برای ثبت‌نام در این پذیرش اقدام کند. دکتر حیدری، به زمان مراجعه حضوری دانشجویان اشاره و تصریح کرد: بعد از تکمیل مراحل ثبت‌نام، دانشجویان باید از

کاردانی ناپیوسته و کارشناسی پیوسته نیمسال دوم ۱۴۰۰ این دانشگاه مطلع شوند و با مراجعه به سامانه آموزشی: edu.iau.ac.ir و مطابق جدول زمانی اعلام شده، نسبت به انتخاب حداکثر ۱۰۰ کد رشته یا محل از مجموعه‌های امتحانی مجاز اقدام کنند.

پذیرفته‌شدگان کلیه رشته‌های دانشگاهی، به منظور اطلاع از زمان و چگونگی تحویل مدارک، می‌بایست به آدرس سایت واحد دانشگاهی محل پذیرش خود مراجعه کنند.



ضمناً پذیرفته‌شدگان، به منظور اطلاع از شرایط و ضوابط ثبت‌نام، می‌توانند راهنمای ثبت‌نام این مقطع را از سامانه: sanjesh.iau.ir دریافت و آن را مطالعه کنند.

مرکز سنجش، پذیرش و امور فارغ‌التحصیلی دانشگاه آزاد اسلامی، به داوطلبان توصیه کرده است که ابتدا دفترچه راهنمای انتخاب رشته هر یک از این پذیرش‌ها را دریافت و پس از مطالعه و کسب آگاهی، نسبت به انتخاب رشته اقدام کنند.

لازم به یادآوری است که مهلت انتخاب رشته این متقاضیان، تا امروز (دوشنبه ۲۷ دی ماه) ادامه دارد.

آزمون زبان msrt در

۱۵ بهمن ماه برگزار می‌شود



اداره کل بورس و اعزام دانشجویان سازمان امور دانشجویان اعلام کرد: آزمون زبان msrt در روز جمعه ۱۵ بهمن ماه برگزار می‌شود.

متقاضیان شرکت در این دوره آزمون زبان msrt می‌توانند تا ساعت ۶ بعد از ظهر روز چهارشنبه ۲۹ دی ماه، با مراجعه به سامانه سجاد سازمان امور دانشجویان، در این آزمون ثبت‌نام کنند.

بنابراین گزارش، این آزمون، صبح روز جمعه ۱۵ بهمن ماه برای تمام داوطلبان (آقا و خانم) برگزار خواهد شد.

مقرر گردید که مرحله تکمیل ظرفیت برای رشته محل‌هایی که ظرفیت آنها خالی مانده است، همراه با رشته محل‌های جدید، انجام شود.



بر این اساس، آن دسته از داوطلبان شرکت کننده در آزمون کارشناسی ارشد سال ۱۴۰۰ که براساس کارنامه صادر شده از سوی سازمان سنجش آموزش کشور، مجاز به انتخاب رشته در دانشگاه آزاد اسلامی شده‌اند و علاقه‌مند به انتخاب رشته یا محل‌های دایر در این دانشگاه هستند، می‌توانند، با استفاده از کد دسترسی انتخاب رشته، تا روز دوشنبه ۲۷ دی ماه (امروز)، با مراجعه به سامانه: www.azmoon.org نسبت به انتخاب حداکثر ۱۰۰ کدرشته یا محل از مجموعه‌های امتحانی مجاز اقدام نمایند.

به داوطلبان توصیه می‌شود که ابتدا دفترچه راهنمای انتخاب رشته را دریافت و پس از مطالعه و کسب آگاهی، نسبت به انتخاب رشته در این مرحله اقدام نمایند.

ضمناً داوطلبان لازم است که پس از انتخاب رشته یا محل، کد رهگیری و نسخه چاپی ثبت‌نام خود را تهیه کنند و تا زمان اعلام نتایج، آن را نزد خود نگه دارند.

ثبت‌نام تکمیل ظرفیت مقاطع کاردانی

ناپیوسته و کارشناسی پیوسته دانشگاه

آزاد آغاز شد

ثبت‌نام تکمیل ظرفیت پذیرش بر اساس سوابق تحصیلی در مقاطع کاردانی ناپیوسته و کارشناسی پیوسته نیمسال دوم ۱۴۰۰ دانشگاه آزاد اسلامی آغاز شد.

با توجه به مصوبه نوزدهمین جلسه مورخ ۱۴۰۰/۱۰/۱۱ شورای سنجش و پذیرش دانشجو در دوره‌های تحصیلات تکمیلی، مقرر شد که مرحله تکمیل ظرفیت برای رشته محل‌هایی که ظرفیت آنها خالی مانده است، همراه با رشته محل‌های جدید انجام شود.

بر این اساس، متقاضیان می‌توانند با مراجعه به سایت: www.azmoon.org از نتیجه نتایج تکمیل ظرفیت پذیرش بر اساس سوابق تحصیلی در مقاطع



اول بهمن ماه:

آخرین مهلت ثبت‌نام آزمون‌های زبان دانشگاه آزاد



ثبت‌نام آزمون EPT و آزمون فراگیر مهارت‌های عربی بهمن ماه دانشگاه آزاد اسلامی آغاز شد.

با اعلام مرکز سنجش، پذیرش و امور فارغ‌التحصیلی دانشگاه آزاد اسلامی، ثبت‌نام این آزمون‌ها تا ساعت ۲۴ جمعه اول بهمن ماه ادامه خواهد داشت.

این آزمون‌ها روز جمعه مورخ ۱۵ بهمن ماه هم‌زمان در شهرهای: تهران، تبریز، مشهد، اهواز، اصفهان، شیراز، کرمانشاه، رشت، کرمان، اردبیل، کرج، ساری، یزد، همدان، ارومیه، قزوین، گرگان، خرم‌آباد، اراک، بوشهر و زاهدان (جمعاً ۲۱ حوزه) برگزار خواهد شد.

ضمناً زمان دریافت کارت ورود به جلسه این آزمون‌ها، روز چهارشنبه ۱۳ بهمن ماه است.

کلیه دانشجویان دکتری تخصصی دانشگاه آزاد اسلامی می‌توانند، در صورت تمایل، با مراجعه به سامانه مرکز سنجش و پذیرش به نشانی: <https://english.iau.ac.ir/ept> نسبت به ثبت‌نام

در این آزمون‌ها، اقدام کنند.

امکان مجدد انتخاب رشته کارشناسی

ارشد در دانشگاه آزاد فراهم شد

ثبت‌نام تکمیل مرحله ظرفیت آزمون کارشناسی ارشد سال ۱۴۰۰ دانشگاه آزاد اسلامی آغاز شد و تا پایان وقت امروز (۲۷ دی ماه) ادامه خواهد داشت.

مرکز سنجش، پذیرش و امور فارغ‌التحصیلی دانشگاه آزاد اسلامی اعلام کرد: با توجه به مصوبه نوزدهمین جلسه مورخ ۱۱ دی ماه شورای سنجش و پذیرش دانشجو در دوره‌های تحصیلات تکمیلی،

اطلاعیه سازمان سنجش آموزش کشور درباره:

اعلام اسامی پذیرفته‌شدگان نهایی کدرشته محل‌های مرحله پذیرش صرفاً بر اساس سوابق تحصیلی کاردانی به کارشناسی ناپیوسته بهمن ماه سال ۱۴۰۰

مدارک ثبت‌نامی افراد از محل قبولی قبلی آنان درخواست می‌شود.
۴- پذیرفته‌شدگان مرد، لازم است که با توجه به بند «مقررات وظیفه عمومی» مندرج در صفحه ۲۳، ۲۴ و ۲۵ دفترچه راهنمای ثبت‌نام و انتخاب رشته مرحله پذیرش صرفاً بر اساس سوابق تحصیلی کاردانی به کارشناسی ناپیوسته سال ۱۴۰۰ واجد شرایط لازم بوده و گواهی مربوط را به دانشگاه محل قبولی ارائه دهند.

۵- نظر به اینکه در دستورالعمل ثبت‌نامی ارسالی به تمامی دانشگاه‌ها و مؤسسات پذیرنده دانشجو در آزمون کاردانی به کارشناسی ناپیوسته سال ۱۴۰۰ ابلاغ گردیده است تا از پذیرفته‌شدگانی که دارای مغایرت معدل (معدل مندرج در مدرک تحصیلی آنان، کمتر از معدل اعلام شده در اطلاعات ارسالی از طرف متقاضیان به این سازمان) هستند، صرفاً ثبت‌نام موقت و مشروط به عمل آید، بنابراین، ضرورت دارد که این دسته از پذیرفته‌شدگان، به دانشگاه محل قبولی خود مراجعه نموده و مدارک لازم را به آنجا ارائه نمایند تا ثبت‌نام موقت از آنان به عمل آمده و بررسی لازم در مدارک و مستندات ارائه شده از سوی آنان، صورت گیرد. متقاضیانی که دارای مغایرت معدل هستند، می‌بایست وضعیت نهایی خود را تا پایان اسفند ماه سال جاری از دانشگاه محل قبولی خود پی‌گیری نموده و از مراجعه به این سازمان جداً خودداری نمایند.
۶- در هر مرحله از پذیرش (ثبت‌نام، پذیرش دانشجو یا هنگام تحصیل)، چنانچه مشخص شود که متقاضی، حقایق را کتمان نموده یا اطلاعات غلطی ارائه کرده است و واجد شرایط نیست، قبولی وی لغو و طبق مقررات با او رفتار خواهد شد.

۷- ضمناً متقاضیان، در صورت لزوم، می‌توانند سؤال یا سؤالات خود را با بخش پاسخگویی اینترنتی سازمان سنجش آموزش کشور به نشانی: <https://request.sanjesh.org> یا (در روزها و ساعات اداری) با شماره تلفن: ۰۲۱-۴۲۱۶۳ مطرح نمایند.

روابط عمومی سازمان سنجش آموزش کشور

پیرو اطلاعیه مورخ ۱۴۰۰/۰۹/۱۶ این سازمان در خصوص پذیرش دانشجو در کدرشته محل‌های اعلام شده از سوی دانشگاه‌ها و مؤسسه‌های آموزش عالی در مرحله پذیرش صرفاً بر اساس سوابق تحصیلی کاردانی به کارشناسی ناپیوسته بهمن ماه سال ۱۴۰۰ بدین وسیله، ضمن اعلام اسامی پذیرفته‌شدگان نهایی کدرشته‌های محل‌های مرحله مذکور، توجه متقاضیان را به موارد ذیل جلب می‌نماید:

متقاضیانی که اسامی آنان به عنوان پذیرفته‌شده نهایی این مرحله اعلام گردیده، لازم است که برای اطلاع از زمان دقیق ثبت‌نام و مدارک مورد نیاز (مطابق مدارک اعلام شده در اطلاعیه مورخ ۱۴۰۰/۰۶/۲۹ مربوط به اعلام اسامی پذیرفته‌شدگان آزمون کاردانی به کارشناسی ناپیوسته سال ۱۴۰۰) مندرج در درگاه اطلاع‌رسانی این سازمان، از روز چهارشنبه مورخ ۱۴۰۰/۱۰/۲۹ به درگاه اطلاع‌رسانی دانشگاه یا مؤسسه آموزش عالی محل قبولی خود مراجعه نمایند.

یادآوری‌های مهم:

۱- متقاضیان می‌بایست حداکثر تا تاریخ ۱۴۰۰/۱۱/۳۰ دارای مدرک کاردانی (فوق دیپلم) باشند؛ در غیر این صورت، مجاز به ثبت‌نام نخواهند بود.

۲- همه پذیرفته‌شدگان می‌بایست در زمان مقرر، نسبت به ثبت‌نام خویش اقدام نمایند؛ زیرا عدم ثبت‌نام در زمان مقرر، به منزله انصراف قطعی از تحصیل آنان تلقی خواهد شد.

۳- پذیرفته‌شدگانی که قبلاً در یکی از دانشگاه‌ها و مؤسسات آموزش عالی در ردیف پذیرفته‌شدگان نهایی قرار گرفته‌اند، مطابق ضوابط، قبولی قبلی آنان لغو گردیده و می‌بایست منحصراً در رشته قبولی جدید به تحصیل بپردازند. ضمناً این دسته از متقاضیان، لازم نیست که از محل قبولی قبلی خود انصراف دهند، بلکه با آنان همانند دانشجوی انتقالی رفتار خواهد شد و از سوی مؤسسه محل قبولی مندرج در این اطلاعیه،

اطلاعیه سازمان سنجش آموزش کشور درباره:

اعلام رشته محل‌های با ظرفیت پذیرش تکمیل نشده و همچنین پذیرش رشته محل‌های جدید آزمون کارشناسی ارشد ناپیوسته سال ۱۴۰۰

شرح جداول ذیل این اطلاعیه (حداکثر ۱۰۰ کدرشته محل) که در سایت سازمان سنجش آمده است از مجموعه‌های امتحانی مجاز (منحصراً از طریق درگاه اطلاع‌رسانی این سازمان) اقدام نمایند.

یادآوری‌های مهم:

۱- گزینش نهایی در هر یک از کدرشته محل‌های تحصیلی اعلام شده در این اطلاعیه، مطابق شرایط و ضوابط مندرج در دفترچه‌های راهنمای شماره ۱ و ۲ آزمون کارشناسی ارشد ناپیوسته سال ۱۴۰۰ انجام خواهد شد.

به اطلاع متقاضیان شرکت‌کننده در آزمون کارشناسی ارشد ناپیوسته سال ۱۴۰۰ می‌رساند که با توجه به مصوبه نوزدهمین جلسه مورخ ۱۴۰۰/۱۰/۱۱ شورای سنجش و پذیرش دانشجو در دوره‌های تحصیلات تکمیلی، مقرر گردید مرحله تکمیل ظرفیت برای رشته محل‌هایی که ظرفیت آنها خالی مانده است، همراه با رشته محل‌های جدید انجام شود؛ لذا متقاضیانی که در آزمون مذکور شرکت کرده و مجاز به انتخاب رشته شده‌اند، می‌توانند تا روز دوشنبه ۱۴۰۰/۱۰/۲۷ (امروز) بر اساس کارنامه نتایج اولیه آزمونشان، نسبت به انتخاب کدرشته محل‌های مورد علاقه خود به

۶- هر متقاضی منحصراً مجاز به انتخاب آن کدرشته تحصیلی خواهد بود که در آزمون مجموعه امتحانی مربوط شرکت کرده و مجاز به انتخاب رشته شده باشد. لازم به توضیح است که فهرست کدضربهای مجاز هر متقاضی، در سامانه انتخاب رشته مرحله تکمیل ظرفیت برای وی نمایش داده خواهد شد.

۷- کدرشته محل‌های مربوط به مجموعه‌های امتحانی دارای آزمون عملی و تشریحی این اطلاعیه را منحصراً متقاضیانی که قبلاً در آزمون‌های عملی و تشریحی آن کدرشته محل‌ها شرکت نموده‌اند، می‌توانند انتخاب نمایند.

۸- متقاضیان، در صورت لزوم، می‌توانند سؤال یا سؤالات خود را با بخش پاسخگویی اینترنتی سازمان سنجش آموزش کشور به نشانی: <https://request.sanjesh.org> و یا (در روزها و ساعات اداری) با شماره تلفن: ۴۲۱۶۳ - ۰۲۱ مطرح نمایند و از مراجعه حضوری به این سازمان خودداری کنند.

روابط عمومی سازمان سنجش آموزش کشور

۲- آن دسته از متقاضیانی که اسامی آنان به عنوان پذیرفته شده نهایی در یکی از کدرشته محل‌های تحصیلی بورسیه یا دارای شرایط خاص اعلام شده است، حق انتخاب کدرشته محل‌های مندرج در این اطلاعیه را ندارند.

۳- پذیرفته‌شدگان آزمون کارشناسی‌ارشد ناپیوسته سال ۱۴۰۰، در صورت تمایل، می‌توانند در این مرحله از پذیرش شرکت نمایند. لازم به تأکید است که در صورت قبولی آنها در این مرحله، قبولی قبلی‌شان لغو و با آنان همانند دانشجوی انتقالی رفتار خواهد شد و باید در رشته قبولی جدید ثبت‌نام و ادامه تحصیل نمایند؛ لذا متقاضیان در این خصوص دقت لازم را به عمل آورند.

۴- نیمسال پذیرش دانشجو در هر یک از کدرشته محل‌های مندرج در این اطلاعیه، با توجه به امکانات و نظر دانشگاه یا مؤسسه محل قبولی، در اولین نیمسال تحصیلی ممکن خواهد بود.

۵- در آن دسته از کدرشته‌های امتحانی که ظرفیت اعلام شده جدید بیش از یک محل تحصیل باشد، متقاضیان، در صورت تمایل، می‌توانند تمامی کدرشته محل‌های مورد علاقه خود را به ترتیب اولویت، انتخاب نمایند.

پیک سنجش

پیک سنجش، هفته‌نامه خبری و اطلاع رسانی سازمان سنجش آموزش کشور است که از پاییز سال ۱۳۷۵ تاکنون به طور پیوسته، دوشنبه هر هفته (از سال گذشته به صورت الکترونیکی) منتشر می‌شود. هفته‌نامه پیک سنجش، در بردارنده آخرین اخبار و اطلاعیه‌ها درباره مراحل مختلف آزمون‌هایی است که از مرحله آغازین تا پایان آن (ثبت نام آزمون تا اعلام نتایج نهایی و معرفی اسامی پذیرفته‌شدگان هر آزمون)، از سوی سازمان سنجش آموزش کشور اجرا می‌شود.

این هفته‌نامه، با ستون‌ها و صفحات ثابت و متغیری مانند: یادداشت هفته، اخبار، اطلاعیه، گزارش خبری، گفت و گو، آشنایی بارشته‌های دانشگاهی، آگهی و... به فراخور برنامه زمانی آزمون‌ها، با مخاطبان جوان خود (دانش آموزان سال‌های آخر دبیرستان یا دانشجویان دوره‌های کاردانی، کارشناسی، کارشناسی ارشد، داوطلبان آزمون سراسری، کارشناسی ناپیوسته، کارشناسی ارشد و دکتری) همراه می‌شود و در جهت راهنمایی آنها به منظور ثبت نام و شرکت در آزمون‌های مختلف که از سوی سازمان سنجش برگزار می‌گردد گام برمی‌دارد. هفته‌نامه پیک سنجش، در بیست و ششمین سال فعالیت خود، به یمن همراهی و همگامی مخاطبان پرشور و نشاط خود به آینده امیدوار است و همواره به شادکامی و موفقیت این عزیزان می‌اندیشد. خوانندگان، بازدیدکنندگان و علاقه‌مندان می‌توانند طرح‌ها، عکس‌ها، مطالب، انتقادات و پیشنهادهای خود را به نشانی: PEYK@SANJESH.ORG ارسال نمایند.

نشانی سایت:

peyk.sanjesh.org



سازمان سنجش آموزش کشور

سپاسگزاری؛ راهی به سوی خوشبختی

چه باید کرد؟

شکرگزار باشید

اولین قدم برای از بین بردن ذهنیت کمبود، این است که برای هر چه هستید و هر چه دارید، شکرگزار باشید و عمیقاً به خاطر معجزه‌ای که خودتان هستید، از خداوند عالم سپاسگزاری کنید؛ به خاطر اینکه چشم دارید، گوش دارید، راه می‌روید، می‌توانید غذا بخورید، سواد دارید، به مدرسه می‌روید، قلم و کاغذ دارید و ... توجه داشته باشید که باید روی داشته‌هایتان تمرکز کنید، نه روی چیزهایی که از دست داده‌اید؛ سپس به نگاهتان وسعت ببخشید و به حجم عظیمی از نعماتی که اطراف شماست، توجه کنید و سپاسگزار آنها باشید؛ به آبی که می‌نوشید، خورشیدی که گرمتان می‌کند، هوایی که نفس می‌کشید، گیاهی که زیبایی را در نگاهتان می‌نشانند، و هر چیز دیگری که هدیه‌ای از جانب خداوند است.

یادتان باشد که شما ذره‌ای از کل جهان هستی هستید و این ذره باید با دیگر ذره‌ها هماهنگی و همکاری داشته باشد. وقتی شما روی نکته‌های منفی و نداشته‌هایتان تمرکز می‌کنید، با جهان هستی هماهنگی ندارید، اما وقتی روی توانمندی‌هایتان به عنوان یکی از معجزه‌های هستی، تمرکز می‌کنید، انرژی‌تان برای تغییر و تحول و کسب موفقیت، چند برابر خواهد شد.

وقتی تمرین شکرگزاری می‌کنید، مدام به فهرست آنچه دارید و باید به خاطرشان شکرگزار باشید، اضافه کنید؛ برای مثال، وقتی می‌خوابید، از اینکه سقفی بالای سرتان هست، شکر گزار باشید. وقتی از خواب بیدار می‌شوید، از اینکه یک صبح دیگر را می‌بینید از خدا و هستی تشکر کنید. در کل، تک تک نعمت‌های کوچک و بزرگ را ببینید و به خودتان متذکر شوید که چه خوش شانس هستید که همه اینها را دارید، و از این همه نعمت که متعلق به شماست، لذت ببرید.

همین که شکرگزاری را برای هر چیز و هر کسی که در زندگی‌تان دارید، آغاز

«من بدبختم!» این جمله را بارها در شرایط مختلف و به دلایل متنوع از دانش‌آموزانم شنیده‌ام. یکی مبحثی از ریاضی را نمی‌فهمد، دیگری با پدرش مشکل دارد و سومی از چهره‌اش ناراضی است و آن یکی از فضای مدرسه و رفتار معلم‌ها یا کادر اجرایی گله دارد. همه آنها معتقدند که هیچ کس درکشان نمی‌کند و مشکل بزرگ و لاینحل آنها را نمی‌فهمد.

نکته مهم این است که همه آنها آن قدر روی مشکلشان تمرکز کرده‌اند و آن را بزرگ می‌بینند که بخش‌های دیگر زندگی را، که پر از نکته‌های مثبت است، فراموش کرده‌اند و اصلاً آنها را نمی‌بینند.

برای مثال، دانش‌آموزی که مبحث الکتروشمی را در درس شیمی متوجه نمی‌شود یا احتمالات ریاضی را فرا نمی‌گیرد، به این نکته دقت ندارد که در فرا گرفتن ادبیات، چقدر توانمند است، تست‌های عربی را چقدر خوب می‌زند، و یا در کار با کامپیوتر، چقدر مهارت دارد!

همچنین نوجوانی که با نحوه برخورد پدر یا مادرش مشکل دارد، سپاسگزار سلامتی خود نیست. او توجه ندارد همین که می‌تواند به راحتی نفس بکشد، حرف بزند، راه برود، غذا بخورد، دیگران را دوست بدارد و به آنها محبت کند، به دیگران یاری برساند و ... چقدر خوشبخت است و چقدر باید شاکر نعمت‌های بسیاری باشد که آنها را داراست.

توجه داشته باشید که شما روی هر چیزی تمرکز کنید، آن چیز در زندگی‌تان بیشتر می‌شود. وقتی شما روی مشکلاتتان تمرکز می‌کنید، آنها تمام زندگی‌تان را در بر می‌گیرند؛ اما وقتی روی حس‌های خوبتان تمرکز کنید، حس و حال خوب را در زندگی‌تان جاری خواهید کرد؛ زیرا انسان بر اساس افکارش عمل می‌کند و این افکار به تدریج تجربه‌های زندگی روزمره‌اش را می‌سازند؛ بنابراین، وقتی شما افکارتان را صرف فکر کردن به کمبودهایتان کنید، کمبود در زندگی‌تان زیاد می‌شود.

شما روی هر چیزی تمرکز کنید، آن چیز در زندگی‌تان بیشتر می‌شود.

وقتی شما روی مشکلاتتان تمرکز می‌کنید، آنها تمام زندگی‌تان را در

بر می‌گیرند، اما وقتی روی حس‌های خوبتان تمرکز کنید، حس و حال

خوب را در زندگی‌تان جاری خواهید کرد

دانش‌آموزی که مبحث الکتروشمی را در درس شیمی متوجه

نمی‌شود، به این نکته دقت ندارد که در فرا گرفتن ادبیات، چقدر

توانمند است، تست‌های عربی را چقدر خوب می‌زند، و یا در کار با

کامپیوتر، چقدر مهارت دارد!

باشند، از آن رضایتی ندارند؛ چون داوطلب دیگری را می‌شناسند که در مقایسه با آنها پیشرفت بیشتری داشته است، و اگر پیشرفت نکنند، مدام خود را سرزنش می‌کنند و از کل کائنات شکایت دارند.

این دسته از داوطلبان، پیشرفت نخواهند کرد؛ زیرا روی کمبودها و نداشته‌هایشان تمرکز کرده‌اند. آنها خود را کامل نمی‌بینند؛ چون حس می‌کنند که چیزی کم دارند، و فقط وقتی آن را به دست بیاورند، کامل خواهند شد؛ در حالی که اگر روی داشته‌هایشان و موفقیت‌هایشان (هر چند که به ظاهر کوچک هم باشد) تمرکز کنند و به خاطر آنها از خودشان، اطرافیان‌شان و، مهم‌تر از همه، پروردگار سپاسگزار باشند، به قدرتشان به عنوان یک انسان کامل ایمان می‌آورند و می‌توانند، در عین حس رضایت و شادمانی، برای پیشرفت در سایر زمینه‌ها هم قدم بردارند.

کنید، دیگر افکار منفی در ذهن شما رسوخ نخواهد کرد. وقتی نفسی که می‌کشید با احساس خوشبختی همراه باشد، و باور داشته باشید که خوبی‌ها و نعمت‌های بسیاری شما را احاطه کرده است، در راهی قدم خواهید گذاشت که در آن همه چیز رو به بهبود و پیشرفت است؛ زیرا این جهان و نعماتش، به اندازه‌ای وسیع است که هر کسی می‌تواند در آن، هر چه می‌خواهد، به دست بیاورد. اگر می‌بینیم که محدودیتی برای ما وجود دارد، برای آن است که به محدودیت اعتقاد داریم و برای آن، وقت و انرژی صرف می‌کنیم.

خود را آن گونه که هستید، دوست داشته باشید

همه ما ضعف‌ها و ناتوانی‌هایی داریم، اما این ضعف‌ها، به معنای آن نیست که ما کامل نیستیم و نباید خوشحال باشیم. اگر اکنون از آنچه دارید، لذت نبرید، در آینده نیز هیچ چیز به شما لذت واقعی نخواهد داد؛ در واقع توانایی ما در لذت بردن از زندگی، به نحوه نگرش ما به آن بر می‌گردد؛ چون هیچ چیزی در خارج از خود ما نمی‌تواند خوشبختی و سعادت را به ما هدیه دهد؛ بنابراین، اگر برای خوشبخت بودن،

دنبال نداشته‌هایتان هستید، هرگز خوشبخت نخواهید شد؛ چون همیشه چیز بیشتری وجود دارد که شما بخواهید آن را داشته باشید.

بگذارید به سراغ داوطلبانی برویم که برای کسب رتبه‌ای برخلاف انتظارشان در آزمون‌های آزمایشی یا امتحان درسی، ناراحت هستند و خود را سرزنش می‌کنند و احساس خوبی ندارند. این دسته از داوطلبان، زندگی‌شان را برپایه بایدها و نبایدها استوار کرده‌اند. آنها از درس خواندن لذت نمی‌برند؛ زیرا مدام به فکر به دست آوردن رتبه یا نمره‌ای هستند که در آزمون یا آزمون‌های پیش رو کسب خواهند کرد. اگر پیشرفت درسی داشته



خوب بخوابید تا امتحان موفق داشته باشید

که در قهوه‌های بدون کافئین و شکلات وجود دارد، هم می‌تواند موجب بی‌خوابی در فرد شود.

ریتم طبیعی بدنتان را بشناسید

همانگ شدن با چرخه طبیعی خواب و بیداری بدنتان یا همان ریتم شبانه‌روزی، یکی از مهم‌ترین استراتژی‌ها برای بهتر خوابیدن است. اگر برنامه منظمی برای خواب و بیداری‌تان داشته باشید، احساس نشاط و شادابی بیشتری می‌کنید؛ از همین رو، بهتر است که هر روز در زمان مشخصی بخوابید و بیدار شوید.

انجام این کار به تنظیم ساعت درونی بدنتان کمک می‌کند و کیفیت خوابتان را بهینه می‌کند. زمانی را برای خوابیدن انتخاب کنید که در آن زمان به طور طبیعی احساس خستگی می‌کنید تا مدام پهلو به پهلو نشوید. اگر به اندازه کافی بخوابید، باید بدون زنگ ساعت و به طور طبیعی بیدار شوید، اما اگر به زنگ زدن ساعت برای بیدار شدن نیاز دارید، بنابراین، باید زودتر به خواب بروید.

در محل خوابتان از چراغ خواب استفاده نکنید

«مِلاتونین» هورمونی طبیعی است که با میزان نور کنترل می‌شود و به تنظیم چرخه خواب و بیداری کمک می‌کند. هنگامی که در تاریکی قرار می‌گیرید، مغزتان «مِلاتونین» بیشتری ترشح می‌کند که شما را خواب‌آلود می‌کند، اما در محیطی که نور وجود دارد، شما هشیارتر هستید.

وسایل الکترونیکی را کم و گور کنید!

اکنون می‌دانیم که تلویزیون، تلفن‌های هوشمند و تبلت‌ها، نوری آبی از خود ساطع می‌کنند که این نور، ترشح طبیعی ملاتونین را مختل می‌کند؛ به عبارت دیگر، آنها برای اتاق خواب و مکان استراحت، نامناسب هستند؛ حتی لازم است که یک تا دو ساعت قبل از زمان خوابیدن، از صفحه‌های نمایش استفاده نکنید؛ زیرا نور آبی ساطع شده از صفحه موبایل، تبلت، کامپیوتر یا تلویزیون، بسیار مخرب و مضر است. شما می‌توانید با استفاده از وسایلی با صفحات کوچک‌تر، کم کردن نور صفحه یا استفاده از نرم‌افزارهای تنظیم‌کننده نور صفحه مانند «اِف.لاکس»، اثر مخرب نور آبی را کم کنید. همچنین خوب است که در محیط خوابتان هیچ‌گونه لوازم مغناطیسی از جمله تلویزیون، ضبط،

خوراکی‌هایی مثل: موز، خرما، گردو، بادام زمینی و غلات سیبوس‌دار، حاوی تریپتوفان هستند که موجب تولید هورمون‌های تحریک‌کننده خواب، مثل سرتونین و ملاتونین در بدن، می‌شوند و به سریع‌تر خوابیدن و ایجاد آرامش ما کمک زیادی می‌کنند.

سبزیجات: تمامی سبزیجات، مخصوصاً سبزیجاتی که دارای برگ سبز تیره هستند، به خوابیدن کمک می‌کنند. کاهو از جمله سبزیجاتی است که در رفع بی‌خوابی معجزه می‌کند. برای آرامش اعصاب، خوردن سالاد کاهو با لیمو ترش به همراه غذا، نیز توصیه می‌شود.

لبنیات: خوردن دوغ، شیر و ماست همراه شام، کمک بزرگی به خواب آرام و عمیق می‌کند. یکی از بهترین و سنتی‌ترین راه‌ها برای مبارزه با بی‌خوابی، نوشیدن یک لیوان شیر گرم با عسل است. شیر حاوی کلسیم و تریپتوفان است که این دو ماده برای تنظیم ریتم خواب، بسیار مفید هستند.

نوشیدن آب انگور یا یک لیوان جوشانده گل گاو زبان یا بابونه، نیم ساعت قبل از خواب نیز راهکار خوبی برای مبارزه با بی‌خوابی است.

چه غذاهایی را نباید خورد؟

برای اینکه دچار بی‌خوابی نشوید، از خوردن غذاهای دارای پروتئین بالا، مثل گوشت، از دو ساعت قبل از خواب، باید خودداری کنید. همچنین سعی کنید که هنگام شب و قبل از خواب، از خوردن شکلات، بادامجان، سیب زمینی، شکر، سوسیس، اسفناج و گوجه فرنگی خودداری کنید. این مواد، به دلیل داشتن تیرامین بالا، باعث بالا رفتن هورمون «نور اپی نفرین» در بدن و، در نتیجه، فعال شدن مغز به هنگام خواب می‌شوند.

به طور کلی نباید در شب، غذاهای سنگین، چرب یا تند خورد؛ زیرا فعالیت سیستم گوارشی ما در شب کم می‌شود و هضم این مواد برای این سیستم، سخت‌تر خواهد شد.

از خوردن خوراکی‌های بسیار شیرین و دارای قند زیاد، که موجب افزایش انرژی و بی‌خوابی می‌شوند، نیز باید خودداری کرد.

بهتر است که قبل از خواب، از مصرف نوشیدنی‌های کافئین‌دار، مثل: چای، قهوه و نوشابه، نیز پرهیز کنید. حساسیت به کافئین در افراد مختلف، متفاوت است، و در بعضی از اشخاص، حتی مقدار بسیار کمی از کافئین،

بسیاری از دانش‌آموزان و دانشجویان تصور می‌کنند که دوران امتحان، دوران شب زنده‌داری است؛ دورانی که باید از شب تا صبح یا پاسی از شب، بیدار بمانی و به جبران عقب افتادگی درسی خود پردازای؛ به همین دلیل، در این دوران، تعداد قابل توجهی از دانش‌آموزان کمبود خواب دارند و حتی سر جلسه امتحان، خسته و کسل هستند و به گفته خودشان، در سر جلسه آزمون طول می‌کشد تا ذهنشان متمرکز شود و بتوانند متوجه سؤال‌های امتحانی شوند؛ در واقع، بی‌خوابی شب امتحان، نه تنها کمک حال دانش‌آموزان و دانشجویان نیست، بلکه بازدهی آنها را تا حد زیادی نیز پایین می‌آورد؛ زیرا بر اساس آزمایشی که محققان آمریکایی روی موش‌ها انجام داده‌اند، کم خوابی، موجب افزایش ترشح هورمون استرس کورتیکوسترون و کاهش تولید سلول‌های مغزی می‌شود. امروزه ثابت شده است که یکی از عوامل بسیار مؤثر در موفقیت درسی دانش‌آموزان، به خصوص در شب‌های امتحان، داشتن خوابی مناسب و کافی است؛ زیرا خواب، فراگیری و حافظه را تقویت می‌کند، انرژی لازم را در طول روز فراهم می‌نماید و کمک می‌کند تا مغز ما حداکثر کارایی را در حین درس خواندن داشته باشد.

شاید بگویید که در شب‌های امتحان، حتی اگر آمادگی را لازم برای خوابیدن داشته باشید، به دلیل اضطراب ناشی از آزمون، نمی‌توانید به خوبی بخوابید. در اینجا راه کارهایی را برای داشتن یک خواب آرام، و، در نتیجه، صبحی پر از انرژی و حس مثبت، خدمتتان ارائه می‌دهیم.

تغذیه مناسب، لازمه خوابی آرام و عمیق

یکی از مؤثرترین راه‌ها برای داشتن خوابی آسوده، تغذیه مناسب است. مرغ، غذاهای دریایی، ماهی تن یا ماهی کباب شده و سبزیجات پخته، جزو مناسب‌ترین شام‌ها به حساب می‌آیند. ویتامین B³ موجود در این مواد، باعث تولید سرتونین شده و در نتیجه به فرد در داشتن خوابی راحت کمک می‌کند. بهتر است که شام حداقل دو یا سه ساعت قبل از خوابیدن میل شود و از خوردن غذاهای سرخ شده، تند یا چرب نیز خودداری گردد.

سعی کنید که غذاهای دارای کربوهیدرات بالا مثل نان را حتماً در وعده غذایی شام خود بگنجانید. نان و پنیر کم چرب یا نان و عسل، خود شامی سبک و مناسب به حساب می‌آیند.



کامپیوتر و ... نباشد. اگر امکان خارج کردن این لوازم از اتاق نیست، بهتر است که آنها را خاموش کنید. گاه ساعت‌های زنگ‌دار نیز کلافه کننده هستند؛ زیرا تحقیقات نشان می‌دهد که چنانچه ساعت زنگ‌دار را در معرض دید خود قرار دهید، نور آن خواب را مختل می‌کند. همچنین در ورای نگاه‌هایی که به ساعت می‌اندازید تا متوجه شوید ساعت چند است و چقدر زمان برای خواب دارید، ناخودآگاه استرسی پنهان شده است. اگر از آن دسته افرادی هستید که صبح‌های زود (با طلوع خورشید) از خواب بیدار نمی‌شوید، ساعتی را انتخاب کنید که نور آن قابل تنظیم باشد و در صورت امکان، هنگام خواب آن را در جهت مخالف و فاصله‌ای دورتر از سرتان قرار دهید.

تخت خود را هر روز صبح مرتب کنید

مرتب نمودن تخت، درست پس از آنکه از خواب بیدار می‌شوید، حس فوق‌العاده‌ای به شما می‌بخشد و هنگامی که در پایان روز به خانه باز می‌گردید، حس بسیار خوب و آرامش‌بخشی را تجربه خواهید کرد. انجام این کار همچنین موجب می‌شود تا گرد و غبار از سطحی که در آن می‌خوابید، دور بماند و تختتان تمیزتر باشد.

ملحفه‌ها را حداقل هفته‌ای یک بار عوض کنید

افرادی که ملحفه‌های تخت خود را حداقل هفته‌ای یک بار عوض نمی‌کنند، شاهد حضور کرم‌های پنیری ناشی از گرد و غبار در رختخوابشان خواهند بود؛ موجوداتی که خواب آسوده آنها را مختل می‌کند.

دفتر یادداشتی در کنار خود داشته باشید

یک دفتر یادداشت و یک مداد کنار خود بگذارید تا اگر افکار مزاحم به طور ناخودآگاه به ذهنتان حمله‌ور شد و درست هنگامی که چشمانتان گرم خواب شده است، توجه شما را به خود معطوف کرد و اجازه نداد بخوابید، از آنها بهره بگیرید. بسیاری از ما، به محض اینکه در رختخواب دراز می‌کشیم و درست پیش از آنکه به خواب رویم، زمان‌های خلاقانه‌ای را تجربه کرده‌ایم. بی‌آنکه چراغ را روشن کنید، این افکار و ایده‌ها را روی کاغذ پیاده کنید؛ گرچه ممکن است که صبح نتوانید دستخط خود را بخوانید، اما حداقل خواب آشفته‌ای نخواهید داشت.

فکر و خیال را رها کنید

اگرچه ممکن است که انجام این کار، دشوار باشد، اما سعی کنید نگران این نباشید که شاید دوباره خوابتان نبرد؛ چون این نگرانی، فقط بدنتان را به بیدار ماندن تشویق می‌کند. برای اینکه به خوابیدن فکر نکنید، بر احساسات درونی بدنتان تمرکز کنید یا تمرینات تنفسی انجام دهید. یک نفس عمیق بکشید و سپس، در حالی که یک "آه" طولانی می‌کشید، به آهستگی نفستان را بیرون دهید. پس از آن، یک نفس دیگر بکشید و این کار را ادامه دهید.

تکنیک‌های «ریلکسیشن» برای خواب بهتر

تمرین تکنیک‌های «ریلکسیشن» پیش از خواب، راهی عالی برای آرام گرفتن، آرامش ذهن و آماده شدن برای خواب است. موارد زیر را امتحان کنید:

الف) نفس عمیق

چشم‌هایتان را ببندید و نفس‌های عمیق و آهسته بکشید. هر بار نفس‌هایتان را عمیق‌تر کنید.

ب) آرام‌سازی گام به گام عضلات

از انگشتان پا شروع کنید، همه عضلاتتان را تا جایی که می‌توانید، منقبض کنید و سپس کاملاً رها کنید. همین کار را ادامه دهید تا به سرتان برسید.

ج) مکانی آرامش‌بخش و صلح‌آمیز را تصور کنید.

چشم‌هایتان را ببندید و مکانی را تصور کنید که آرام و صلح‌آمیز باشد. روی این موضوع تمرکز کنید که چنین مکانی چه احساسی به شما می‌دهد.

اتاقان را خنک نگه دارید

بیشتر افراد، در اتاقی که اندکی خنک باشد، یعنی دمای آن حدود ۱۸ درجه سانتی‌گراد باشد و تهویه مناسبی داشته باشد، راحت‌تر می‌خوابند. اتاق خواب خیلی گرم یا خیلی سرد، کیفیت خواب را مختل می‌کند.

مناسک خواب را به جای آورید!

هر شب پیش از خواب، کارهای تکراری انجام دهید تا با این روش به بدنتان بگویید که دیگر وقت خواب است. فعالیت‌هایی مثل حمام کردن یا دوش آب گرم گرفتن، خواندن یک کتاب، یا گوش دادن به یک موسیقی آرامش‌بخش و ترجیحاً با نور بسیار کم، در این زمینه، مناسب هستند.

اطلاعیه شرکت تعاونی خدمات آموزشی درباره:

آزمون‌های آزمایشی سنجش یازدهم

ویژه دانش‌آموزان پایه یازدهم (دوره دوم متوسطه)

سال تحصیلی ۱۴۰۰-۱۴۰۱

نحوه برگزاری آزمون‌های آزمایشی سنجش یازدهم:

این آزمون‌ها در ۳ فاز کلی «تابستانه، مرحله‌ای و جامع» و در ۱۲ نوبت برگزار می‌شوند.

فاز اول: آزمون‌های تابستانه است که در دو نوبت و در ماه‌های مرداد و شهریور ۱۴۰۰ برگزار خواهند شد. هدف اصلی آزمون‌های تابستانه، بررسی و مرور کلی مطالب کتاب‌های درسی پایه دهم خواهد بود.

توجه: آزمون‌های تابستانه، فقط برای سه گروه آزمایشی **علوم ریاضی و فنی، علوم تجربی و علوم انسانی** برگزار خواهد شد.

فاز دوم: آزمون‌های مرحله‌ای است که در هشت نوبت از ابتدای سال تحصیلی تا پایان اسفند ۱۴۰۰ برگزار خواهند شد. آزمون‌های مرحله‌ای، بر اساس تقسیم‌بندی منابع درسی برگزار می‌شود؛ به طوری که در هر مرحله از آزمون، طبق تقسیم‌بندی‌های انجام‌شده، از داوطلبان امتحان به عمل می‌آید؛ علاوه بر این، در آزمون هر مرحله، از قسمت یا قسمت‌های مربوط به مراحل قبل نیز امتحان گرفته می‌شود؛ لیکن در هر مرحله، سؤالات امتحانی، با تأکید بر منابع مربوط به همان مرحله طراحی می‌شود (برای مثال، در مرحله سوم آزمون، قسمت‌های مربوط به آزمون اول و دوم هم منظور شده است؛ با این تأکید که بیشتر سؤالات از قسمت سوم خواهد بود).

هدف کلی این آزمون‌ها، بررسی و نگاه دقیق‌تر به مطالب کتاب‌های درسی پایه یازدهم و ارزیابی پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان در طول سال تحصیلی است؛ در این میان، آزمون ویژه‌ای (آزمون مرحله ۵) نیز در نظر گرفته شده است که در پایان امتحانات نوبت اول، در تاریخ ۱۴۰۰/۱۰/۲۴ برگزار خواهد شد و هدف آن، جمع‌بندی مطالب نوبت اول است که پس از امتحانات تشریحی نوبت اول برگزار خواهد شد و طبق آن، آمادگی دانش‌آموزان بر اساس پرسش‌های چهارگزینه‌ای استاندارد مرتبط با مطالب این نوبت تحصیلی مورد سنجش و ارزیابی قرار خواهد گرفت.

فاز سوم: آزمون‌های جامع بوده که در دو نوبت در ماه‌های فروردین و اردیبهشت برگزار خواهد شد. هدف این آزمون‌ها، آشنایی کامل دانش‌آموزان با پرسش‌های چهارگزینه‌ای همسو و مرتبط با سؤالات امتحانات خرداد ۱۴۰۱ است.

پس از برگزاری هریک از آزمون‌های مرحله‌ای و همچنین آزمون جامع، کارنامه‌ای با اطلاعات بسیار مفید و ارزنده شامل نمره خام دروس، میانگین نمرات خام نفرت برتر، رتبه در هر درس و رتبه کل در مقایسه با داوطلبان شهر، استان و کشور و نمره کل عمومی و اختصاصی در زیرگروه‌های آزمایشی در اختیار داوطلبان قرار می‌گیرد تا داوطلبان بر اساس اطلاعات مندرج در این کارنامه‌ها از میزان آمادگی خود در هر مرحله از آزمون آگاهی یافته و نسبت به

طی سال‌های اخیر و بر اساس مصوبات مراجع قانونی مربوطه، سوابق تحصیلی، نقش تعیین‌کننده‌ای در سرنوشت داوطلبان آزمون سراسری دانشگاه‌ها و مؤسسات آموزش عالی ایفا نموده است؛ لذا شرکت تعاونی خدمات آموزشی، با استفاده از بیش از دو دهه تجربه در طراحی و برگزاری آزمون‌های آزمایشی به منظور آمادگی دانش‌آموزان دوره متوسطه، برای سال تحصیلی ۱۴۰۰-۱۴۰۱ اقدام به طراحی آزمون‌های تابستانه، مرحله‌ای و جامع برای دانش‌آموزان پایه یازدهم (دوره متوسطه) نموده است. این آزمون‌ها، با ماهیتی جدید از نظر محتوا، بودجه‌بندی و اجرا، گامی مهم در جهت پاسخگویی به نیاز موجود در این زمینه است که امید است مورد توجه دانش‌آموزان عزیز سال یازدهم متوسطه و همچنین مشاوران و دست‌اندرکاران دبیرستان‌های دوره دوم متوسطه قرار گیرد.

آزمون‌های آزمایشی سنجش یازدهم دارای ویژگی‌های زیر است:

- ✓ ارائه سؤالات مفهومی تستی که، ضمن آماده نمودن دانش‌آموزان برای شرکت در امتحانات نوبت اول و پایانی نوبت دوم پایه یازدهم، زمینه آشنایی و مهارت این عزیزان را برای پاسخگویی به سؤالات آزمون سراسری سال بعد، برای دانش‌آموز فراهم می‌نماید؛
- ✓ بودجه‌بندی منابع درسی بر اساس برنامه درسی دبیرستان‌ها؛
- ✓ ارائه کارنامه تحلیلی پیشرفت تحصیلی در هر آزمون و مقایسه با آزمون‌های قبل؛
- ✓ ارائه گزارش‌های تحلیلی، مقایسه‌ای و مدیریتی برای دبیرستان‌هایی که دانش‌آموزان پایه یازدهم خود را به صورت گروهی در این آزمون‌ها شرکت می‌دهند؛
- ✓ ارائه نتیجه نمرات آزمون به شرکت‌کنندگان، بلافاصله پس از پایان هر آزمون.

نحوه زمان‌بندی آزمون‌ها به شرح جدول زیر است. ضمناً زمان شروع ثبت‌نام از روز شنبه مورخ ۱۴۰۰/۰۴/۲۶ است:

گروه‌های آزمایشی	تاریخ برگزاری آزمون	مهلت ثبت‌نام اینترنتی	آزمون‌های آزمایشی
علوم ریاضی و فنی، علوم تجربی و علوم انسانی	۱۴۰۰/۰۵/۲۲	آزمون برگزار گردید.	اول تابستانه
	۱۴۰۰/۰۶/۱۲	آزمون برگزار گردید.	دوم تابستانه
علوم ریاضی و فنی، علوم تجربی، علوم انسانی هنر و زبان‌های خارجی (انگلیسی)	۱۴۰۰/۰۷/۲۲	آزمون برگزار گردید.	مرحله ۱
	۱۴۰۰/۰۸/۱۴	آزمون برگزار گردید.	مرحله ۲
	۱۴۰۰/۰۹/۰۵	آزمون برگزار گردید.	مرحله ۳
	۱۴۰۰/۰۹/۲۶	آزمون برگزار گردید.	مرحله ۴
	۱۴۰۰/۱۰/۲۴	آزمون برگزار گردید.	مرحله ۵ (جمع بندی نوبت اول)
	۱۴۰۰/۱۱/۱۵	۱۴۰۰/۱۱/۲۸	مرحله ۶
	۱۴۰۰/۱۲/۰۶	۱۴۰۰/۱۱/۱۹	مرحله ۷
	۱۴۰۰/۱۲/۲۰	۱۴۰۰/۱۱/۲۷	مرحله ۸
جامع نوبت اول	۱۴۰۰/۰۱/۲۶	۱۴۰۰/۱۲/۲۱	جامع نوبت اول
	۱۴۰۰/۰۲/۱۶	۱۴۰۰/۰۱/۱۳۰	جامع نوبت دوم

آزمون‌های آزمایشی سنجش یازدهم، از تخفیف ۲۰ درصدی نیز بهره‌مند شوند. توجه شود که در هنگام ثبت‌نام و پس از انتخاب نوبت‌های آزمون از سوی دانش‌آموز، برنامه ثبت‌نام اینترنتی به‌طور خودکار، وجه قابل پرداخت را محاسبه و ارائه می‌نماید.

نحوه ثبت‌نام:

پرداخت اینترنتی: دانش‌آموزان علاقه‌مند به شرکت در آزمون‌های آزمایشی سنجش در سراسر کشور می‌توانند با استفاده از کارت‌های بانکی عضو شبکه شتاب و مراجعه به سایت شرکت تعاونی خدمات آموزشی به نشانی: www.sanjeshserv.ir نسبت به ثبت‌نام در این آزمون‌ها اقدام و کد رهگیری دریافت نمایند.

نکته مهم: لازم به ذکر است که خرید اینترنتی کارت اعتباری ثبت‌نام، نشان‌دهنده ثبت‌نام نهایی دانش‌آموز نبوده و لازم است که متقاضیان، بعد از خرید کارت اعتباری (دریافت شماره پرونده و شماره رمز)، به لینک ثبت‌نام مراجعه نموده و ثبت‌نام خود را نهایی و شماره پرونده و کد پی‌گیری ۱۶ رقمی را دریافت نمایند. دانش‌آموزان گرامی، پس از مطالعه دقیق دفترچه راهنمای ثبت‌نام، در صورت داشتن هرگونه سؤال در خصوص شرایط و ضوابط ثبت‌نام، می‌توانند با خط ویژه ۰۲۱-۴۲۹۶۶ (صدای داوطلب) تماس حاصل نمایند. ساعات تماس: صبح ۸:۳۰ الی ۱۲:۳۰ و عصر ۱۳:۳۰ الی ۱۶:۰۰.

ثبت‌نام گروهی از طریق مدارس: دبیرستان‌هایی که مایل هستند برای سهولت ثبت‌نام به صورت گروهی از دانش‌آموزان خود ثبت‌نام به عمل آورند، بعد از مطالعه دقیق دستورالعمل ثبت‌نام دبیرستان‌ها و مراکز آموزشی همکار، می‌توانند، در صورت داشتن هرگونه سؤال، در ساعات: صبح ۸:۳۰ الی ۱۲:۳۰ و عصر ۱۳:۳۰ الی ۱۶:۰۰ با شماره تلفن‌های ۸۸۸۴۴۷۹۱ الی ۸۸۸۴۴۷۹۳ تماس حاصل نمایند.

نکات مهم:

۱- ثبت‌نام کلیه نوبت‌ها و مراحل آزمون‌ها، از جمله آزمون جامع نیز، در این مرحله انجام می‌شود.

۲- جوهری که به اشتباه به حساب این شرکت واریز می‌گردد، منحصراً پس از طی مراحل اداری مربوطه قابل استرداد است؛ لذا داوطلبان باید در هنگام ثبت‌نام اینترنتی و انتخاب تعداد آزمون‌ها دقت لازم را به عمل آورند.

ثبت‌نام تلفنی:

با توجه به وضعیت ایجاد شده به دلیل بحران ویروس کرونا، امکانی فراهم گردیده است تا ثبت‌نام برای کلیه داوطلبان سراسر کشور (تهران و شهرستان) و همچنین مراکز آموزشی و دبیرستان‌های متقاضی آزمون‌های آزمایشی سنجش، در صورت تمایل، به صورت تلفنی با شماره ۰۲۱-۸۸۳۲۱۴۵۵ نیز انجام شود و داوطلبان بتوانند با استفاده از این روش هم نسبت به ثبت‌نام در این آزمون‌ها اقدام نمایند.

راهنمای نحوه ثبت‌نام اینترنتی آزمون‌های آزمایشی سنجش

مراحل ثبت‌نام:

کام اول: پرداخت مبلغ ثبت‌نام و دریافت شماره پرونده و رمز عبور (پرداخت از طریق کارت‌های بانکی عضو شبکه شتاب و به صورت اینترنتی است).

کام دوم: تکمیل فرم ثبت‌نام (در سایت ارائه شده است: لینک ثبت‌نام آزمون‌های آزمایشی سنجش / ثبت‌نام جدید).

کام سوم: دریافت کد پی‌گیری ۱۶ رقمی ثبت‌نام.

شرکت تعاونی خدمات آموزشی

رفع نقاط ضعف خود تا برگزاری آزمون مرحله بعد اقدام نمایند، و در نهایت نیز با شرکت در آزمون‌ها آمادگی لازم را برای شرکت در امتحانات پایانی نوبت دوم (سال ۱۴۰۱) کسب نمایند.

زمان و نحوه توزیع اینترنتی کارت ورود به جلسه و کارنامه

آزمون‌های آزمایشی سنجش: (در صورت مهیا شدن شرایط برگزاری آزمون به صورت حضوری).

کارت ورود به جلسه آزمون‌های آزمایشی سنجش برای کلیه داوطلبان سراسر کشور، از روز سه‌شنبه قبل از برگزاری هر آزمون، منحصراً از طریق سایت اینترنتی شرکت تعاونی خدمات آموزشی به نشانی: www.sanjeshserv.ir توزیع می‌گردد و داوطلبان با مراجعه به سایت اینترنتی فوق‌الذکر، نسبت به پرینت کارت ورود به جلسه خود اقدام می‌نمایند (در صورت مهیا شدن شرایط برگزاری آزمون به صورت حضوری).

کارنامه نتایج هر نوبت از آزمون‌های آزمایشی سنجش یازدهم، در بعدازظهر همان روز برگزاری هر آزمون، از طریق سایت اینترنتی شرکت تعاونی خدمات آموزشی به نشانی: www.sanjeshserv.ir منتشر می‌گردد. ضمناً به اطلاع دانش‌آموزان می‌رساند که محاسبه نمره کل آزمون‌های آزمایشی، بر اساس آخرین مصوبات و ضوابط سازمان سنجش آموزش کشور انجام خواهد شد. همچنین نمره آزمون دروس عمومی و اختصاصی، همانند آزمون سراسری و بر اساس نمره آزمون عمومی (با توجه به ضرایب) به‌علاوه سه برابر نمره آزمون اختصاصی (با توجه به ضرایب) تقسیم بر مجموع کل ضرایب محاسبه می‌شود، که این امر می‌تواند تجربه مناسبی برای دانش‌آموز در ارتباط با شرکت در آزمون سراسری سال بعد باشد.

شهریه آزمون‌های آزمایشی سنجش یازدهم:

مبلغ هر آزمون تابلستانه یا مرحله‌ای	مبلغ هر آزمون جامع
۶۰,۰۰۰ ریال	۸۵۰,۰۰۰ ریال

با توجه به درخواست دانش‌آموزان، متقاضیانی که کلیه مراحل آزمون‌های مرحله‌ای (۸ مرحله) و جامع (۲ نوبت) را به صورت یکجا ثبت‌نام نمایند نیز می‌توانند از تخفیف ۲۰ درصدی ثبت‌نام بهره‌مند گردند.

با توجه به جدول شهریه فوق و هزینه‌های ثبت‌نام مندرج در آن، این امکان نیز فراهم گردیده است تا دانش‌آموزان عزیز، در صورت تمایل، بتوانند آزمون‌های سنجش یازدهم را به تعداد موردنیاز و دلخواه، انتخاب و در هر یک از آزمون‌ها ثبت‌نام نمایند؛ به عنوان مثال، دانش‌آموز می‌تواند متقاضی سه نوبت آزمون مرحله‌ای و یک نوبت آزمون جامع باشد.

البته، با توجه به اینکه آزمون‌های آزمایشی سنجش، مجموعه آزمون‌هایی است که هر یک مکمل دیگری است و شرکت در تمامی آنها، دانش‌آموز را گام به گام آماده‌تر می‌نماید، لذا توصیه می‌شود که دانش‌آموزان عزیز، در کلیه آزمون‌های مرحله‌ای و جامع، به طور یکجا ثبت‌نام نمایند.

لازم به ذکر است که جدول تکمیلی مربوط به هزینه‌های ثبت‌نام، برای دانش‌آموزانی که مایل به انتخاب آزمون‌های آزمایشی سنجش یازدهم به صورت تلفیقی هستند، در سایت اینترنتی ثبت‌نام آزمون‌ها: www.sanjeshserv.ir درج شده است.

شایان‌ذکر است که دانش‌آموزان برای استفاده از تخفیف، بهتر است کلیه مراحل آزمون (۸ مرحله و ۲ نوبت جامع) را خریداری نمایند تا ضمن برخورداری از تعداد

وضعیت پاسخگویی داوطلبان گروه آزمایشی زبان‌های خارجی

در آزمون سراسری سال ۱۴۰۰

یک پرسش به نظر آشناست، آن را انتخاب کردم!

همچنین نباید به امید شانس و اقبال، گزینه‌ها را بدون دانش و دقت لازم انتخاب کرد؛ پس اگر هدف‌تان به راستی موفقیت در گروه آزمایشی زبان‌های خارجی است، در مدت باقی مانده، خیلی جدی مطالعه کنید، و حتی اگر به درسی مسلط نیستید، حداقل به مطالعه چند مبحث از آن درس بپردازید تا بتوانید به چند سؤال معدود در همان درس پاسخ درست دهید و از کسب درصد منفی یا صفر، خود را دور کنید.

توجه داشته باشید که کنکور، یک مسابقه علمی است و قرار نیست که شما به همه سؤال‌های آن، پاسخ صحیح بدهید؛ بلکه لازم است که در مقایسه با سایر داوطلبان، وضعیت بهتری داشته باشید، و این امر، بدون دقت و هوشمندی در پاسخگویی به سؤال‌ها، به دست نخواهد آمد.

آنچه می‌آید، فقط آمار آزمون سراسری ۱۴۰۰ است

یادآوری این نکته مهم است که میانگین ذکر شده هر سال، با یکدیگر یکسان نیست؛ برای مثال، در آزمون سراسری سال ۹۸، میانگین پاسخگویی به درس زبان تخصصی ۱۴ درصد بوده است. این آمار در سال ۹۹، ۱۳/۹ درصد، و در سال ۱۴۰۰، ۱۱/۴ درصد بوده است؛ از سوی دیگر، تعداد داوطلبانی که به ۱۰۰ درصد سؤال‌ها پاسخ صحیح می‌دهند نیز متفاوت است؛ برای مثال، در سال ۹۸ در درس زبان عمومی، ۲۲۶ داوطلب به ۱۰۰ درصد سؤال‌ها پاسخ صحیح داده‌اند. در سال ۹۹ این تعداد ۴۲ داوطلب بوده است، و در سال ۱۴۰۰ در همین درس ۴۸۳ داوطلب به همه سؤال‌ها پاسخ صحیح داده‌اند.

ذکر این نکته نیز مهم است که، علاوه بر درصد‌های داوطلبان در آزمون سراسری، سوابق تحصیلی داوطلبان نیز در نتیجه آزمون سراسری مؤثر است (برای فارغ‌التحصیلان نظام آموزشی جدید (۳-۳-۶)، که دیپلم خود را در سال ۱۳۹۸ و بعد از آن اخذ نموده باشند، به میزان حداکثر ۳۰ درصد، و برای فارغ‌التحصیلان مشمول نظام آموزشی سالی واحدی یا ترمی واحدی، به میزان حداکثر ۲۵ درصد سوابق تحصیلی دیپلم و ۵ درصد سوابق تحصیلی پیش‌دانشگاهی تأثیر مثبت لحاظ می‌شود)؛ یعنی، امکان دارد که داوطلبی در آزمون سراسری، درصد‌های مطلوبی کسب نکرده باشد، اما سوابق تحصیلی خوبی داشته باشد و سوابق تحصیلی مثبت، در نمره کل نهایی او مؤثر واقع شود.

گفتنی است که رتبه کشوری، بدون در نظر گرفتن سهمیه نهایی داوطلبان ساخته می‌شود، و ۵۰ نفر اول کشوری نیز بدون در نظر گرفتن سهمیه نهایی و فقط بر اساس نحوه پاسخگویی در آزمون سراسری یا نمره کل نهایی تعیین شده‌اند.

در این جداول، به غیر از داوطلبانی که به تمامی یا قریب به اتفاق سؤال‌ها پاسخ غلط داده و در نتیجه درصد آنها ۳۰- درصد تا ۳۳- درصد شده است و داوطلبانی که به ۱۰۰ درصد سؤال‌ها پاسخ صحیح داده‌اند، سایر داوطلبان در گروه‌های ۱۰ درصدی بررسی شده‌اند؛ یعنی، داوطلبانی که نمره خام بیش از ۹۰ و کمتر از ۱۰۰ در سؤال‌های یک درس کسب نموده‌اند، در گروه ۹۰ تا ۹۹/۹ درصد آمده‌اند؛ یا داوطلبانی که نمره خام بیش از صفر و کمتر از ۱۰ در یک درس کسب نموده‌اند، در گروه ۰/۱ تا ۹/۹ آورده شده‌اند.

آیا هر داوطلبی می‌تواند ضمن موفقیت در گروه آزمایشی خویش، در گروه آزمایشی زبان‌های خارجی نیز موفق شود؟ پاسخ این سؤال، از یک سو آری و از سوی دیگر خیر است؛ آری برای اینکه گروه آزمایشی زبان‌های خارجی، یک گروه شناور است و هر داوطلبی می‌تواند علاوه بر گروه آزمایشی خود، در این گروه آزمایشی نیز شرکت کند، و خیر از این جهت که داوطلبان جدی و تلاشگر این گروه آزمایشی، که هدف اصلی‌شان پذیرش در یکی از رشته محل‌های گروه آزمایشی زبان‌های خارجی است، به صورت بسیار متمرکز و دقیق، دروس عمومی و تخصصی مربوط به این گروه آزمایشی را مطالعه می‌کنند و به همین خاطر، درصد داوطلبانی که در درس‌های ادبیات و زبان عمومی، بالای ۷۰ درصد زده‌اند، در گروه آزمایشی زبان‌های خارجی، بهتر از سایر گروه‌های آزمایشی بوده است، و در درس عربی نیز درصد داوطلبانی که در این گروه بالای ۷۰ درصد زده‌اند، در تمامی گروه‌های آزمایشی به جز گروه آزمایشی علوم تجربی، وضعیت بهتری داشته‌اند و سایر گروه‌های آزمایشی در این درس وضعیت بدتری داشته‌اند.

می‌خواهیم بگوییم که همین محدود بودن دروس این گروه آزمایشی، باعث می‌شود که تعدادی از داوطلبان، بیشتر روی درس‌های عمومی سرمایه‌گذاری کنند؛ پس، گروه آزمایشی زبان‌های خارجی، زنگ تفریح داوطلبان سایر گروه‌های آزمایشی یا جایی برای حضور داوطلبانی که آزمون سراسری را جدی نگرفته‌اند، نیست، و اگر داوطلبی می‌خواهد در یکی از رشته‌های زبان‌های خارجی پذیرفته شود، باید مطالعه‌ای مستمر، دقیق و جامع داشته باشد؛ از سوی دیگر، درس زبان تخصصی این گروه آزمایشی، نیاز به تسلط بر یکی از زبان‌های خارجی انگلیسی، فرانسه یا آلمانی در سطحی فراتر از کتاب‌های درسی زبان آموزش و پرورش دارد؛ به ویژه از آن جهت که سؤال‌های زبان تخصصی، مهم‌ترین سؤال‌ها در آزمون گروه آزمایشی زبان‌های خارجی است و بیشترین ضریب را دارد (ضریب تخصصی ۴ که با توجه به سه برابر بودن ارزش درس‌های تخصصی، در حقیقت ضریب این درس ۱۲ می‌شود).

شرکت در آزمون زبان‌های خارجی بدون آشنایی با درس زبان خارجی!

در سال ۱۴۰۰ از ۱۴۰ هزار و ۱۰۴ داوطلب گروه آزمایشی زبان‌های خارجی که در جلسه آزمون حضور داشته‌اند، ۳۰ هزار و ۶۳ داوطلب در درس زبان تخصصی یا درصد منفی کسب کرده یا اصلاً به سؤال‌ها پاسخ ندادند و یا به خاطر اینکه تعداد پاسخ‌های غلط آنها سه برابر پاسخ‌های صحیح آنها بوده است، در نهایت درصد صفر را کسب کرده‌اند؛ به عبارت دیگر، ۲۱/۵۲ درصد داوطلبان گروه آزمایشی زبان‌های خارجی، ناتوان در پاسخگویی به درس تخصصی و مهمشان بوده‌اند!

این آمار نشان می‌دهد که عده‌ای از داوطلبان، گروه آزمایشی زبان‌های خارجی را جدی نگرفته‌اند و از شرکت در این آزمون نیز، بهره‌ای جز هدر دادن وقت و هزینه خود به دست نیآورده‌اند.

باید بپذیریم که آزمون سراسری، یک آزمون علمی و جدی است و محل آزمون و خطا یا ریسک کردن نیست و نباید به سؤال‌ها به طور سرسری پاسخ داد (گاه می‌شنویم که داوطلبی می‌گوید حوصله کافی یا زمان لازم را برای خواندن همه گزینه‌ها نداشتم و برای همین، وقتی دیدم که گزینه اول یا دوم

تعداد و میانگین نمرات آزمون سراسری سال ۱۴۰۰ حاضران در جلسه گروه آزمایشی زبان‌های خارجی

محدوده	ادبیات		عربی		معارف		زبان عمومی		زبان تخصصی	
	تعداد	میانگین نمره درس	تعداد	میانگین نمره درس	تعداد	میانگین نمره درس	تعداد	میانگین نمره درس	تعداد	میانگین نمره درس
از ۳/۳ تا ۱/۳۰	۴	۳۳.۳	۲	۳۳.۳	۳	۳۲.۹	۴	۳۳.۰	۰	۰.۰
از ۳۰ تا ۱/۳۰	۱۰۸	۲۳.۵	۶۱	۲۳.۴	۱۲۸	۲۲.۹	۱۷۸	۲۳.۳	۱	۲۱.۹
از ۲۰ تا ۱/۱۰	۱۴۸۳	۱۳.۲	۸۶۷	۱۳.۰	۲۰۰۴	۱۳.۰	۲۲۳۹	۱۳.۴	۳۰۵	۱۲.۳
از ۱۰ تا ۱/۰	۱۳۹۷۱	۳.۷	۸۷۹۲	۳.۵	۱۶۵۰۵	۳.۹	۱۴۸۵۴	۳.۹	۱۹۲۴۰	۲.۳
صفر یا سفید	۹۱۵۰	۰.۰	۱۰۶۱۲	۰.۰	۱۰۵۳۹	۰.۰	۱۰۹۶۴	۰.۰	۱۰۵۱۷	۰.۰
از ۱/۰ تا ۹/۹	۳۴۲۹۶	۵.۵	۲۵۷۵۷	۵.۶	۳۲۷۸۳	۵.۳	۲۲۷۱۳	۵.۲	۵۹۱۰۰	۴.۳
از ۹/۱۹ تا ۱۰	۳۰۹۰۸	۱۴.۵	۲۶۹۴۳	۱۴.۶	۲۴۴۶۹	۱۴.۴	۱۶۶۱۶	۱۴.۵	۲۲۸۰۱	۱۴.۰
از ۹/۲۹ تا ۲۰	۲۴۷۲۰	۲۴.۲	۲۴۹۵۰	۲۴.۴	۱۸۵۸۲	۲۴.۳	۱۶۶۶۶	۲۴.۵	۱۰۷۶۶	۲۴.۳
از ۹/۳۹ تا ۳۰	۱۳۳۵۸	۳۴.۳	۱۴۹۸۶	۳۴.۴	۱۱۱۴۳	۳۴.۴	۱۲۶۴۳	۳۴.۶	۶۵۵۷	۳۴.۴
از ۹/۴۹ تا ۴۰	۷۵۱۶	۴۴.۱	۱۱۴۴۲	۴۴.۳	۹۲۷۹	۴۴.۴	۱۲۵۶۴	۴۴.۵	۴۳۸۳	۴۴.۵
از ۹/۵۹ تا ۵۰	۳۲۰۷	۵۴.۱	۶۷۷۰	۵۴.۴	۶۱۵۴	۵۴.۵	۸۹۱۳	۵۴.۶	۲۸۸۱	۵۴.۵
از ۹/۶۹ تا ۶۰	۱۵۸۶	۶۳.۹	۵۰۲۲	۶۴.۴	۴۸۳۷	۶۴.۴	۸۳۰۹	۶۴.۷	۱۷۴۹	۶۴.۴
از ۹/۷۹ تا ۷۰	۵۶۰	۷۳.۹	۲۳۳۴	۷۴.۵	۲۴۱۰	۷۴.۳	۶۰۶۶	۷۴.۹	۹۶۸	۷۴.۳
از ۹/۸۹ تا ۸۰	۲۱۵	۸۳.۶	۱۲۴۴	۸۴.۱	۱۱۱۰	۸۴.۰	۵۲۴۲	۸۴.۹	۳۶۰	۸۳.۸
از ۹/۹۹ تا ۹۰	۲۲	۹۲.۳	۲۷۶	۹۳.۲	۱۴۴	۹۲.۹	۱۶۵۰	۹۳.۸	۶۶	۹۲.۲
۱۰۰ درصد	۰	۰.۰	۴۶	۱۰۰.۰	۱۴	۱۰۰.۰	۴۸۳	۱۰۰.۰	۰	۰.۰
کل	۱۴۰۱۰۴	۱۶.۱	۱۴۰۱۰۴	۲۲.۳	۱۴۰۱۰۴	۱۸.۷	۱۴۰۱۰۴	۲۷.۱	۱۳۹۶۹۴	۱۱.۴

در جدول بالا، اطلاعات شرکت کنندگانی که به سؤالات زبان انگلیسی به عنوان زبان تخصصی پاسخ داده‌اند، ارائه شده است.

تعداد، میانگین، کمترین و بیشترین نمره خام ۵۰ نفر اول گروه آزمایشی زبان‌های خارجی در آزمون سراسری سال ۱۴۰۰

محدوده نمره	ادبیات			عربی			معارف			زبان عمومی			زبان تخصصی		
	تعداد	میانگین	کمترین درصد	تعداد	میانگین	کمترین درصد	تعداد	میانگین	کمترین درصد	تعداد	میانگین	کمترین درصد	تعداد	میانگین	کمترین درصد
از ۳۰/۳ تا ۳۰/۱															
از ۳۰ تا ۲۰/۱															
از ۲۰ تا ۱۰/۱															
از ۱۰ تا ۰/۱															
صفر یا سفید															
از ۹/۹ تا ۰/۱															
از ۱۰ تا ۱۹/۹															
از ۲۰ تا ۲۹/۹															
از ۳۰ تا ۳۹/۹															
از ۴۰ تا ۴۹/۹															
از ۵۰ تا ۵۹/۹	۳	۵۲.۰	۵۶.۰	۲	۵۸.۷	۵۳.۴	۱	۵۸.۷	۵۶.۱	۵۲.۴	۲	۵۸.۷	۵۶.۰	۵۲.۰	۳
از ۶۰ تا ۶۹/۹	۶	۶۲.۷	۶۶.۰	۱	۶۸.۰	۶۴.۰	۲	۶۴.۰	۶۴.۰	۶۴.۰	۱	۶۸.۰	۶۶.۰	۶۲.۷	۶
از ۷۰ تا ۷۹/۹	۸	۷۰.۷	۷۵.۰	۳	۷۸.۷	۷۸.۷	۷	۷۸.۷	۷۸.۷	۷۸.۷	۳	۷۸.۷	۷۵.۰	۷۰.۷	۸
از ۸۰ تا ۸۹/۹	۲۴	۸۰.۰	۸۵.۵	۱۷	۸۹.۴	۸۶.۴	۲۱	۸۹.۴	۸۶.۴	۸۰.۰	۱۷	۸۹.۴	۸۵.۵	۸۰.۰	۲۴
از ۹۰ تا ۹۹/۹	۹	۹۰.۷	۹۲.۵	۱۵	۹۶.۰	۹۰.۷	۱۴	۹۶.۰	۹۳.۰	۹۰.۷	۱۵	۹۶.۰	۹۲.۵	۹۰.۷	۹
۱۰۰ درصد	۰	۰.۰	۰.۰	۱۲	۱۰۰.۰	۱۰۰.۰	۴	۱۰۰.۰	۱۰۰.۰	۱۰۰.۰	۱۲	۱۰۰.۰	۱۰۰.۰	۱۰۰.۰	۰
کل	۵۰	۵۲.۰	۸۱.۰	۵۰	۸۹.۵	۵۳.۴	۵۰	۱۰۰.۰	۸۹.۵	۵۳.۴	۵۰	۹۶.۰	۸۱.۰	۵۲.۰	۵۰

در جدول بالا، اطلاعات شرکت کنندگانی که به سؤالات زبان انگلیسی به عنوان زبان تخصصی پاسخ داده‌اند، ارائه شده است.

هشدار به متقاضیان آزمون‌های بین‌المللی

به اطلاع متقاضیان شرکت در آزمون‌های بین‌المللی نظیر، TOEFL و GRE, IELTS و ... می‌رساند با توجه به وجود تعدادی افراد و شرکت‌های سود جو که با تبلیغات و وعده‌های واهی مبنی بر اخذ مدارک مورد نظر، با مشخصات داوطلب اقدام به کلاهبرداری و اخذ مبالغ قابل توجهی از این افراد می‌نمایند، این سازمان به عنوان ناظر آزمون‌های بین‌المللی در کشور، ضمن برخورد قانونی و معرفی این مراکز به مراجع قضائی، موارد ذیل را برای اطلاع متقاضیان یادآوری می‌نماید:

- ۱- تنها مدارکی از طریق این سازمان مورد گواهی و تأیید قرار خواهند گرفت که قبلاً مجری آزمون از سوی این سازمان مجوز برگزاری آن را دریافت نموده باشد؛ لذا قبل از پرداخت هرگونه وجه از طریق سایت سازمان سنجش آموزش کشور (بخش آزمون‌های بین‌الملل) نسبت به مجاز بودن مرکز اطمینان حاصل نمایید.
- ۲- با داوطلبانی که مرتکب تخلف شوند برابر قانون برخورد خواهد شد و مشخصات آنان در فهرست متخلفان آزمون‌های این سازمان قرار خواهد گرفت. ضمناً این داوطلبان از ۲ تا ۱۰ سال از شرکت در آزمون‌هایی که این سازمان برگزار می‌نماید یا ناظر آن است، محروم خواهند شد. همچنین در صورتی که متخلفان در طول محرومیت اقدام به ثبت‌نام در یکی مراکز نمایند، در هر مرحله از مراحل آزمون از شرکت آنان در آزمون جلوگیری به عمل خواهد آمد.

۳- مراکز برگزاری آزمون‌ها موظف به رعایت قوانین بوده و بایستی از ثبت‌نام این افراد خودداری نمایند و در صورت تخلف، مجوز آنان لغو می‌گردد.

۴- داوطلبانی که با جعل مدارک هویتی سعی در گمراه نمودن مجریان آزمون نمایند و در آن شرکت کنند و تخلف آنان (حتی پس از دریافت مدرک) اثبات گردد، برابر مقررات برگزاری آزمون‌ها، مدارک مربوط به آنها باطل و از شرکت در آزمون‌ها به مدت ۲ تا ۱۰ سال محروم خواهند شد و با توجه به اینکه جعل هرگونه اسناد دولتی و استفاده از سند مجعول و شرکت کردن به جای داوطلب اصلی، برابر قانون مجازات اسلامی (تعزیرات مصوب ۱۳۷۵) جرم تلقی می‌شود و مجازات کیفری به همراه خواهد داشت، این گروه از متخلفان برای صدور احکام قضائی به مراجع قضائی معرفی می‌گردند.

یادآور می‌شود که براساس قوانین مؤسسات صاحب امتیاز آزمون‌های بین‌المللی، کلیه مراحل ثبت‌نام آزمون‌ها بایستی شخصاً توسط شخص متقاضی انجام شود و در صورت عدم رعایت شرایط ثبت‌نام، از شرکت متقاضی در آزمون ممانعت به عمل خواهد آمد و در صورت مشاهده هرگونه تخلف در این زمینه با افراد یا شرکت‌های سودجو که به روش‌های مختلف اقدام به ثبت‌نام متقاضیان در آزمون‌های بین‌المللی می‌نمایند برخورد قانونی خواهد شد.

اطلاعیه سازمان سنجش آموزش کشور درباره:

مهلت مجدد ثبت نام و ویرایش

اطلاعات ثبت نامی متقاضیان

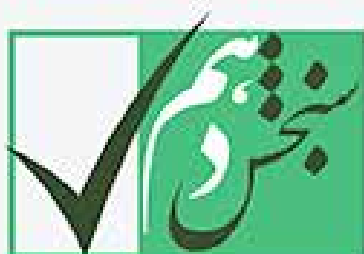
آزمون کارشناسی ارشد سال ۱۴۰۱

آن (مندرج در اطلاعیه مورخ ۱۴۰۰/۰۹/۲۳ که از طریق پایگاه اطلاع‌رسانی این سازمان در دسترس است)، نسبت به مشاهده و کنترل اطلاعات ثبت‌نامی خود اقدام و، در صورت تمایل، نسبت به ویرایش اطلاعاتشان اقدام نمایند. ضمناً به منظور مساعدت و همراهی با متقاضیانی که در مهلت مقرر موفق به ثبت‌نام در این آزمون نشده‌اند، ترتیبی اتخاذ گردیده است که در بازه زمانی فوق (۱۴۰۰/۱۱/۰۳ لغایت ۱۴۰۰/۱۱/۰۶) بتوانند نسبت به ثبت‌نام در آزمون یاد شده اقدام نمایند.

روابط عمومی سازمان سنجش آموزش کشور

بدین وسیله به اطلاع متقاضیان ثبت‌نام کننده در آزمون کارشناسی ارشد ناپیوسته سال ۱۴۰۱ در تمامی دانشگاه‌ها و مؤسسات آموزش عالی دولتی و غیر دولتی و همچنین دانشگاه آزاد اسلامی و بیست و هفتمین المپیاد علمی-دانشجویی کشور می‌رساند که اطلاعات ثبت‌نامی آن دسته از متقاضیانی که در زمان مقرر (از تاریخ ۱۴۰۰/۰۹/۱۶ لغایت ۱۴۰۰/۰۹/۲۷) در این آزمون ثبت‌نام نموده‌اند، از روز یکشنبه مورخ ۱۴۰۰/۱۱/۰۳ لغایت روز چهارشنبه مورخ ۱۴۰۰/۱۱/۰۶ به منظور مشاهده و ویرایش، روی درگاه اطلاع‌رسانی این سازمان قرار خواهد گرفت. متقاضیان ضرورت دارد که در مهلت در نظر گرفته شده و پس از مطالعه دقیق دفترچه راهنمای ثبت‌نام و اصلاحات مربوط به

شرکت تعاونی خدمات آموزشی



آزمون‌های آزمایشی سنجش

دهمی‌ها!!!

ویژه آمادگی
دانش آموزان
پایه دهم



نوبت آزمون ۱۰

نوبت آزمون مرحله‌ای ۸

نوبت آزمون جامع ۲

صدای داوطلب ۰۲۱-۴۲۹۶۶ | ثبت نام گروهی دبیرستان‌ها ۰۲۱-۸۸۸۴۴۷۹۱-۳
 sanjeshserv.ir | sanjesheducationgroup | @sanjeshserv

عظیم الزهراء
علیها السلام

فرخنده زادروز حضرت فاطمه الزهرا (س)

و رهبر کبیر انقلاب اسلامی

حضرت امام خمینی (ره)

بر تمام مسلمانان مبارک باد

