



آکادمی مشاوره تحصیلی میثم نجات خواه



مشاوره، تقویت روش مطالعه



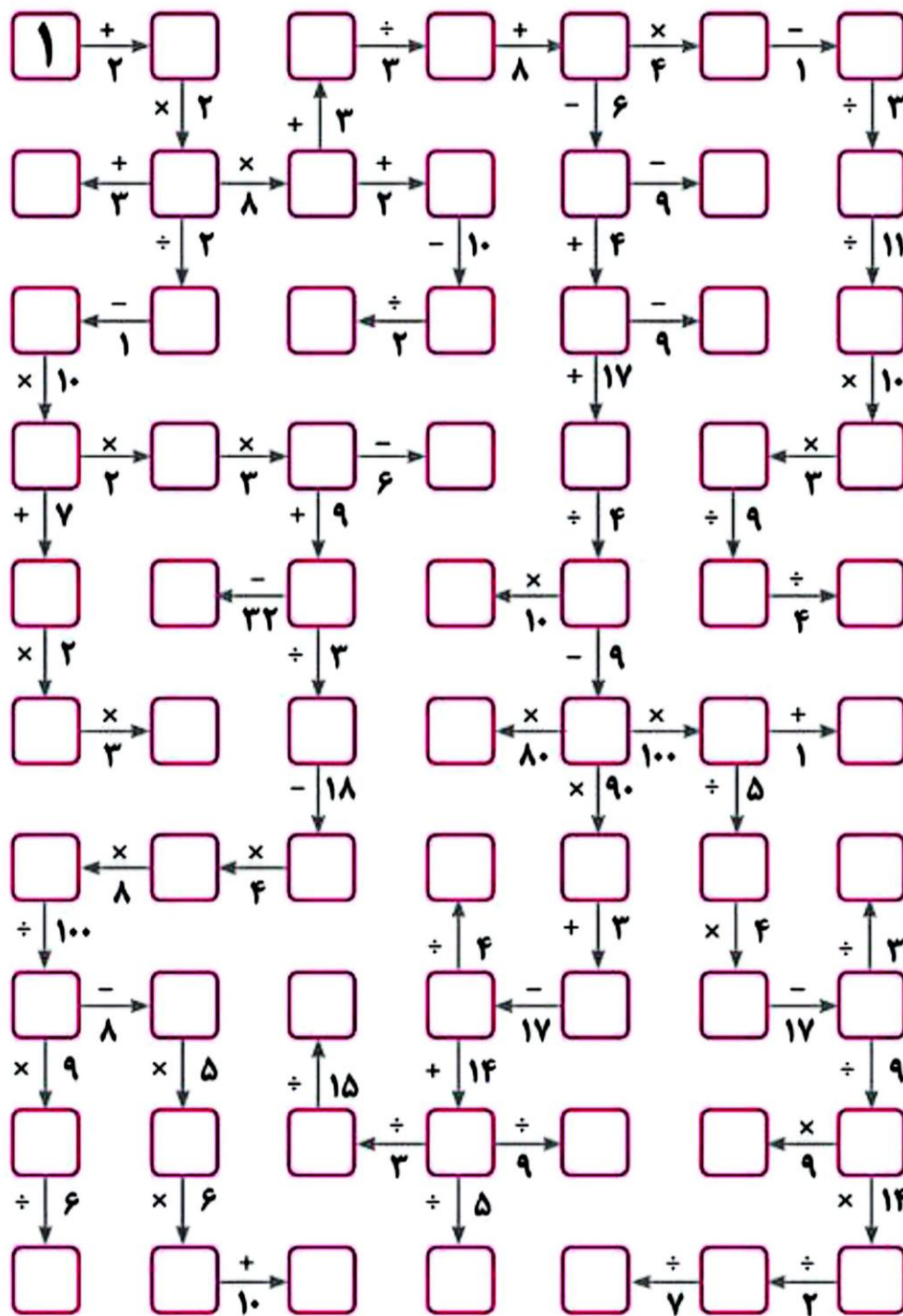
MeysamNejatkah.ir



MeysamNejatkah_ir



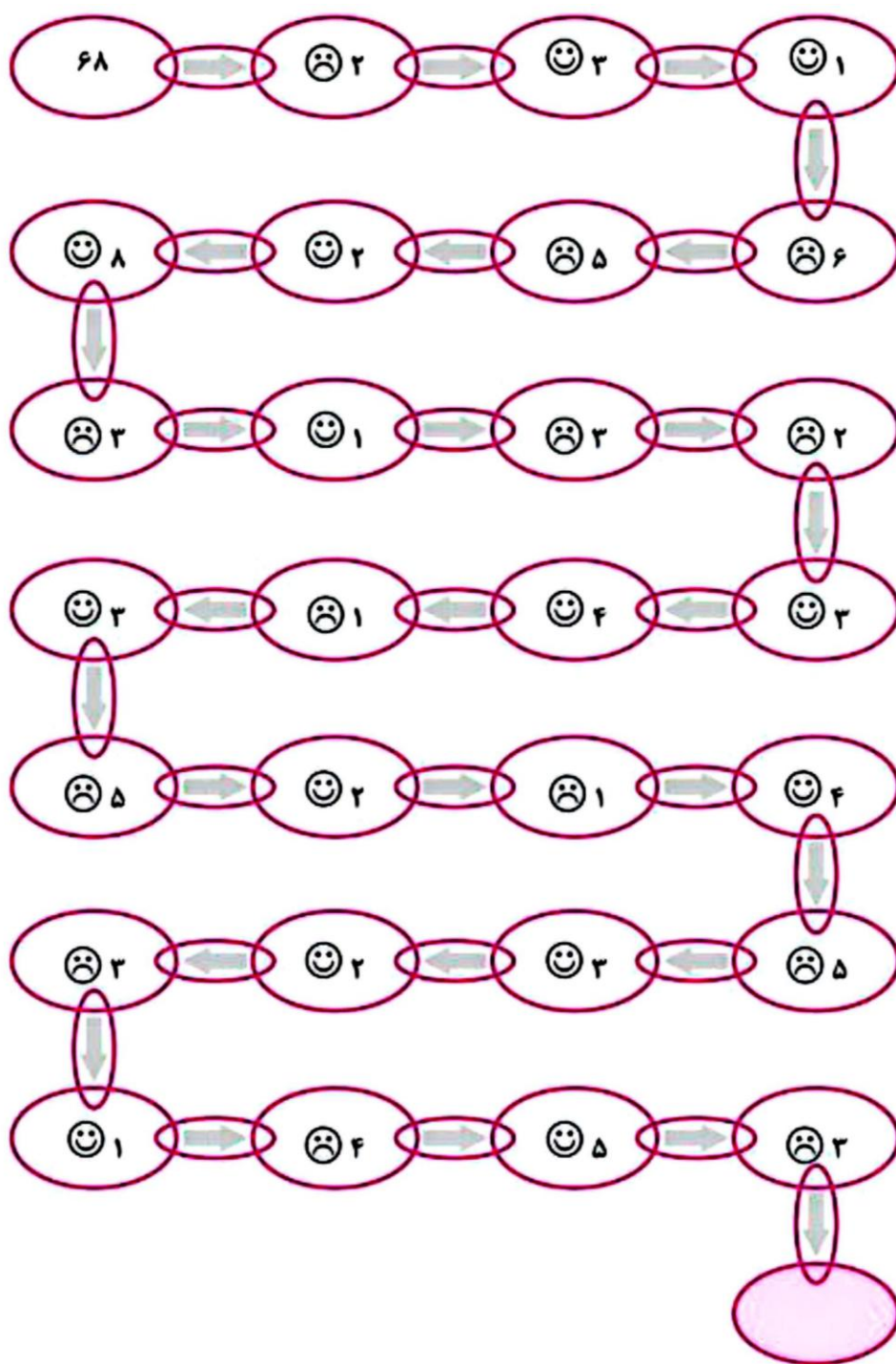
۱- از جهت مشخص شده شروع کنید و محاسبات هر بخش را انجام دهید تا به انتهای هر مسیر برسید. اگر دیدید عددی بخشی پذیر نبود، بدانید که یک جایی از محاسبه را اشتباه کردید.





تمرینات تمرکز

۲_ زنجیره زیر یک زنجیره محاسباتی است که باید به صورت ذهنی از اولین عدد (۶۸) انجام شود و تنها پاسخ نهایی نوشته شود. در این زنجیره، چهره خوشحال به معنای عملیات جمع و چهره ناراحت به معنای عملیات تفریق است.





تمرینات تمرکز

۳_ در این تمرین، جدولی می بینید که اعداد ۱ تا ۴۰ در خانه های آن پراکنده شده اند. سعی کنید به سرعت اعداد را به ترتیب پیدا کنید و روی آن ها خط بکشید.

۶	۱۶	۲۸	۲۵	۳۴
۲۴	۳۹	۱۹	۱۰	۲
۴۰	۷	۲۷	۲۶	۳۶
۱۷	۳۵	۱۵	۳۰	۲۳
۱	۴	۳۸	۳۱	۵
۲۱	۳۲	۳۷	۲۰	۱۴
۱۸	۳۳	۹	۱۲	۲۲
۱۳	۸	۲۹	۱۱	۳

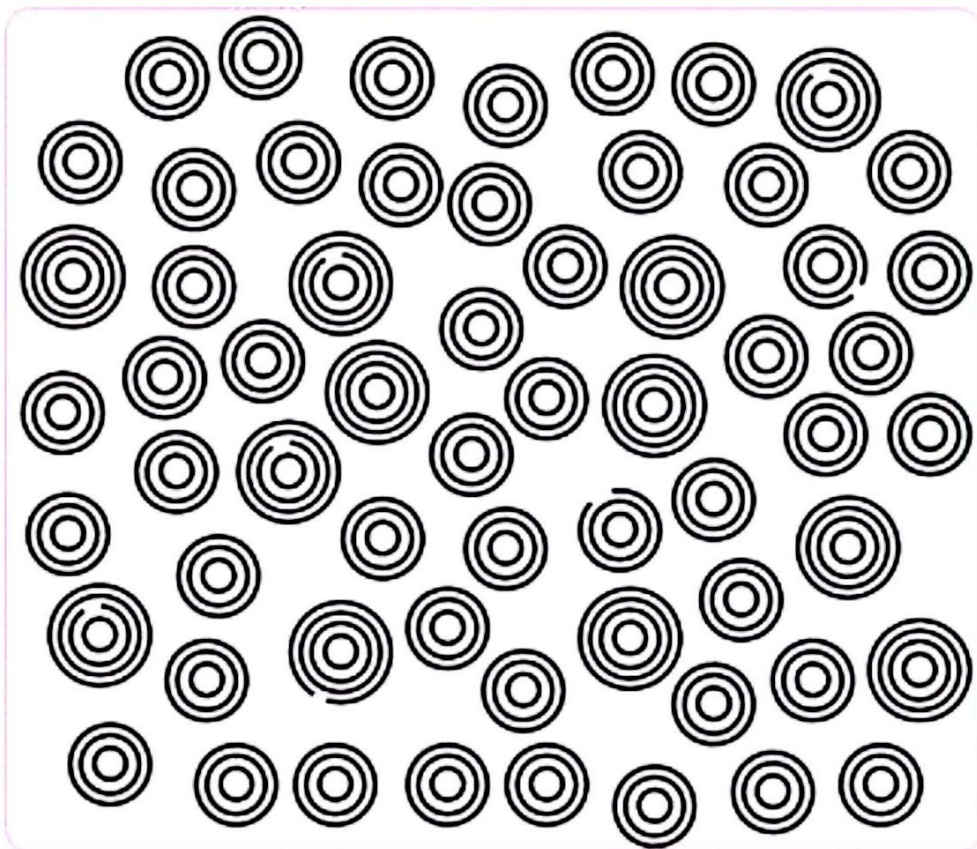


تمرینات تمرکز

۴_ به تصاویری که در کادر زیر آمده است، دقت کنید. شما باید تصویری را به عنوان تصویر هدف مشخص شده است، پیدا کنید و مانند نمودار دور آن را خط بکشید. برای انجام این تمرین با پیدا کردن هر تصویر هدف، تعداد آن را با صدای بلند بشمارید و یادداشت کنید.



تصویر هدف





♥△♥♥△♥♥♥△♥♥△♥△♥△♥♥△♥♥♥△♥♥△♥♥△♥♥△△♥♥♥△♥♥△△♥♥
 ♥♥△♥♥♥△♥♥△♥♥△♥△♥△♥△♥♥♥△♥♥△♥♥△♥♥♥△♥♥♥△♥△♥♥♥△♥♥♥△♥♥△
 △♥♥△△♥△♥♥△♥♥△♥♥△♥♥△♥♥△♥♥△♥△♥△♥♥△♥♥△♥♥△♥♥△♥♥△♥♥△♥♥△
 ♥△♥♥△♥△♥♥△♥♥△♥♥△♥♥△♥♥△♥♥△♥♥△♥♥△♥♥△♥♥△♥♥△♥♥△♥♥△♥♥△♥♥△♥
 △♥△♥♥△♥♥△♥♥△♥♥△♥♥△♥♥△♥♥△♥♥△♥♥△♥♥△♥♥△♥♥△♥♥△♥♥△♥♥△♥♥△♥
 △△♥△△♥♥♥♥△△♥△△♥♥△△♥△△♥♥△♥♥△♥♥△♥♥△♥♥△♥♥△♥♥△♥♥△♥♥△♥♥△♥♥△

🌸 تعداد ۵:



تمرینات تمرکز

۶_ تعداد تفاوت خواسته شده را پیدا کنید و علامت بزنید.

۹ تفاوت





تمرینات تمرکز

۷_ از جهت مشخص شده شروع کنید و به سرعت عملی متضاد با آنچه را که در تصویر می بینید، انجام دهید، یعنی در مقابل دست باز شده، دست را مشت کنید و در مقابل دست مشت شده، دست را باز کنید.

از این سمت شروع کنید
←

