

هر کتاب چه قدر کالری دارد؟

و نماز، خوردن نهار و استراحت و... می‌کنید. بنابراین ساعت‌های آزاد را از ۴ بعدازظهر حساب می‌کنیم:

از ۴ تا ۶ بعدازظهر: ۲ ساعت.

از ۶ تا ۸ عصر: نماز، شام، کمی تلویزیون دیدن و...

از ۸ تا ۱۰ شب: ۲ ساعت.

پس دست‌کم می‌توانیم روزی ۴ ساعت را به مطالعه و مرور درس‌هایمان اختصاص دهیم. با این حساب، اگر هر ۵ دقیقه ۱ صفحه را مطالعه کنیم - که البته هر ۵ دقیقه ۱ صفحه یک مطالعه بسیار کند و نامطلوب است - آن وقت در هر ساعت یعنی ۶۰ دقیقه:

$$60 \div 5 = 12$$

می‌توانیم به آسانی ۱۲ صفحه را مطالعه کنیم و در ۴ ساعت وقت آزادمان

$$12 \times 4 = 48$$

چهل و هشت صفحه. پس با حساب ما که باید روزی ۳۰ صفحه را مطالعه می‌کردیم، ۱۸ صفحه هم بیشتر از برنامه‌مان مطالعه می‌کنیم. این ۱۸ صفحه بیشتر را می‌توانیم برای روزهایی که به هر دلیلی حال و وقت درس خواندن نداریم، ذخیره کنیم، و یا برای درس‌هایی صرف کنیم که به دقت و زمان بیشتری نیاز دارند.

به این ترتیب ظرف ۳۰ روز آذرماه به آسانی نیمی از تمام ۱۲ کتاب ۱۵۰ صفحه‌ای فرضی‌مان را مرور می‌کنیم و برای امتحانات دی‌ماه آماده می‌شویم. بچه‌ها فراموش نکنید که این برنامه یکی از ساده‌ترین برنامه‌ها برای گذر از امتحانات است.

نظر شما چیست؟ آیا برنامه دیگری را پیشنهاد می‌کنید؟ برنامه خود را برای ما ارسال کنید. امیدوارم در امتحانات ماه بعد موفق باشید.

بچه‌ها الان در ماه آذر هستیم و ماه بعدی دی‌ماه یا ماه امتحانات نیم‌سال اول است. چه برنامه‌ای برای موفقیت در امتحانات خود دارید؟ در چه درس‌هایی ضعیف هستید؟ در چه درس‌هایی به خواندن بیشتر نیاز دارید؟ در چه درس‌هایی لازم است از معلم یا هر کسی که بهتر می‌داند، اشکالات خود را بپرسید؟ و...

تا آنجایی که من می‌دانم، این مجله معمولاً چند روزی مانده به آذرماه به دستتان می‌رسد. از اول آذر تا اول دی‌ماه ۳۰ روز است. من نمی‌دانم که شما در چه پایه‌ای مشغول تحصیل هستید و چند کتاب را می‌خوانید.

از این‌رو فرض می‌کنیم که ۱۲ کتاب به‌طور میانگین ۱۵۰ صفحه‌ای را باید تا پایان سال تمام کنید. معلم‌ها تقریباً تا اول دی‌ماه نیمی از کتاب را تدریس کرده‌اند؛ یعنی ۱۲ کتاب ۷۵ صفحه‌ای که می‌شود:

$$12 \times 75 = 900$$

۹۰۰ صفحه. برای مطالعه و مرور این ۹۰۰ صفحه، از اول آذر تا اول دی‌ماه ۳۰ روز فرصت داریم. به عبارت دیگر، هر روز به‌طور متوسط باید:

$$900 \div 30 = 30$$

۳۰ صفحه را مطالعه کنیم. بعضی از درس‌ها و صفحات را خوب یاد گرفته‌ایم و در مرور آن‌ها به سرعت پیش می‌رویم. ولی برخی دیگر به مطالعه بیشتر و دقیق‌تری نیاز دارند. بعضی از صفحات فقط خواندنی هستند و تعدادی نیز به تأمل و صبر و فکر بیشتری احتیاج دارند. خلاصه این‌که در این یک ماه باید به‌طور میانگین روزی ۳۰ صفحه مطالعه کنیم.

فرض کنید که از ۸ صبح تا ۴ بعدازظهر وقتتان را صرف مدرسه رفتن، عبادت

مشهدی اسماعیل آقا نزدیک ۴۰ سال است که کار و کاسبی می‌کند، ولی اندوخته چندان‌ی ندارد. او می‌گوید: «دخل و خرجم به هم نمی‌آیند. خوب پول درمی‌آورم، ولی بد خرجش می‌کنم. همیشه هشتم به نهم بدهکار است!» مشهدی اسماعیل هیچ برنامه‌ای برای درآمد و مخارجش ندارد.

کاظم آقا ۲۰ سالی است که می‌خواهد دیپلم بگیرد، ولی هنوز سیکلش را هم نتوانسته بگیرد؛ چون برنامه ندارد. نه خوب به کلاس رفته، نه خوب کتاب‌هایش را خوانده، نه مطالب درسی را فهمیده و نه وقت گذاشته است. از همه بدتر اینکه الان کاظم آقا نزدیک ۶۰ سال سن دارد و در این سن اصلاً انگیزه‌ای برای درس خواندن ندارد.

دیگر اینکه همین غلام کنکوری که آدمی شبیه مشهدی اسماعیل و آقا کاظم است، تقریباً سی سال می‌شود که کنکور می‌دهد، ولی همیشه از آخر اول است. غلام هم مثل مشهدی اسماعیل و آقا کاظم بی‌برنامه است.

داود پاتلا هم که همه شوت‌هایش، حتی در دو سه قدمی دروازه، به اوت می‌رود، نزدیک ده پانزده سال است که فوتبال بازی می‌کند. بهتر است بگویم که بدون هدف ۱۵ سال است که دنبال توپ می‌دود. بچه‌های تیمشان می‌گویند که داود پاتلا چند دفعه به تیم خودشان هم گل زده است!

بچه‌ها زیاد وقت شما را نگیرم، از این آدم‌ها در دور و برمان کم نیستند. البته خدا کند که خودمان از این نوع آدم‌ها نباشیم. منظورم را که می‌فهمید؟ یعنی آدم‌های بدون برنامه و هدف و حساب و کتاب.

