

نقہ برائے پندرہ کھ

سال تحصیلی ۱۴۰۴-۱۴۰۵



الهی، در دل های ما بجز تخم محبت کار و بر جان های ما بجز الطاف و مروت خود منکار و برگشت های ما بجز
باران رحمت خویش مبارک به لطف، مازاد دست گیر و به کرم، پای دار. (خواجگه عبدالله انصاری)

پیام موسس:

ولی کرامی: درود سلام گرم مهرورزی قدیم وجودتان

فصل دانش آموزی، فروغ تبناک سپیده هلان زندگی در فرم طرب انگیزه دل نواز جویباران و شانه نواز بهاران است. روزگار دانش آموزی به لطافت شبنم های پاک سر می بندد. ایام دانش آموزی سطره های سباز ساس در پرباست دوران حیات آدمی است که خفته های عشق و امید وین و دانش در آن شکفته می شوند و انسان به سوی رشد و کمال پیش می رود. البته طبیعی است دانش آموزی در این دنیا، ره به سال می برد که همه ی اندیشه ها و توانش را با ایام ایمن، آگاهی و پشنگد به سوی سیر راستین دانش، زندگی و انسانیت هدایت کند. و در این فصل دانش آموزان، چون گل بوته یی نشسته در کنار جویبار می مانند و آموزگار، چشمه ساران به مانند حمد رسد آب شور آب حیات است. دانش آموزی که قدر کوشش را بشناسد و ارزش زندگی انسان را بداند، بجای آنست که در سگر دانش به ستیزا بچل، تارکی و بی مسئولیتی می پردازد. دانش آموز متعهد و ایمان دار ایرانی باید در کنار درس و علم، برای ادب و کمال، سعی بزرگ قائل شود. سعادت و آینده ی درخشان دانش آموز تنها در گرو درس خوب و نگره عالی نیست بلکه دانش آموز باید به چیزهای دیگری نیز بیندیشد مانند مسئولیت، انسان دوستی و خداجویی. یکی از اهداف مهم تعلیم و تربیت، معنا دار کردن زندگی و نخب زیستن است. به راستی اگر سادی و نشاط در مدرسه نباشد زیستن برای یادگیری و یادگیری برای زیستن محقق نخواهد شد. ما در سال تحصیلی جدید تمام سعی مان بر این است تا مسلمانان از اولین ساعات آغاز سال تحصیلی جدید بدون دغدغه و غم و اندیشه تعلیم و تربیت با جدیدترین روش های تدریس، دانش آموزان را برای دنیای تحول فرود آماده سازند و دانش آموزان سرشار از لذت حضور در مدرسه، با میل و رغبت به یادگیری و تفسیر و تحمل بیاورند.

من و همکارانم در دبیرستان دحک در پیشگاه خداوند متعال کونیه ای کنیم که از پنج تلاش و کوششی جهت رسیدن به کمالت علمی و معنوی دانش آموزان عزیز درین نورزیم. و خود را جز غنای برای رسیدن آنان به قله های رفیع دانات و داناتی ندانند و فراتیم

با تشکر افتخار صادقی موسس دبیرستان دحک دوره اول



مهر که می آید سگوفه های بختدیکه یکی گل گل می دهند، درسه، خانه ای پراز کتاب و دفتر، پراز کلمات، پراز تخته سیاه، کج و معلوم، خاطره و دانش، درسه و درختان گوشه حیاط هانجا که پاتوق زنگ تفریح است. دل با دور هم جمع می شوند کلمات زیبا بر زبان می آوند، تا خاطره بار بار بسازند.

دوره ی درسه از دوره های مهم، حساس و موثر در زندگی فردی و اجتماعی آدمی است دوره ای است که به سبب وضع زیستی، اجتماعی و روانی دانش آموزان آن با سایر دوره های تحصیلی متمایز است و میزاقی دارد و دارای طبیعت و سببی است که دوران کودکی و نوجوانی را در بر می گیرد و در انتها طبیعت به دنیای جوانی می رسد.

آغاز سال تحصیلی، آغاز مهربانی و دوستی است، بمنظور مستحضر یادگیری و یادوری، بهره برداری و فهمیدن است و عهده مهر و آغاز سال تحصیلی بر همه عزیزان مبارک.

با تشکر و احترام،
حمیده کمالی پور



 ۰۲۲۲۲۲۲۵۵۷۵-۰۲۲۲۲۲۶۰۲۸۰

 dahakschool@gmail.com

 www.dahakschool.ir

 [dahakschool97](https://www.instagram.com/dahakschool97)

شماره تماس کادر اداری – اجرایی آموزشگاه

ردیف	نام و نام خانوادگی	سمت	شماره تماس	مسئولیت
۱	افسانه صادقی	مؤسس	۰۹۱۳۲۹۶۴۵۷۸	برنامه ریزی تمامی امور آموزشگاه
۲	حمیده کمالی پور	مدیر	۰۹۱۳۲۴۳۵۱۷۸	نظارت بر اجرای تمام فعالیتهای آموزشی، پرورشی، فوق برنامه و علمی پژوهشی
۳	عذری عباس زاده	معاون آموزشی و اجرایی	۰۹۱۳۳۹۸۸۱۷۲	پیگیری امور انضباطی، پیگیری امور آموزشی رصد و تجزیه و تحلیل نمرات مستمر وازموئها، نظارت بر ورود و خروج دانش آموزان و غیبت آنها
۴	سوده اسکندری	معاون فناوری و امور مالی	۰۹۱۳۴۴۰۶۷۲۲	پیگیری امور مالی، امور فناوری و آزمونهای متنا و سایت مدرسه
۳	فتحیه عرب پور	معاون پرورشی	۰۹۱۳۱۹۹۵۹۴۳	پیگیری و اجرای امور پرورشی، مسابقات فرهنگی و هنری، ورزشی، قرآنی، نماز ... و
۶	فاطمه محمد جعفری	مشاور	۰۹۱۴۰۳۱۷۱۹۱	مشاوره و هدایت تحصیلی



تعهدات انضباطی، آموزشی در آموزشگاه

- 
- رعایت ادب و احترام نسبت به مدیر، معاون، معلمان، مربیان و کلیه کارکنان واحد آموزشی و رعایت حسن رفتار و اخلاق و همکاری با سایر دانش آموزان
 - سعی شایسته در یادگیری و تحصیل و اطاعت از دستورات آموزشی و پرورشی و تربیتی، شرکت در فعالیت های اجتماعی مدرسه و انجام فرایض دینی
 - حضور و خروج به موقع و پرهیز از خروج در ساعات آموزشی بدون اطلاع مدیر و معاون مدرسه
 - حضور مرتب در کلاس درس در تمام ایامی که مدرسه رسماً دایر است و پرهیز از هر گونه غیبت غیر موجه
 - رعایت کامل پوشش اسلامی (فرم مدرسه)
 - خودداری از به کار بردن وسایل تجملی و زینتی، پرهیز از به همراه آوردن اشیاء گرانبها
 - زبور آلات و بدلیجات (انگشتر، حلقه و ...) هرگونه ترین موآرایش (مو بافت مو، رنگ مو و ...) هرگونه تتو (موقت، دائمی و هر گونه علائم روی دست و صورت حتی با خودکار) کاشت ناخن و استفاده از هرگونه لاک و ناخن بلند و ...
 - دقت در حفظ وسایل آموزشگاه (صندلی، تخته هوشمند، پروژکتور...)
 - آوردن فلش، اسپیکر و سایر وسایل مرتبط بدون هماهنگی و داشتن مجوز کتبی از طرف مسئولین آموزشگاه قدغن می باشد.
 - به همراه داشتن تلفن همراه تحت هر شرایطی تخلف محسوب می شود و در صورت مشاهده طبق تصمیمات شورای مدرسه با دانش آموز برخورد می گردد.
 - در صورتی که معدل نمرات کتبی (مستمر و پایانی) در طول سال تحصیلی کمتر از ۱۸,۵۰ شود از پذیرفتن دانش آموز در سال تحصیلی بعدی جدا می گردیم.
 - شرکت دانش آموزان در فعالیتهای پرورشی و مسابقات فرهنگی و هنری و جشنواره ها الزامی است.

برنامه زمانبندی کلاسهای حضوری آموزشگاه

مدت اجرا	زمان	برنامه
۹۰ دقیقه	۷:۳۰ الی ۹	زنگ اول
۱۰ دقیقه	۹ الی ۹:۱۰	زنگ تفریح
۹۰ دقیقه	۹:۱۰ الی ۱۰:۴۰	زنگ دوم
۱۰ دقیقه	۱۰:۴۰ الی ۱۰:۵۰	زنگ تفریح
۹۰ دقیقه	۱۰:۵۰ الی ۱۲:۲۰	زنگ سوم
۲۰ دقیقه	۱۲:۲۰ الی ۱۲:۴۰	زنگ نماز
۸۰ دقیقه	۱۲:۴۰ الی ۱۴	زنگ چهارم

❖ ساعات رسمی آموزشگاه همه روزه به جز پنجشنبه از ساعت ۷/۱۵ الی ۱۴ بعد از ظهر می باشد

برنامه هفتگی دبیرستان غیر دولتی دهک سال تحصیلی: 1404-1405

ایام هفته	زمان	101	102	201	202	301	302
شنبه	1	زبان	ادبیات	شیمی	عربی	ریاضی	قانونی
	2	خادم مددی	خادم گستانی	خادم حدادحسینی	خادم طیزاده	خادم ایرانمنش	خادم مهریسی
	3	ادبیات	زبان	عربی	شیمی	قانونی	ریاضی
	4	خادم گستانی	خادم مددی	خادم طیزاده	خادم حدادحسینی	خادم مهریسی	خادم ایرانمنش
	5	پیام های آسمان	قانونی	ادبیات	ریاضی	زبان	شیمی
	6	خادم طیزاده	خادم مهریسی	خادم گستانی	خادم ایرانمنش	خادم مددی	خادم حدادحسینی
زنگ نماز							
7	قانونی	پیام های آسمان	ریاضی	ادبیات	شیمی	زبان	
8	خادم مهریسی	خادم طیزاده	خادم ایرانمنش	خادم گستانی	خادم حدادحسینی	خادم مددی	
یکشنبه	1	قرآن	ریاضی	مطالعات	هنر	عربی	ادبیات
	2	خادم خداسی	خادم مهریسی	خادم پورقاسمی	خادم خضری	خادم طیزاده	خادم الهی
	3	ریاضی	قرآن	هنر	مطالعات	ادبیات	عربی
	4	خادم مهریسی	خادم خداسی	خادم خضری	خادم پورقاسمی	خادم الهی	خادم طیزاده
	5	مطالعات	هنر	قانونی	پیام های آسمان	هوش و استعداد تحلیلی	ادبیات
	6	خادم پورقاسمی	خادم خضری	خادم مهریسی	خادم طیزاده	خادم مهریسی	خادم الهی
زنگ نماز							
7	ریاضی	مطالعات	پیام های آسمان	قانونی	ادبیات	هنر	
8	خادم مهریسی	خادم پورقاسمی	خادم طیزاده	خادم مهریسی	خادم الهی	خادم خضری	
دوشنبه	1	عربی	شیمی	زبان	ریاضی	مطالعات	زمان
	2	خادم طیزاده	خادم حدادحسینی	خادم مددی	خادم ایرانمنش	زمان	مطالعات
	3	شیمی	عربی	ورزش	زبان	فیزیک	ریاضی
	4	خادم حدادحسینی	خادم طیزاده	خادم احمدی	خادم مددی	خادم اسکندری	خادم ایرانمنش
	5	ورزش	زمان	ریاضی	مشاوره	پیام های آسمان	فیزیک
	6	خادم احمدی	مشاوره	خادم ایرانمنش	زمان	خادم طیزاده	خادم اسکندری
زنگ نماز							
7	زمان	تفکر و سبک زندگی	مشاوره	ورزش	ریاضی	پیام های آسمان	
8	مشاوره	خادم صکری	زمان	خادم احمدی	خادم ایرانمنش	خادم طیزاده	
سه شنبه	1	تفکر و سبک زندگی	فیزیک	ادبیات	قرآن	مطالعات	زیست
	2	خادم صکری	خادم برومند	خادم گستانی	خادم خداسی	خادم پورقاسمی	خادم مهر
	3	فیزیک	مطالعات	هوش مصنوعی	ادبیات	زیست	قرآن
	4	خادم برومند	هوش مصنوعی	مطالعات	خادم گستانی	خادم مهر	خادم خداسی
	5	ادبیات	زیست	قرآن	فیزیک	دقاصی	مطالعات
	6	خادم گستانی	خادم مهر	خادم خداسی	خادم برومند	خادم صکری	خادم پورقاسمی
زنگ نماز							
7	مطالعات	ادبیات	فیزیک	هوش مصنوعی	قرآن	دقاصی	
8	هوش مصنوعی	خادم گستانی	خادم برومند	مطالعات	خادم خداسی	خادم صکری	
چهارشنبه	1	ریاضی	زبان	مهارت آموزی	زیست	ریاضی	ورزش
	2	خادم مهریسی	مهارت آموزی	زبان	خادم مهر	خادم ایرانمنش	خادم احمدی
	3	زبان	ریاضی	زیست	مهارت آموزی	ورزش	ریاضی
	4	مهارت آموزی	خادم مهریسی	خادم مهر	زبان	خادم احمدی	خادم ایرانمنش
	5	زیست	ورزش	ریاضی	تفکر و سبک زندگی	هنر	هوش و استعداد تحلیلی
	6	خادم مهر	خادم احمدی	خادم ایرانمنش	خادم صکری	خادم خضری	خادم مهریسی
زنگ نماز							
7	هنر	ریاضی	تفکر و سبک زندگی	ریاضی	زبان	مشاوره	
8	خادم خضری	خادم مهریسی	خادم صکری	خادم ایرانمنش	مشاوره	زبان	

شماره تماس دبیران آموزشگاه

ردیف	نام درس	نام دبیر	شماره تماس
۱	قرآن	خانم خدای	۰۹۱۳۵۰۷۱۴۰۹
۳	پیامهای آسمانی و عربی	خانم علیزاده	۹۱۳۲۹۸۲۸۸۴
۴	مطالعات اجتماعی	خانم پورقاسمی	۹۱۳۲۹۵۷۱۳۵
۵	ادبیات فارسی	خانم گلستانی	۹۱۳۱۹۶۵۱۵۸
		(پایه هفتم و هشتم)	
		خانم الهی	۹۱۳۷۵۵۰۵۷۳
		(پایه نهم)	
۶	ریاضی	خانم میرونی (پایه هفتم)	۹۱۳۱۹۸۵۰۵۴
		خانم ایرامنش (پایه هشتم و نهم)	۹۱۳۱۹۷۶۵۵۲
۷	فیزیک	خانم برومند(هفتم و هشتم)	۹۱۷۹۶۱۷۹۷۲
		خانم اسکندری فیزیک وزمین نهم	۹۱۳۱۹۶۳۱۲۳
۸	شیمی وزمین هفتم و هشتم	خانم حداد حسنی	۹۱۳۱۹۸۰۱۷۴
۹	زیست	خانم مهر	۹۱۳۱۹۶۳۷۸۴
۱۰	زبان	خانم مددی	۹۱۳۲۹۹۳۱۷۴
۱۱	فرهنگ و هنر و مهارتهای زندگی	خانم خضری	۹۳۷۴۹۰۹۸۰۲
۱۲	کار و فن آوری	خانم میروبی	۰۹۹۱۳۴۱۱۴۲۶
۱۳	تربیت بدنی	خانم احمدی	۰۹۰۱۳۵۸۵۶۶۱
۱۴	هوش و استعداد تحلیلی هوش مصنوعی	خانم میروبی	۹۱۳۱۹۸۵۰۵۴
		خانم اسکندری	۰۹۱۳۴۴۰۶۷۲۲
۱۵	آمادگی دفاعی و تفکر و سبک زندگی	خانم عسکری	۹۱۰۳۰۵۲۴۸۶

لیست کتابهای معرفی شده توسط دبیران

کتاب کار خیلی سبز عربی هفتم و هشتم ونهم

پیامهای آسمانی تیز هوشان خیلی سبز فقط پایه نهم

زبان سه پایه مبتکران از مجموعه رشادت نویسنده علیرضا سعیدی

کتاب ۳۱ بعلاوه ۱ استان جهت پایه نهم

جزوه فیزیک هفتم، هشتم ونهم

جزوه شیمی هفتم، هشتم ونهم

جزوه ریاضی هفتم، هشتم ونهم

جدول زمانبندی آزمونهای آموزشگاه

ردیف	نوع آزمون	تاریخ برگزاری
۱	آزمون آغازین	۱۴۰۴/۷/۱۶
۲	جامع شماره ۱ (آنلاین)	۱۴۰۴/۸/۲۲
۳	مستمر/جامع علوم (حضوری کتبی)	آذر ماه
۴	نوبت اول	دی ماه
۵	جامع شماره ۲ (آنلاین)	۱۴۰۴/۱۱/۲۳
۶	جامع شماره ۳ (آنلاین)	۱۴۰۴/۱۲/۲۱
۷	جامع شماره ۴ (آنلاین)	۱۴۰۴/۱/۲۹
۸	مستمر/جامع علوم (حضوری کتبی)	اردیبهشت ۱۴۰۴
۹	جامع شماره ۵ (آنلاین)	۱۴۰۴/۲/۲۰
۱۰	نوبت دوم	خرداد ماه

تقویم جلسات آموزش خانواده

شناخت دوره نوجوانی دختران و بلوغ	آبان ماه	۱
سواد رسانه ای	آذر ماه	۲
نقش والدین در روند پیشرفت تحصیلی نوجوان	بهمن ماه	۳
تحولات زیستی، روانی، اجتماعی و بهداشت روحی در دوره نوجوانی	اسفند ماه	۴
آشنایی با آسیب های اجتماعی در فضای سایبری	فروردین	۵
بررسی شبهات دینی دوره نوجوانی	اردیبهشت ماه	۶

تقویم زمانبندی جلسات عمومی انجمن اولیاء و مربیان

موضوع جلسه	زمان
جلسه عمومی اولیاء و مربیان هر سه پایه با محوریت پروژه مهر	پایان شهریور
جلسه عمومی اولیاء و مربیان ویژه انتخابات انجمن اولیاء و مربیان	پایان مهرماه
جلسه عمومی اولیاء و مربیان ویژه برنامه ریزی تحصیلی	آبان ماه
جلسه دیدار دبیران با اولیاء و پیگیری شروع آزمونهای هدایت تحصیلی و مشاوره ای پایه نهم	دی ماه
جلسه هدایت تحصیلی و معرفی رشته ها(نهم)	فروردین ماه
جلسه انجمن اولیاء و مربیان و دیدار با دبیران	اردیبهشت ماه

لیست مکانهای بازدیدی دانش آموزان:

❖ بازدید از موزه های (آگپرا، دفاع مقدس ، موزه ساعت ، کتابخانه ملی موزه صنعتی و هنردی)

❖ بازدید از دانشکده های پزشکی، فنی مهندسی، علوم انسانی و علوم پایه دانشگاه شهید باهنر

❖ شرکت در مراسم ملی و مذهبی از جمله: عطر افشانی قبور شهدا، نماز جمعه و راهپیماییها

❖ بازدید از مکانهای آموزشی از جمله: پنلهای خورشیدی اداره برق ، دانشگاه باهنر و فنی و حرفه ای

❖ بازدید از نمایشگاه کتاب

❖ بازدید از یخدان مؤیدی و پارک ریاضیات

❖ فراهم کردن زمینه مناسب جهت حضور در پژوهش سراها و آزمایشگاه ها ، خانه ریاضیات و ...

❖ تور کرمانگردی (ویژه رتبه های برتر علمی - آموزشی)

بازدیدهای فوق بنا به ضرورت و با توجه به نظر شورای مدرسه انجام خواهد شد

فعالتهای قابل اجرا در آموزشگاه

- برگزاری کارگاههای آموزشی متنوع در زمینه های مختلف علمی، هنری، مهارتی
- اجرای پروژه های گروهی و تحقیقاتی برای تقویت روحیه ی همکاری و اخلاقیت
- برگزاری مسابقات علمی، ادبی و هنری با هدف کشف و پرورش استعداد های دانش آموزان
- استفاده از فناوریهای نوین آموزشی برای ارتقای کیفیت یادگیری
- برگزاری جشنواره های مختلف آموزشی و پژوهشی (نوجوان خوارزمی، سلامت، هفت سین
- برگزاری نمایشگاههای فرهنگی و هنری، ادبی و علمی از آثار دانش آموزان
- اجرای برنامه های فرهنگی، هنری مانند موسیقی، تئاتر، نمایشگاه کتاب
- برگزاری جشن های ملی و مذهبی با هدف تقویت هویت ملی و مذهبی دانش آموزان
- بر پایی بازارچه خوداشتغالی
- برگزاری مسابقات ورزشی مختلف در رشتههای متفاوت، برگزاری المپیاد ورزشی برای تقویت روحیه ی نشاط و شادابی دانش آموزان
- برگزاری کلاس های ورزشی در سالن ورزشی
- برگزاری جلسات مشاوره ای با والدین و دعوت از اساتید برجسته استان برای آشنایی با روش های تربیتی موثر
- تشکیل انجمن های علمی دانش آموزی برای افزایش مشارکت دانش آموزان در فعالتهای مدرسه
- برگزاری اردوهای درون مدرسه ای و بیرون مدرسه ای جهت تقویت روحیه مشارکت دانش آموزان و ارتباط موثر
- اجرای طرح مهارت ورزی با شعار هر دانش آموز یک مهارت
- اجرای طرح گلستان زندگی

طرح درس کلاس مشاوره

پایه هفتم

جلسات	محتوای جلسات
۱	معرفی مشاوره، حریم امن، اجرای فرم نیازسنجی
۲	سازگاری با مدرسه، شناخت هیجانات پایه
۳	مدیریت زمان و برنامه ریزی، اولویت بندی تکالیف
۴	قواعد طلایی یادگیری: بازیابی فعال، تمرین پراکنده و ...
۵	آموزش روش های صحیح مطالعه
۶	مهارت تمرکز و توجه
۷	مدیریت استرس های روزمره، آموزش روش های آرام سازی
۸	مدیریت استرس های روزمره.....
۹	تقویت ارتباط با خانواده ها
۱۰	مهارت تصمیم گیری، انتخاب سالم در موقعیت های متفاوت
۱۱	مهارت تصمیم گیری
۱۲	مهارت حل مسئله (مدل چهار مرحله ای ساده)
۱۳	مدیریت خشم، تکنیک توقف

مهارت های ارتباطی	۱۴
مرور مهارت های ارتباطی با بازی گروهی	۱۵
معرفی انواع اضطراب	۱۶
کنترل اضطراب امتحان	۱۷
خودگویی مثبت و اعتماد به نفس	۱۸
راه های افزایش خودباوری و اعتماد به نفس	۱۹
آموزش هدف گذاری کوتاه مدت، میان مدت و بلند مدت	۲۰
تمرین برنامه ریزی هفتگی	۲۱
سواد رسانه ای	۲۲
سواد رسانه ای	۲۳
همدلی و احترام به تفاوت ها	۲۴
کار تیمی و مسئولیت پذیری	۲۵
تاب آوری و خودمراقبتی	۲۶
مهارت جراتمندی، توانایی پرسش سوالات در کلاس، نه گفتن مودبانه	۲۷
مرور، جمع بندی مطالب	۲۸
پاسخ به سوالات دانش آموزان	۲۹

جلسات	محتوای جلسات
۱	معرفی مشاوره، حریم امن، اجرای فرم نیازسنجی
۲	تغییرات روانی و جسمی نوجوانی و بلوغ
۳	هویت و احساس استقلال
۴	مدیریت فشار همسالان و دوستی های پایدار
۵	خودآگاهی: نقاط قوت و ضعف شخصی
۶	مدیریت هیجانات شدید
۷	مهارت همدلی عمیق، درک دیدگاه دیگران
۸	روش های مطالعه صحیح و کاربردی
۹	روش های بهبود حافظه و تمرکز
۱۰	روش های بهبود حافظه و تمرکز و مقابله با اهمال کاری
۱۱	معرفی مفهوم تاب آوری و راه های بهبود آن (ایستادن بعد از ناکامی ها)
۱۲	سواد رسانه ای ۲ تشخیص تبلیغات و اثر آن
۱۳	مهارت حل تعارض
۱۴	انگیزش تحصیلی و عوامل موثر

مرور و خلاصه نویسی	۱۵
مرور و خلاصه نویسی	۱۶
سواد رسانه ای ۳: شبکه های اجتماعی و تاثیرات روانی	۱۷
مهارت تصمیم گیری در شرایط دشوار	۱۸
خود مراقبتی	۱۹
چالش های اساسی دوران بلوغ	۲۰
مهارت رقابت سالم (رقابت با خود)	۲۱
مهارت زمان بندی دقیق	۲۲
کمال گرایی و اثرات مخرب آن	۲۳
خودگویی مثبت و تصویربندی سالم	۲۴
معرفی اضطراب و افسردگی در نوجوانی (علائم و راهکارها)	۲۵
معرفی اضطراب و	۲۶
مسئولیت پذیری در قبال پیامد رفتار (هر عملی با پیامدی همراه است)	۲۷
مرور و جمع بندی	۲۸
پرسش و پاسخ	۲۹

پایه نهم >

جلسات	محتوای جلسات
۱	معرفی + نیازسنجی
۲	مدیریت زمان در سال نهم
۳	اصول کلی روش مطالعه صحیح
۴	نحوه خلاصه برداری و یادداشت نویسی
۵	نقشه ذهنی و روش مرور سریع
۶	روش مطالعه ریاضی
۷	روش مطالعه دروس حفظی
۸	روش مطالعه دروس مفهومی مانند علوم
۹	مدیریت حواسپرتی و افزایش تمرکز
۱۰	روش تست زنی و مدیریت زمان در آزمون
۱۱	روش تست زنی و مدیریت زمان در آزمون
۱۲	مدیریت اضطراب امتحان
۱۳	مهارت انگیزه سازی و خود انگیزشی
۱۴	مرور و جمع بندی مطالب تدریس شده
۱۵	آشنایی با مفهوم هدایت تحصیلی
۱۶	معرفی رشته ریاضی و مشاغل مرتبط
۱۷	ادامه معرفی رشته ریاضی و مشاغل مرتبط
۱۸	معرفی رشته علوم تجربی و مشاغل مرتبط
۱۹	معرفی رشته انسانی و مشاغل مرتبط

معرفی رشته های فنی حرفه ای و کاردانش	۲۰
بررسی استعدادها و علایق فردی	۲۱
ارتباط علاقه، استعداد و بازار کار	۲۲
آینده شغلی و مهارت های لازم در عصر امروز	۲۳
مهارت تصمیم گیری و پیامدها	۲۴
مهارت ارتباط موثر و کار گروهی	۲۵
مهارت حل مسئله	۲۶
مهارت کنترل خشم	۲۷
مهارت نه گفتن و جراتمندی	۲۸
تاثیر هدفمندی و انتخاب اهداف بلند مدت میان مدت و کوتاه مدت	۲۹



تقویم زمانبندی کلاسهای فوق برنامه

پایه - زمان	عنوان درس	ایام هفته
۷:۳۰ الی ۹	ریاضی نهم	پنج شنبه
۹:۱۵ الی ۱۰:۴۵	هوش و استعداد تحلیلی نهم	پنج شنبه
۱۱ الی ۱۲:۳۰	شیمی نهم	پنج شنبه
۷:۳۰ الی ۹	ریاضی هشتم	پنج شنبه
۹ الی ۱۱	ریاضی هفتم	پنج شنبه

موفقت هی آموزشگاه در سال تحصیلی ۱۴۰۵-۱۴۰۴

کب رتبه اول منطقه ای و استانی و راهبانی به مرحله کشوری محور قرآن و معارف اسلامی در جشنواره نوجوان خوارزمی

کب رتبه اول منطقه ای و استانی و راهبانی به مرحله کشوری محور بازیهای رایانه ای در جشنواره نوجوان خوارزمی

✓ کب رتبه اول آموزشگاه در مسابقات فرهنگی و هنری

✓ کب ۵۰ رتبه کشوری، استانی و ناحیه ای در مسابقات فرهنگی، هنری، قرآنی و ورزشی و جشنواره ها

✓ قبولی ۳ نفر از دانش آموزان در مدرسه تیزهوشان، ۳۲ نفر در مدارس نمونه، ۱۳ نفر در مدرسه فرهنگ از مجموع ۵۰ نفر شرکت کننده در آزمون مدارس خاص (تیزهوشان و نمونه فرهنگ)

اسامی پذیرفته شدگان مدارس خاص دیپارٹمنٹ غیر دولتی دہک

تیزہوشان



مبینا بر خور داری



ویانسا پایسه



نرجس سلیمانی

نمونہ فرهنگ



ستایش جعفری



ہلبا موسوی



آرمیتا زنگنه



نرجس سلیمانی



فاطمہ در کی



بلقاسم الدینی



پرنیا امینی



رقیہ عرب پور



زہرا محسنی



فاطمہ ابگار



نائلہ زورانی اسدی



نگار تو کلی



گونر آنور ماہانی



ویانسا پایسه



مریم مصری



مہربان شیرازی



فاطمہ نادری

نمونہ دولتی



کیما مہدی زادہ



ستایش علیمرادای



بلقاسم الدینی



بگانه زنگنه



سحر کریمان



آیسا عاقبتی



فاطمہ در کی



فاطمہ علوی راد



مہدی تہی زادہ



صبا حسینی



سحر صادقی



فاطمہ نادری



نازمین نجف پور



پرنیا امینی



ویانسا پایسه



لاریسا خلیلی



زہرا محسنی



آناہیتا امین زادہ



مریم مصری



گونر آنور ماہانی



بینتا محمدی



نگار تو کلی

دیرستان غیردولتی دهک

رتبه های برتر مسابقات فرهنگی هنری مرحله ناحیه واسانی



سوتکند غننادری
خسب - سوم ناحیه



فاطمه اکبر
کوتان - اول ناحیه



فاطمه زهرا بنی اسد
فراص رطل - اول ناحیه ویراستار



لیلی عباسیان
سور مارن - اول ناحیه ویراستار



ویدا شهیدی
کارنگاور - اول ناحیه



مهسا لاهوتی
لالایی فراص - دوم ناحیه



مهران شیرازی
دستان نویسی - اول ناحیه



مبینا جعفری
پادبخش - دوم ناحیه



ساعسر دولتی
کوتان - سوم ناحیه



سناپش جعفری
دلری روی سن - دوم ناحیه



اناز مصار حاجتی
رفک روی - دوم ناحیه



آنیسسا احمدی
کوتلوی سنور - دوم ناحیه



فاطمه سادات مهدویان
دستان نویسی - اول ناحیه



زهرا سادات احمدی زاده
عکاسی - اول ناحیه



ارشاد هغنی
چار روی پرتو - دوم ناحیه



مبینا جعفری
فراص رطل - اول ناحیه ویراستار



ملیکا شمس الدینی
پاسل - اول ناحیه

برگزیدگان جشنواره نوجوان خوارزمی



آرژیندا فلاح و فاطمه زعبیر زاده
مهور دست سازه
اول ناحیه



آرژیندا فلاح و فاطمه زعبیر زاده
مهور دست سازه
اول ناحیه



بلدا اسلامی و فاطمه درکی
ریاضی
اول ناحیه



بلدا اسلامی و فاطمه درکی
ریاضی
اول ناحیه



محمده محمدی و زهرا محسنی
قرآن و معارف
اول استان و اول ناحیه
(راهپایی به مرحله کشوری)



محمده محمدی و زهرا محسنی
قرآن و معارف
اول استان و اول ناحیه
(راهپایی به مرحله کشوری)



روزان شیرازی و مریم نویسی
برنامه نویسی باهوش مصنوعی
اول استان و اول ناحیه
(راهپایی به مرحله کشوری)



روزان شیرازی و مریم نویسی
برنامه نویسی باهوش مصنوعی
اول استان و اول ناحیه
(راهپایی به مرحله کشوری)

انتخاب آفریقان دیرستان شیر دولتی دهک

رتبه های برتر قرآنی



آنسا طرفدار
درجه‌های از قرآن یونو ناحیه و استان



مقصومه جعفری
درجه‌های از قرآن یونو - ناحیه و استان



مهسلا هونی
نوح الملائه - دوم ناحیه



آلین عبدلی
تفسیر - سوم ناحیه



میبینا جعفری
قرآنت - دوم ناحیه

رتبه های برتر نوجوان سالم



گمنند آدر آیین
ویدئو گت - سوم استان



نگار توکلسی
مدرس کوچک - سوم استان
ویدئو گت - اول استان



زهرا جمشیدی
نقش الخوف حضرتی - دوم استان



تورسم عبریسی
روایت گوی - اول استان



میبینا جعفری
داستان نویسی - اول ناحیه
گلب آهونزی - دوم استان
شعر - دوم استان



سینا سعید و درسا ارافش
مدرس کوچک - اول استان



فاطمه سلاجه و درسا ارافش
طراحی بازی بویایی - اول استان



آلین شایجی
نتره دیجیتال - دوم استان



تاهینه شجاع حدیدی
تصویر سازی - دوم استان



دیبا سادات مهدیان
عبه برداری - دوم استان

رتبه های برتر نوجوان سالم همکاران



بهنلول سعیدی
عبه برداری سوم استان



سوده اکسباری
نتره دیجیتال اول استان

برنامه کلاسی پایه های هفتم، هشتم، نهم

کلاس هفتم

پایه هفتم	اول	دوم	سوم	چهارم	پنجم	ششم	هفتم	هشتم
شبه	زبان	زبان	ادبیات	ادبیات	پایه های آغلی	پایه های آغلی	فردی	فردی
یک شبه	قرآن	قرآن	ریاضی	ریاضی	مطالعات	مطالعات	ریاضی	ریاضی
دو شبه	عربی	عربی	تیمی	تیمی	دورزش	دورزش	زین	شوره
سه شبه	سنگر	سنگر	فیزیک	فیزیک	ادبیات	ادبیات	مطالعات	پهش مسومی
چهار شبه	ریاضی	ریاضی	زبان	مدت آموزی	زیت	زیت	هنر	هنر

کلاس هشتم

پایه هشتم	اول	دوم	سوم	چهارم	پنجم	ششم	هفتم	هشتم
شبه	ادبیات	ادبیات	زبان	زبان	فردی	فردی	پایه های آغلی	پایه های آغلی
یک شبه	ریاضی	ریاضی	قرآن	قرآن	هنر	هنر	مطالعات	مطالعات
دو شبه	تیمی	تیمی	عربی	عربی	زین	زین	سنگر	سنگر
سه شبه	فیزیک	فیزیک	مطالعات	پهش مسومی	زیت	زیت	ادبیات	ادبیات
چهار شبه	زبان	زبان	مدت آموزی	ریاضی	دورزش	دورزش	ریاضی	ریاضی

برنامه کلاسی پایه های هفتم، هشتم، نهم

کلاس هشتم ۸۰۱

پایه هفتم	پایه هشتم	پایه نهم	پایه دهم	پایه یازدهم	پایه دوازدهم	پایه دهم	پایه نهم	پایه هشتم	پایه هفتم
ریاضی	ریاضی	ادبیات	ادبیات	عربی	عربی	ثبی	ثبی	عربی	عربی
پیام های آسمانی	پیام های آسمانی	فناوری	فناوری	هنر	هنر	مطالعات	مطالعات	مطالعات	مطالعات
زین	مشاوره	ریاضی	ریاضی	ورزش	ورزش	زبان	زبان	زبان	زبان
فیزیک	فیزیک	قرآن	قرآن	مطالعات	پوش مصنوعی	ادبیات	ادبیات	ادبیات	ادبیات
سنگر	سنگر	ریاضی	ریاضی	زیست	زیست	زبان	مهارت آوزی	مهارت آوزی	مهارت آوزی

کلاس هشتم ۸۰۲

پایه هفتم	پایه هشتم	پایه نهم	پایه دهم	پایه یازدهم	پایه دوازدهم	پایه دهم	پایه نهم	پایه هشتم	پایه هفتم
ادبیات	ادبیات	ریاضی	ریاضی	ثبی	ثبی	عربی	عربی	عربی	عربی
فناوری	فناوری	پیام های آسمان	پیام های آسمان	مطالعات	مطالعات	هنر	هنر	هنر	هنر
ورزش	ورزش	زین	مشاوره	زبان	زبان	ریاضی	ریاضی	ریاضی	ریاضی
مطالعات	مطالعات	پوش مصنوعی	فیزیک	فیزیک	ادبیات	ادبیات	قرآن	قرآن	قرآن
ریاضی	ریاضی	سنگر	سنگر	زبان	مهارت آوزی	زیست	زیست	زیست	زیست

برنامه کلاسی پایه های هفتم، هشتم، نهم

کلاس نهم اول

پایه هفتم	پایه هفتم	پایه هفتم	پایه هفتم	پایه هفتم	پایه هفتم	پایه هفتم	پایه هفتم	پایه هفتم
کتاب	کتاب	کتاب	کتاب	کتاب	کتاب	کتاب	کتاب	کتاب
ریاضی	ریاضی	زبان	زبان	فناوری	فناوری	ریاضی	ریاضی	کتاب
ادبیات	ادبیات	هوش و استدلال تحلیلی	هوش و استدلال تحلیلی	ادبیات	ادبیات	عربی	عربی	کتاب
ریاضی	ریاضی	پیام های آسمان	پیام های آسمان	فیزیک	فیزیک	زمین	مطالعات	کتاب
قرآن	قرآن	دفاعی	دفاعی	زیست	زیست	مطالعات	مطالعات	کتاب
مشاوه	زبان	هنر	هنر	ورزش	ورزش	ریاضی	ریاضی	کتاب

کلاس نهم اول

پایه هفتم	پایه هفتم	پایه هفتم	پایه هفتم	پایه هفتم	پایه هفتم	پایه هفتم	پایه هفتم	پایه هفتم
کتاب	کتاب	کتاب	کتاب	کتاب	کتاب	کتاب	کتاب	کتاب
زبان	زبان	ریاضی	ریاضی	ریاضی	ریاضی	فناوری	فناوری	کتاب
هنر	هنر	ادبیات	ادبیات	عربی	عربی	ادبیات	ادبیات	کتاب
پیام های آسمان	پیام های آسمان	فیزیک	فیزیک	ریاضی	ریاضی	مطالعات	زمین	کتاب
دفاعی	دفاعی	مطالعات	مطالعات	قرآن	قرآن	زیست	زیست	کتاب
زبان	مشاوه	هوش و استدلال تحلیلی	هوش و استدلال تحلیلی	ریاضی	ریاضی	ورزش	ورزش	کتاب

گلاس بنو

پاپہ منم

ہفتم 102

ہفتم 101

ارغوان افشان فر	سیدہ آتنا اکبرزادہ	1
فاطمہ اکبری	حلما امیر مجاہدی	2
آتاہیتا بتی اسدی مقدم	کیانا الہ یاری	3
تنا حاجی زادہ	النا اتجم شعاع	4
ضحی حسن زادہ	روزان جعفری فرد	5
درسا خراسانی پور	طنین چالیش	6
نازنین فاطمہ ختامانی	فاطمہ حافظیان	7
ایرانا داہدایی	یستا حسینی	8
دایانا درگاہی	باران حمزہ ای	9
لیانا رھتما	زھرا حمیدپور	10
مھرا صعصعی	سارا سادات خضرائی	11
فاطمہ زھرا عبدالہی	ارغوان خواجہ پور	12
باران عسکری	تیکا خویبیری	13
ریحانہ قاسم زادہ	نازنین زھرا خیر آبادی	14
سارا قاسمی	دلسا داتشور	15
یستا قدیرزادہ	ستا رضایی	16
ہستی کریمی افشان	اوا رفیعی	17
یکتا کریمی گوہری	روشنا سادات ریاضی	18
محیا کیان	عسل زابلی پور	19
سارا کیان فرد	فاطمہ زمان بیگی	20
نادیا گلستان مقدم	سارا سالاری	21
نازنین زھرا مداہیم زادہ	زیتب سالاری تسب	22
میینا مدد تیا	عسل سلطانی نژاد	23
فاطمہ معین الدینی	سدنا سلطانی نژاد	24
ترنم منتظری	ہستی سیستانی	25
آدینا منصورہ	بھارتاز شریفی نژاد	26
مھرسا منتظری توکلی	شہرتاز شمس الدینی	27
فاطمہ ناصری	آرشیدا شیبانی	28
تیکا بتی زادہ	مازال طاہری متش	29
باران تیکا پور	نسترن طابلی زادہ	30
ہیلدا سادات ہاشمی	مھدیس عباس زادہ	31
گیلدا سادات ہاشمی	زھرا سادات عطایی	32

کلاس بنام

پانجم

هشتم 202

هشتم 201

کمند آذر آیین	آنيسا احمدی	1
عسل بی اسد	پرنیا الله یاری	2
اسکندری	زهرا افضلی	3
النا اکبرزاده	آتنا بیک زاده	4
آیلا ر پابنده	دینا باقری	5
ریحانه جعفری زاده	کیمیا توحیدی	6
معصومه جعفری زاده	پانیذ پناهنده	7
کیمیا حیدری	فاطمه سادات حاج سید حسین خاتم	8
آرشین خزلی	رها خالقی	9
مهرآوه خادم نعمت الهی	آوا خادم نعمت الهی	10
ثنا دوازده امامی	نازنین زهرا ذوالعلی	11
آیلین رضا حسینی	فاطمه زهرا رستگاری	12
ماندانا رفیعی	هدیه زند اقطایی	13
مهديس رجایی	ارمغان زندیه	14
فاطمه زعیم زاده	ماهور سعید پور	15
پرنیا سالاری خو	یگانه شیخ پور	16
یکتا سالاری	روزان شریف پور	17
الینا شهسواری	نیایش صابری	18
النا صفار هاشمی	النا صادقی	19
هستی صناعی	آیلین عبدلی	20
آتنا طرفدار	هستی عسکر پور	21
غزل فخار پور	نیایش فرامر زپور	22
آرشیدا فلاح تژاد	یاسمن فاریابی	23
آینا مرادی	ارغوان معرفی	24
آیلا مهرابیان	پرنیا مرادی	25
حنانه محمودزاده	یگانه مهدی پور	26
آنیثا منظری توکلی	آیسان نادری	27
ضحیا وطنخواه	یسنا نورالدینی	28
سارینا سادات هاشمی	هستی سادات هاشمی	29
فاطمه هاشم آبادی	مریم یوسفی	30

302 نهم	آقاملانی	هستی	301 نهم	انجم شعاع	یلدا	1
	اباذرنژاد	نازنین		اسدی	نگین	2
	انجم شعاع	پریسا		ایرانمنش	درسا	3
	بهادر	باران		جعفری چترودی	میینا	4
	برخوری	به آدین		جمشیدی	زهره	5
	پورحسینی	بهار		حیدری	زهره	6
	پویا	نازنین زینب		حاجی زاده	هلپا	7
	جعفری نژاد	الینا		خالویی	میینا	8
	حسنی سعدی	پردیس		خواجویی	یستا	9
	حسن زاده	راحیل		دهقانی سلطانی	فاطمه	10
	سعید	یستا		سید احمدی نژاد	زهره سادات	11
	سیاهکوهی	هستی		سلاجقه	فاطمه	12
	شرفی پور	نسیم		ستوبر	فاطمه	13
	صامت	سوگند		سلطانی	حورا	14
	عمادی	پارمیس		شهامت	غزل	15
	غضنفری	سوگند		شیبانی	روشا	16
	غفوری	محیا		عربی	ترنم	17
	فروزش	بهار		عسکری	مهرنوش	18
	فیروزی	غزل		علی پناه	پرنیا	19
	کریم زاده	غزل		غنچه پور	آیدا	20
	مرادی	یستا		کهنوجی	آیدا	21
	مهرابیان	آوین		مشایخی	آیلین	22
	مهدویان	دیبا سادات		منصوربهمنی	هانا	23
	مهرابی	میینا		مهدی زاده	مهرسا	24
	میرزایی	فاطمه		نامجو	تتا	25
	لاهوئی	مهسا		میرزایی	درسا	26
	نیک طبع	نازنین زهره		هندیزی پور	فاطمیا	27

یادمان باشد:



وقتی فرزندان با تشویق زندگی کند، بردباری می آموزد

وقتی با توافق زندگی کند، دوست داشتن می آموزد.

وقتی با تایید زندگی کند، هدف زندگی را می آموزد.

وقتی با صداقت زندگی کند، حقیقت را می آموزد.

وقتی با انصاف زندگی می کند، رعایت حق و انصاف را می آموزد.

وقتی با اطمینان زندگی کند ، اعتماد به خود را می آموزد.



کلام آخر:

نمی توان با تفکر دیروز فرزندان امروز را برای جامعه آینده تربیت کرد.

امیدوارم با یاری خداوند و مساعدت شما عزیزان سالی سرشار از موفقیت
را پشت سر بگذاریم.

حق یارتان

شهریور ماه سال هزار و چهارصد و چهار

مدیر دبیرستان دهک دوره اول