



روشهای نیل به موفقیت

در تمصیل و زندگی

رویش



دانشگاه فرهنگیان استان همدان

اداره امور دانشجویی - فرهنگی و اجتماعی




دانشگاه فرهنگیان


همدان


اداره ی دانشجویی - فرهنگی

وابسته ی اجتماعی


مقدمه 

تعیین هدف 


استفاده از تفکر و تعقل 


برنامه ریزی 


توکل بر خدا 


روابط با دیگران 


روابط با اعضای خانواده 


روابط با استادان 


روابط با کارکنان 


روابط با دانشجویان 


روابط با افراد غیر همجنس 

آگاهی از قوانین و مقررات آموزشی 

بهداشت و سلامت جسمانی 

امور مالی 


خودتان را با خودتان مقایسه کنید 


داشتن نگرش خوش بینانه و تفکرات مثبت 

کنترل خشم و عصبانیت و داشتن بخشش و گذشت 


شادی و خنده 


درستکاری و صداقت 

استمداد از دیگران 

آئین نامه آموزشی 

مقررات انضباطی و فوابگاهی 

معرفی نهاد رهبری 

کارشناسی فرهنگی و اجتماعی 

گردآوری و تألیف :

شعبان یوسفی بهروز

طراحی و تایپ :

آرزو کاتبی

چاپ :

واحد انتشارات پردیس

السلام علیک یا ابا صالح المهدی (عج)

بارها روی تو را دیدم ولی نشناختم
لاله از باغ رخت چیدم ولی نشناختم
همچو گل کز دیدن خورشید می خندد به صبح
بر گل روی تو خندیدم ولی نشناختم
کعبه را کردم بهانه تا بگردم دور تو
آدمم دور تو گردیدم ولی نشناختم

در کنار مرقد شش گوشه جدّت حسین
خم شدم دست تو بوسیدم ولی نشناختم
ای دل غافل که همچون سایه نزد آفتاب
پای دیوار تو خوابیدم ولی نشناختم
در منی پیش تو بنشستم ندانستم توئی
با تو از هجر تو نالیدم ولی نشناختم

در مسیر جمکران عطر دل انگیز بهشت
از نفس های تو بوئیدم ولی نشناختم
سجده بر پای تو آوردم نگفتم کیستم
چهره از خاک تو پوشیدم ولی نشناختم
غفلت میثم ببین یک عمر رخسار تو را
در همه آیینه ها دیدم ولی نشناختم

تعمیل در امر فرج . صلوات

باسمه تعالی

سال تحصیلی جدید که با شور و شعور و عشق حسینی آغاز گشته به فال نیک می گیریم و حماسه امام حسین (ع) و یارانش را که به فرموده سالار شهیدان با هدف اصلاح دین و امور امت جدش که در رأس آن احیای امر به معروف و نهی از منکر بوده الگو قرار می دهیم و در سالی که به فرموده مقام معظم رهبری سال اقتصاد مقاومتی، تولید و اشتغال نام گذاری شده، به درستی می توان روحیه جهادی توأم با عشق و ایثار را در سنگر تعلیم و تربیت و در راستای رسالت خطیر بویژه امر مهم تربیت معلم در دانشگاه فرهنگیان به کار گرفت تا از این رهگذر همگان بکوشیم با تحقق بزرگترین و اولین معروف قرآن کریم یعنی کسب و تولید علم و دانش ایران اسلامی را بیش از پیش شکوفا و به این زیور گرانقدر آراسته سازیم. بی شک با همت بلند اساتید گرامی و تلاش وافر شما دانشجو معلمان عزیز و همراهی و تشریک مساعی تمامی همکاران دلسوز عرصه عظیم و بسیار تأثیر گذار تعلیم و تربیت انشاءالله چشم انداز و افق روشنی فراوی میهن عزیزمان قرار خواهد گرفت. ترویج روحیه جهادی با عشق به دین و میهن توأم با تفکر و اندیشه که در آموزه های اسلامی و ایرانی از جایگاه و پایگاه برجسته ای برخوردار هستند و تعمیم چنین بینشی در عرصه آموزشی، پژوهشی و فرهنگی در دانشگاه فرهنگیان که رهبر فرزانه انقلاب از آن به عنوان دانشگاه بسیار مهم یاد فرموده اند می تواند و باید ایران عزیز را به جایگاه بایسته و و شایسته خود ارتقاء بخشد. چرا که به حق می توان دانشگاه فرهنگیان را سلسله جنبان نظام علمی و فرهنگی و تربیتی و آموزشی کشور قلمداد نمود. با چنین رویکردی هر گونه جد و جهد علمی و فرهنگی در این دانشگاه قادر خواهد بود راه رسیدن به اهداف متعالی نظام اسلامی ایران را در تمامی حوزه های علمی و تربیتی و فرهنگی تسهیل و تسریع نماید و با خدای ناخواسته هر گونه قصور و قنور و کم توجهی در این عرصه صدمات جبران ناپذیری را در این دوران پر شتاب و تحرک علمی و فناوری وارد سازد. بنابراین بنده به عنوان شاگرد کوچک عرصه ی تعلیم و تربیت در آغازین ماه و روزهای سال تحصیلی ۹۷ - ۱۳۹۶ بر خود فرض می دانم ضمن خیر مقدم و سپاس از تلاش های صورت گرفته ی تمامی اساتید، دانشجویان و کارکنان دانشگاه فرهنگیان استان همدان از همه شما عزیزان استدعا نمایم برای سربلندی ایران عظیم و عزیز و تحقق توانایی از مسیر دانایی همه مساعی و همت خویش را بکار گیرید، باشد که خداوند منان همواره شما را به عنوان طلایه داران این راه مهم یاری فرماید.

ارادتمند همگی شما

دکتر علیرضا علی صوفی

مدیر امور پردیس های دانشگاه فرهنگیان استان همدان



مقدمه

دانشجویان عزیز موفقیت شما را در آزمون ورودی دانشگاه فرهنگیان تبریک می گوئیم و آرزو می کنیم مدت حضورتان در این دانشگاه توام با تلاش، پشتکار، رشد و شادی و موفقیت برای شما باشد. امیدواریم بتوانید از استعدادها، قابلیت ها و توانمندی های خود و منابع، امکانات و تجهیزات دانشگاه و جامعه به نحو احسن بهره برداری کنید و خودتان را برای پذیرش مسئولیتها و ایفای وظایف زندگی شغلی، خانوادگی، اجتماعی و فرهنگی آماده سازید . برای این که در سال جدید تحصیلی بهتر بتوانید سلامت خود را حفظ کنید و با موفقیت فعالیتهای تحصیلی خود ر انجام دهید توجه به امور زیر مفید و سودمند است.



تعیین هدف

برای زندگی خودتان به ویژه دوره تحصیل در دانشگاه هدف های واقعی و دست یافتنی تعیین کنید . سپس آنها را به هدف های جزئی تر برای هر سال و هر نیمسال تحصیلی تقسیم کنید. آنگاه در صدد پیدا کردن روشها ، راهکارهای عملی و تهیه وسایل و ابزار لازم برای تحقق این هدف ها باشید. داشتن هدف در زندگی و تحصیل در شما ایجاد امید و انگیزه می کند و شما را از سرگردانی، بلا تکلیفی و نگرانی نجات می دهد و باعث تلاش و کوشش و در نتیجه پیشرفت شما می گردد.



استفاده از تفکر و تعقل :

منظور از تفکر و تعقل در اینجا تمرکز بر روی امور و موضوعات مورد نظر، بررسی ابعاد و جنبه های گوناگون هر امر یا موضوع پیش بینی نتایج و پی آمدهای هر انتخاب، تصمیم گیری و اقدام است . چنانچه در هنگام انتخاب و تعیین هدف های زندگی و دوره تحصیلی و بررسی روش ها و راهکارهای رسیدن به این هدف ها ، تفکر و تعقل و تأمل صورت بگیرد، هدف های واقعی تر، دست یافتنی تر و روش ها و راهکارهای منطقی تر برای تحقق این اهداف انتخاب خواهد شد و احتمال شکست، ناکامی و نرسیدن به هدف ها و احساس پشیمانی نگرانی و استرس کمتر خواهد شد . علاوه بر این چنانچه در موقعیت های مختلف زندگی در هنگام نشان دادن احساسات، نحوه اقدام انتخاب اعمال و رفتار ، تفکر و تعقل بکار گرفته شود ، احساسات ، برخوردها، اعمال و رفتار منطقی تر و برای تحقق این اهداف انتخاب خواهد شد و احتمال شکست ناکامی و نرسیدن به هدف و احساس پشیمانی نگرانی و استرس کمتر خواهد شد . علاوه بر این چنانچه در موقعیت های مختلف زندگی در هنگام نشان دادن احساسات، نحوه اقدام، انتخاب اعمال و رفتار ، تفکر و تعقل بکار گرفته شود ، احساسات، برخوردها، اعمال و رفتار منطقی تر و ثمر بخش تری خواهید داشت و از زندگی موفق تر و شادتر و بلند تری برخوردار خواهید شد.



برنامه ریزی :

برای بهره برداری صحیح از استعدادها، قابلیت ها، توانمندی ها پرداختن به علایق و رغبت ها و استفاده از منابع امکاناتی که خانواده ، دانشگاه و جامعه در اختیار شما قرار می دهد و همچنین بهره برداری بهینه از اوقات خودتان و تحقق اهدافی که برای زندگی و تحصیل تعیین کرده اید، احتیاج به برنامه ریزی دقیق و عملی دارید .

لذا لازم است که برای دوره تحصیلی، هر سال تحصیلی، هر نیمسال، هر ماه، هر هفته و هر روز برنامه ریزی کنید . در این برنامه ریزی اوقاتی را به فعالیت های تحصیلی (رفتن به کلاس و آزمایشگاه و کار آموزی، مطالعه و انجام تکالیف و ...) فعالیت های غیر درسی (فعالیت های مذهبی، اجتماعی، فرهنگی، ورزشی، هنری و ...) خورد و خوراک، نظافت و بهداشت ، استراحت (خوابیدن، دراز کشیدن و ...) و تفریح و سرگرمی (تماشای تلویزیون، گردش در پارک، رفتن به سینما و ..) اختصاص دهید . داشتن کارایی متعدد و قصد انجام آنها در یک زمان (تهیه غذا و صرف آن ، نظافت، مطالعه، انجام تکالیف، رفتن به کلاس، سر زدن به یک دوست و عیادت از بیمار ، شرکت در فعالیت های تفریحی ، اجتماعی ، خانوادگی و فرهنگی و) استرس ایجاد می کند. آنها را به ترتیب اهمیت اولویت بندی کنید و در هر زمان یک کار را انجام بدهید تا آن را با موفقیت به پایان برده و از انجام دادن آن لذت ببرید.



توکل بر خدا :

داشتن رابطه صادقانه و خالصانه با خداوند دانا، توانا و مهربان و بخشنده باعث آرامش روان، اطمینان خاطر، افزایش نیرو و امید در زندگی می شود، در همه کارها به یاد او باشید ، بر او توکل کنید و از او یاری بخواهید . مطمئن باشید که او شما را در تمام کارهای خیر یاری می کند.



روابط با دیگران :

انسان موجودی اجتماعی است و از ابتدای زندگی با همنوعان خود (پدر و مادر، خواهر و برادر ، سرپرستان و ...) در ارتباط است و بسیاری از نیازهای او از طریق برقراری ارتباط و تعامل با دیگران برآورده می گردد. بنابراین انسان ناچار است با اعضای خانواده، اقوام، دوستان ، همسایگان ، همکلاسان و همکاران و غیره رابطه داشته باشد.

روابط با اعضای خانواده :

صمیمی ترین ، نزدیک ترین و بادوام ترین روابط انسان رابطه با اعضای خانواده است. معمولاً خانواده مهمترین منبع حمایت برای فرد می باشد . با پدر ، مادر ، خواهران، برادران، پدربزرگ و مادر بزرگ ها و سایر اقوام، همسر و فرزندان، مهربان و صمیمی، با ادب و خوش رفتار باشید. در صورت بروز اختلاف به سرعت در صدد برطرف کردن آن برآیید. پدر و مادر مهربان ترین و دلسوزترین افراد در زندگی شما هستند . اگر بخاطر تحصیل از آنها دور شده اید سعی کنید روابط نزدیک و صمیمی خودتان را با آنها حفظ کنید . خواه با آنها زندگی می کنید یا دور از آنها زندگی کنید ، در هر دو صورت آنها در جریان امور زندگی خود قرار دهید و در موارد لزوم از آنها استفاده کنید و از راهنمایی ها و حمایت های آنان بهره گیرید. اگر عقاید، افکار، نظرات، اخلاق، رفتار و اعمال آنان مورد قبول شما نیست از انتقاد، سرزنش و ملامت آنان خودداری و در تمام مواقع با آنها با ادب و احترام برخورد کنید .

روابط با استادان :

استادان شما با استفاده از گنجینه علم و تجارت خود می کوشند تا وسایل رشد و پیشرفت علیم و شخصیتی ما را فراهم سازند، اما ممکن است از لحاظ سنی، جنسی، اخلاقی و رفتاری با شما تفاوت داشته باشند. سعی کنید روابطی صمیمانه و محترمانه با آنها برقرار کنید و هر قدر می توانید از دانش و تجربیات علمی، فرهنگی و اجتماعی آنان استفاده نمایید. سعی کنید از وابستگی غیر منطقی به آنان خودداری نمایید.



روابط با کارکنان :

اکثر کارکنان و کارمندان دانشگاه افرادی محترم، شریف و زحمت کش هستند و سعی می کنند تا با ارائه خدمات خود جریان تحصیل را برای شما راحت تر و آسان تر سازند. در عین حال آنان از لحاظ سنی ، خصوصیات خلقی و رفتاری ، فرهنگی و احتمالاً جنسی با شما تفاوت دارند. سعی کنید این تفاوت ها را بپذیرید و با آنان با ادب و احترام و متانت برخورد کنید و از درگیری و بد رفتاری با ایشان خودداری نمایید.

روابط با دانشجویان :

شما در کلاس ها ، دانشگاه، غذاخوری، خوابگاه، کتابخانه، مکان های ورزشی، وسایل نقلیه و ... با سایر دانشجویان در ارتباط هستید. این افراد در خانواده ها ، مکان ها و موقعیت های مختلف رشد یافته اند و با شما و یکدیگر تفاوت های زیادی دارند . اگر بخواهید همه آنها مثل شما فکر کنند و عقیده، نظر و رأی شما را داشته باشند، چنین چیزی امکان ندارد. سعی کنید تفاوت های فردی را بپذیرید و با آنان روابطی صمیمانه، محترمانه، مؤدبانه توأم با مهربانی برقرار کنید . در هر موقعیت با هر کدام برخوردی منطقی و مناسب داشته باشید تا راحت تر و بدون استرس زندگی کنید .

روابط با افراد غیر همجنس :

در دانشگاه بر خلاف دبیرستان یا هنرستان با افراد غیر همجنس اعم از استاد ، کارمند و دانشجو سرو کار دارید . سعی کنید با همه آنها با ادب ، احترام و خوشرویی برخورد کنید . برقراری روابط نزدیک، خودمانی و صمیمانه با افراد غیر همجنس جز از طریق ازدواج و تشکیل خانواده به سود و صلاح شما نیست و ممکن است با آبرو، عزت، شرف و حرمت شما لطمه وارد کند. در صورتی که موقعیت مناسبی برای ازدواج پیش بیاید با تفکر ، تعقل و تأمل و مشورت با استادان مورد اعتماد و مشاوران و روانشناسان و با آگاهی و اطلاع خانواده به طور عاقلانه و محترمانه اقدام نمایید. از دلبستگی های شتابزده مبتنی بر هوس، هیجان و تمایلات زودگذر پرهیز کنید که نتیجه ای جز پشیمانی، احساس گناه، ناراحتی و استرس نخواهد داشت.

آگاهی از قوانین و مقررات آموزشی :

مسئولان دانشگاه می کوشند تا شما را از قوانین و مقررات آموزشی آگاه کنند و معمولاً جلساتی در این زمینه برگزار کنند . نشریاتی در این زمینه تهیه نمایند و در اختیار شما قرار دهند تا با مطالعه دقیق این نشریات ، مراجعه به استاد راهنما ، مدیر گروه ، اداره آموزش، معاونت آموزشی دانشگاه به آگاهی شما از قوانین و مقررات آموزشی و اقدام به موقع در امور تحصیلی کمک فراوانی می کند و از بوجود آمدن مشکلات ناشی از نا آگاهی مقررات آموزشی جلوگیری خواهد نمود .



بهداشت و سلامت جسمانی :

سلامتی بهترین نعمت خداوند است . سلامتی باعث سرزندگی ، شادابی، شوق و شور، جنبش و تکاپو، تلاش و کوشش و موفقیت و لذت بردن از زندگی است . مواظب سلامتی خود باشید و با رعایت اصول بهداشت و انجام اقدامات مناسب دیگر در حفظ سلامتی و تندرستی خودتان بکوشید و از به خطر افتادن آن جلوگیری کنید . روش های عمده حفظ سلامتی و تندرستی به قرار زیر است :

تغذیه مناسب و به موقع

رعایت نظافت و بهداشت

ورزش به طور منظم و مرتب

خواب و استراحت کافی

تفریحات و سرگرمی های سالم

کار و کوشش

داشتن روابط صحیح و سالم با دیگران

استفاده از تفکر و تعقل در هنگام بروز احساسات و برخورد با موقعیت های زندگی

خودداری و پرهیز از مصرف مواد مخدر و اعتیاد آور

مراجعه فوری به پزشک یا متخصصان دیگر در صورت بیمار شدن

امور مالی :

بی پولی ، تنگدستی و کمبود پول برای مخارج ضروری باعث نگرانی ، تشویش و استرس می شود. درآمد ماهیانه خودتان را که حاصل از درآمدهای شخصی ، دریافت از خانواده یا وام دانشجویی است برآورد کنید . مخارج خود را هم به ترتیب اهمیت اولویت بندی نمایید. آنگاه درآمدهای خود را عاقلانه بین مخارج ضروری (خوراک، پوشاک، مسکن، کتاب و لوازم تحصیلی ، کرایه رفت و آمد و تفریح) توزیع کنید. مقداری از آن را هم برای مخارج پیش بینی نشده (مثل درمان بیماری، خرید یک هدیه ، انجام مسافرت ضروری) پس انداز کنید . از ولخرجی و اسراف به خصوص در هفته های اول هر ماه خودداری کنید تا در اواخر ماه دچار

کمبود پول نگرديد . اگر خدای ناکرده دچار مشکل مالی شديد هر چه زودتر از خانواده و نزدیکان کمک بگیرید و در صورت شدت یافتن مشکل مالی و عدم امکان کمک گرفتن از خانواده و نزدیکان از منابع حمایتی موجود در دانشگاه مثل امور خدمات دانشجویی استمداد کنید تا سر حد امکان از دوستان، همکلاسان و هم اتاقی های خود در خوابگاه قرض نکنید .

خودتان را با خودتان مقایسه کنید :

در دانشگاه با افرادی روبرو می شوید که از لحاظ هوش ، استعداد ، معلومات، توانایی ، تناسب اندام و زیبایی ، مهارت های اجتماعی و وضعیت مالی وضعیت بهتر و برتری دارند یا به نظر شما در رشته تحصیلی بهتر تحصیل می کنند. شما باید این واقعیت ها را بپذیرید و خودتان را با آنها مقایسه نکنید چون این قبیل مقایسه کردن ها چیزی را تغییر نمی دهد جز اینکه شما را در رنج، عذاب و ناراحتی بکند . سعی کنید برای خودتان فعالیت هایی ترتیب دهید که در آنها موفق شوید و وضعیت خود را بهتر و با در نظر آوردن این موفقیت ها و مقایسه وضعیت کنونی خود با سابقه شادتر و امیدوارتر زندگی کنید.

داشتن نگرش خوش بینانه و تفکرات مثبت :

نسبت به زندگی و پدیده های آن خوش بین باشید. جنبه های مثبت زندگی (مثل سالم بودن، جوان بودن، پدر و مادر خوب داشتن و ...) همچنین موفقیت های خودتان (مثل قبول شدن در دانشگاه، داشتن وضعیت تحصیلی رضایت بخش و ...) را در نظر آورید و از منفی گرایی دوری کنید . خودتان را هر طور که هستید بپذیرید و دوباره خود افکار منفی نداشته باشید. چون منفی گرایی باعث غم و اندوه، حسادت، اضطراب، نومیدی می گردد و شما را از تلاش و کوشش ، فعالیت و داشتن زندگی سالم، شاد و با نشاط باز می دارد .



کنترل خشم و عصبانیت و داشتن بخشش و گذشت :

در کلاس درس، دانشگاه، خوابگاه، غذاخوری، سالن ورزش و ... ممکن است با افرادی برخورد کنید که با افکار، نظرات، سلیقه و خواسته های شما موافق نباشند یا در برخی از موارد با شما رفتار درستی نداشته باشند و گاهی اوقات بین شما و آنها درگیری و برخورد رخ دهد. در چنین مواقعی به سود شماست که به طور سازنده و با ابتکار خشم و عصبانیت خود را کنترل کنید و از داد و فریاد و دشنام دادن و زد و خورد خودداری نمایید. در این قبیل موارد بخشایش و گذشت از زورآزمایی، تلافی کردن، انتقام جویی، کینه توزی و قهر کردن مفیدتر است.

البته این بدان معنی نیست که خفت، خواری، ذلت، بی حرمتی و توهین را بپذیرید و از حقوق مشروع و قانونی خود صرفنظر کنید. مهم این است که از درگیری، کشمکش، بدرفتاری و نزاع با دیگران خودداری نمایید و با صبر و حوصله و متانت از حق خود دفاع کنید و از پایمال شدن آن جلوگیری نمایید.

شادی و خنده :

خنده یکی از بزرگترین نیروبخش های زندگی است. یک خنده خوب و به جا تغییراتی شگرف در جسم و روح ایجاد می کند و موجب احساس بهتر و نیروی بیشتر برای انجام هر کاری می شود. گفتن و شنیدن لطیفه های شیرین و مؤدبانه، خواندن مطالب فکاهی و

تماشای فیلم های کمدی از راه های خنده کردن است . شوخی کردن هم یکی از روش های خنداندن و خندیدن است اما نباید به دست انداختن و مسخره کردن بکشد. شوخی های رکیک هم مجاز نیست . اگر دوست ندارید با شما شوخی کنند با کسی شوخی نکنید و با متانت و قاطعیت به دیگران بگویید از شوخی کردن خوشتان نمی آید و از آنها بخواهید که با شما شوخی نکنند .

درستکاری و صداقت :

در کارهایتان با دیگران صدق و درستکار باشید. هر گاه توانایی انجام کاری را ندارید ویا با تقاضا و درخواستی که از شما می شود موافق نیستید با ملایمت و متانت و صراحت و روشنی و بدون رودرباستی « نه » بگویید. یادگرفتن گفتن « نه » و عادت پذیرفتن « نه » از بسیاری از تأسف ها، پشیمانی ها، رنجش ها که باعث ایجاد نگرانی، احساس گناه و استرس است جلوگیری می کنید .

استفاد از دیگران :

هر گاه نمی توانید به خواسته های خود برسید یا اوضاع و احوال بر طبق دلخواه شما نیست و دچار رنج و عذاب شده اید، در هر موقع قادر به حل مشکلاتتان نباشید و قدرت تحمل آنها را نداشته باشید و از اشخاص خبره و مجرب از جمله روانشناسان، مشاوران و مددکارانی که در مرکز خدمات مشاوره ای دانشگاه آماده کمک کردن به شما هستند یاری بطلبید .

آیین نامه آموزشی

- ۱- دوره کارشناسی پیوسته: دوره تحصیلی است که پس از دوره متوسطه آغاز می شود دانشجویان گذراندن ۱۳۰ تا ۱۴۰ واحد درسی طبق برنامه درسی مصوب، به دریافت مدرک کارشناسی نائل می شود.
- ۲- آموزش مبتنی بر نظام واحدی است.
- ۳- واحد درسی: میزان درسی است که مفاد آن برای هر واحد به صورت نظری ۱۶ ساعت ، آزمایشگاهی ۳۲ ساعت ، کارگاهی ۴۸ ساعت ، کارورزی ۶۴ ساعت در طول یک نیم سال تحصیلی برنامه مصوب ارائه می شود.
- ۴- درس جبرانی: درسی است که به تشخیص گروه آموزشی، گذراندن آن برای رفع کمبود دانش یا مهارت دانشجو در آغاز یا طی دوره تحصیلی ضروری است.
- ۵- هر سال تحصیلی مرکب از دو نیم سال تحصیلی است که هر نیمسال شامل ۱۶ هفته آموزشی و دو هفته امتحانات پایانی است.
- ۶- دانشجو در هر نیمسال تحصیلی می تواند حد اقل ۱۴ و حد اکثر ۲۰ واحد درسی انتخاب کند.
- ۷- اگر معدل دانشجویی در یک نیمسال حد اقل ۱۷ باشد، در نیمسال بعد میتواند حد اکثر تا ۲۴ واحد درسی انتخاب نماید.
- ۸- چگونگی و ترتیب ارائه دروس با رعایت پیش نیاز دروس طبق برنامه درسی مصوب بر عهده گروه های آموزشی پردیس های دانشگاهی است.
- ۹- تعداد واحد های جبرانی برای رشته های غیر مرتبط در دوره های کارشناسی پیوسته حداکثر ۱۰ واحد می باشد که نمره دروس جبرانی در معدل نیمسال و کل محاسبه می شود.
- ۱۰- حداکثر مدت مجاز تحصیل در دوره کارشناسی پیوسته پنج سال است.
- ۱۱- حضور دانشجو در تمام جلسات درس الزامی است(اگر دانشجو در درسی بیش از ۳ جلسه از ۱۶ جلسه و یا در جلسه امتحانی پایان نیم سال غیبت داشته باشد آن درس حذف می گردد).

- ۱۲- ارزیابی پیشرفت تحصیلی دانشجو در هر درس بر اساس حضور، فعالیت در کلاس، انجام تکالیف آموزشی و پژوهشی، نتایج امتحانات میان نیمسال و پایان نیمسال انجام می گیرد.
- ۱۳- مرجع ارزیابی دانشجو در هر درس، مدرس آن درس است.
- ۱۴- برگزاری امتحان پایان نیمسال برای هر درس نظری، الزامی است.
- ۱۵- حداقل نمره قبولی در هر درس ۱۰ است و معدل نمرات دانشجو در هر نیمسال تحصیلی نباید کمتر از ۱۲ باشد.
- ۱۶- دانشجویی که در یک یا چند درس نمره قبولی کسب نکند، چنانچه در نیمسال بعدی دروس فوق را با حداقل نمره ۱۴ بگذراند نمره قبلی از کارنامه دانشجو حذف می گردد و در معدل نیمسال فوق و کل محاسبه نخواهد شد.
- ۱۷- دانشجویان مشمول تحصیل رایگان در صورت عدم کسب نمره قبولی در هر درس یا حذف درس، برای اخذ مجدد آن درس موظف به پرداخت هزینه مطابق تعرفه مصوب هستند.
- ۱۸- چنانچه معدل نمرات هر نیمسال کمتر از ۱۲ باشد، دانشجو در آن نیم سال مشروط تلقی می شود و دانشجوی مشروط در نیمسال بعد حق انتخاب بیش از ۱۴ واحد درسی را ندارد.
- ۱۹- حداکثر نیمسال مشروطی مجاز در دوره کارشناسی پیوسته سه نیمسال است که در این صورت، دانشجو از تحصیل محروم می شود.
- ۲۰- دانشجو می تواند در دوره کارشناسی پیوسته دو نیمسال از مرخصی استفاده نماید.
- ۲۱- عدم ثبت نام (انتخاب واحد) دانشجو در هر نیمسال تحصیلی بدون کسب اجازه، انصراف از تحصیل محسوب می شود.
- ۲۲- به دانشجویی که کلیه واحد های درسی دوره تحصیلی را با میانگین حداقل ۱۲ گذرانده باشد مدرک تحصیلی دانش آموختگی ارائه می شود.

مقررات انضباطی و خوابگاهی

- دانشجویان عزیز با توجه به این که زندگی در یک محیط اجتماعی نظیر خوابگاه نیاز به رعایت مقررات دارد. لذا توجه شما را به نکات ذیل و رعایت دقیق آن ها جلب می نمایم.
- ۱ - رعایت شئون اسلامی، عمل به فرائض دینی و قوانین جمهوری اسلامی الزامی است.
 - ۲ - شرکت دانشجویان در نماز جماعت و مراسم های ویژه مذهبی خوابگاه الزامی است.
 - ۳ - رعایت ادب و احترام متقابل دانشجویان، مدرسین و مسئولین دانشگاه الزامی است.
 - ۴ - ایجاد هر گونه مزاحمت که سبب سلب آسایش در خوابگاه گردد، ممنوع است.
 - ۵ - دانشجو موظف است ۱۵ دقیقه قبل از ساعت مقرر که از طریق سرپرستی خوابگاه ها اعلام می گردد در خوابگاه حضور داشته باشد و از تاخیر در ورود به خوابگاه پرهیز نماید.
- تذکر: تاخیرهای مکرر، مطابق آئین نامه خوابگاه ها منجر به محرومیت از خوابگاه ، گزارش به کمیته انضباطی و درج در پرونده خواهد شد.
- ۶ - دانشجو موظف است در هنگام ورود به خوابگاه، کارت خود را به نگهبانی ارائه نماید در غیر این صورت از ورود ایشان به خوابگاه ممانعت به عمل خواهد آمد.
 - ۷ - دانشجو موظف است راس ساعت مقرر که مسئولین حضور و غیاب به درب اتاق مراجعه می نمایند در اتاق حضور داشته باشد در صورت عدم حضور، برای دانشجو غیبت غیر موجه ثبت می گردد.
 - ۸ - اتاق یا خوابگاه دانشجویان در طول تحصیل بنا به ضرورت و مصلحت ممکن است تغییر یابد دانشجویان موظفند در مکانی که برای آنان تعیین می گردد اقامت نمایند.
 - ۹ - واگذاری ، تعویض و جابجایی اموال در اختیار خود به دیگر دانشجویان خوابگاهی ، فقط با کسب موافقت از واحد سرپرستی خوابگاه صورت می پذیرد.
 - ۱۰ - حفظ اموال شخصی و اموالی که تحویل دانشجویان داده شده است به عهده شخص یا اشخاص تحویل گیرنده خواهد بود و در صورت خسارت به اتاق و یا کسر لوازم، مطابق مقررات رفتار خواهد شد.

- ۱۱ - همه دانشجویان مستقر در خوابگاه ملزم به رعایت نظافت و بهداشت فردی و اجتماعی می باشند هر روز از اتاق ها بازدید به عمل آمده و ارزشیابی آنان ثبت خواهد شد.
- ۱۲ - ورود میهمان به داخل خوابگاه ممنوع است مگر در موارد خاص (پدر ، برادر) که پس از احراز هویت و تکمیل فرم ویژه میهمان و موافقت مسئولین مربوطه، در صورت داشتن امکانات موجود در پردیس و مرکز میسر خواهد بود.
- ۱۳ - استفاده از وسایل برقی و گازی از قبیل هیتر ، کتری برقی ، گاز پیک نیک و ... ممنوع است و دانشجویان حق طبخ غذا در اتاق را ندارند.
- ۱۴ - دانشجو موظف است از کلیه وسایل اتاق و خوابگاه نگهداری نماید و در صورت صدمه به اموال خوابگاه علاوه بر اخطار کتبی و درج در پرونده، ملزم به پرداخت خسارت نیز می باشد.
- ۱۵ - دانشجو موظف است از وسایل شخصی خود نگهداری نماید و از آوردن وسایل گرانبها به خوابگاه جدا خودداری نماید مسئولین خوابگاه هیچگونه مسئولیتی در قبال وسایل شخصی دانشجویان ندارد.
- ۱۶ - دانشجو موظف است کلیه مقررات خوابگاه را رعایت نماید و از ایجاد هر گونه بی نظمی خودداری کند.
- ۱۷ - دانشجو موظف است در هنگام انصراف از خوابگاه انصراف خود را به صورت کتبی به سرپرست خوابگاه ها اعلام نماید و در ضمن تسویه حساب با خوابگاه و پردیس ، وسایل خود را خارج نماید.
- ۱۸ - دانشجویان باید پیوسته مزین به سادگی و آراستگی با رعایت موازین شرعی و اسلامی در پوشش ظاهر در داخل و خارج از محیط دانشگاه باشند.
- ۱۹ - دخالت دانشجویان در امور فنی ، خدماتی و تاسیساتی خوابگاهها ممنوع می باشد.
- ۲۰ - نصب هرگونه پوستر ، اعلامیه ، اطلاعیه و... در فضای خوابگاه بدون داشتن مجوز از سرپرستی خوابگاه ممنوع می باشد.
- ۲۱ - دانشجو ملزم به رعایت کلیه قوانین و امور محوله از طرف دانشگاه می باشد

همکاری با نهاد نمایندگی مقام معظم رهبری در دانشگاه ها

نهاد نمایندگی مقام معظم رهبری در دانشگاهها حسب عنایت و دستور حضرت آیت الله خامنه ای (مدظله العالی) با هدفی متعالی و در راستای ایجاد دانشگاه مؤمن و متعبد به هدایت الهی و در راستای تبیین ارزشهای اسلامی و تعمیق آگاهیهای دینی و اعتقادی دانشجویان و دانشگاهیان و بر اساس مصوبه نهایی اسفندماه سال ۱۳۷۲ شورای عالی انقلاب فرهنگی مبنی بر ایجاد سازمانی جدید برای تحقق منویات معظم له، بر اساس اهداف و وظایف معین تشکیل گردید که در کلیه دانشگاهها و مراکز آموزش عالی به انجام وظایف مصرح در اساسنامه می پردازد.

نهاد نمایندگی مقام معظم رهبری در دانشگاهها در جهت نیل به این اهداف، دو اصل مهم و اساسی را فراروی خود قرار داده است:

- ۱- تأکید و تلاش جدی بر حرکت های زیربنایی و عمیق فرهنگی در راستای رشد و توسعه اندیشه ها و آگاهی های دینی و اسلامی دانشجویان و دانشگاهیان.
- ۲- ایجاد و تقویت روحیه تحرک و مشارکت فعال دانشجویان و دانشگاهیان در عرصه فعالیت های سیاسی، اجتماعی و فرهنگی در سطح جامعه و دانشگاهها.

بر همین اساس، دفتر نهاد نمایندگی مقام معظم رهبری در دانشگاه فرهنگیان همدان با اهتمام و جدیت تمام نسبت به برنامه ریزی و ایجاد هماهنگی و ارتباط با نهادها و تشکلهای دانشجویی اقدام نموده و در جهت ایجاد ارتباط با اساتید و نیروهای فرهنگی و مذهبی دانشگاه گامهایی برداشته که انشاءالله مفید و مؤثر بوده باشد. تشکلهای تحت نظر نهاد شامل هیئت دانشجویی منتظران ظهور، ستاد اقامه ی نماز، کانون ازدواج و کانون خط امام (ره) است که برای عضویت می توانید به دفتر نهاد مراجعه نمایید.

این دفتر جهت رسیدن به اهداف یاد شده، دست یاری به سوی شما عزیزان دراز کرده و از شما دانشجویان ارجمند طلب یاری می کند. شماره مستقیم این دفتر جهت ارتباط شما عزیزان: ۳۴۲۲۵۳۴۸ می باشد.

کارشناسی فرهنگی و اجتماعی پردیس

کارشناس مسئول برنامه ریزی فرهنگی و اجتماعی (ساختمان ابن سینا) - آقای نظری
کارشناس برنامه ریزی فرهنگی و اجتماعی - آقای اسدبیگی

امور فرهنگی و هنری پردیس با پرداختن به تمامی ابعاد معرفتی، علمی و هنری در ساحت های ۶ گانه ی راهبرد فرهنگی دانشگاه تحت عنوان : ساحت تربیت اعتقادی و اخلاقی، ساحت تربیت زیستی و بدنی ، ساحت تربیت زیبایی شناختی و هنری، ساحت تربیت اجتماعی و سیاسی، ساحت تربیت اقتصاد حرفه ای و انجمن های علمی و فناوری در حال انجام رسالت خطیر خود برای استادان ، همکاران و دانشجویان بوده و همواره مورد توجه مسئولان و به ویژه ریاست محترم پردیس قرار داشته است.

این کارشناسی، فعالیت های متنوعی را دو قالب فرهنگی و اجتماعی برنامه ریزی نموده و به انجام می رساند. **فعالیت های شاخص در بخش فرهنگی : ۱- کلاس های فوق برنامه (۳ ساعت فرهنگی)** که در **بعدازظهر روزهای یکشنبه ی هر هفته** در قالب فعالیت های تشکل ها، انجمن های علمی و کانون های فرهنگی دانشجویی، از قبیل: کلاس های نقاشی- طراحی- خوشنویسی- تئاتر - برگزاری شب شعر، تفسیر قرآن و نهج البلاغه - مداحی- کلاس های آموزشی نرم افزار تخصصی (نرم افزار های مورد نیاز دانشجویان)- مهارت های ICDL - هنرهای آوایی(سرود)- کلاس هلال احمر- کلاس مکالمه ی زبان انگلیسی و فعالیت های دیگری مانند: نمایش فیلم- برگزاری مسابقات، اردوها، همایش ها و نمایشگاه های فرهنگی و هنری- برگزاری نشست ها، جشن ها و مناسبت های مختلف سال. **۲- جشنواره ی فرهنگی و اجتماعی** که یکی از مهم ترین و بزرگ ترین رویدادهای فرهنگی دانشجویی است و در ۴ بخش کلی قرآن و عترت- هنری، ادبی، علمی فناوری - گروهی و فعالیت های اجتماعی در ۵۲ رشته و در **مراحل پردیس(استانی)-منطقه ای-کشوری و ملی**، از نیمه ی دوم سال شروع و تا پاییز سال آینده ادامه دارد.

***فعالیت های شاخص در بخش اجتماعی:** شامل عضویت و فعالیت در کانون های فرهنگی، انجمن های علمی تخصصی، تشکل های سیاسی (بسیج دانشجویی، جامعه ی اسلامی و انجمن اسلامی) نشریات و هیئت دانشجویی .

*** سجفا (سامانه ی جامع فعالیت های فرهنگی) :** براساس اعلام سازمان مرکزی، تمامی دانشجویان محترم می بایست حتماً برای انجام و ثبت فعالیت های مختلف فرهنگی و اجتماعی در سامانه ی سجفا به نشانی: Sajfa.cfu.ac.ir عضو شوند تا در نهایت بتوانند با دریافت کارنامه ی فرهنگی پس از دانش آموختگی، از مزایای مختلف این فعالیت ها استفاده کنند. مسئولیت عدم ثبت نام ، به عهده ی خود دانشجویان می باشد.

*** کانال تعالی فرهنگ (معاونت فرهنگی و دانشجویی سازمان مرکزی) :** به نشانی <https://t.me/taalifarhang> ، برای اطلاع یافتن از اخبار، اطلاعیه ها، مسابقات، همایش ها و ...

نشانی رایانامه کارشناسی فرهنگی پردیس برای دریافت نظرات ، پیشنهادات و انتقادات سازنده شما مخاطبان ارجمند :

psmh.farhangi@chmail.ir

نشانی پورتال دبیرخانه جشنواره مسابقات فرهنگی برای کسب اطلاعات بیشتر:

jashnvareh.cfu.ac.ir

تشکل بسیج دانشجویی

بسیج دانشجویی پردیس نیز باتوکل بر خداوند تعالی و استعانت از او و براساس بخشنامه های ابلاغی از جانب سازمان بسیج دانشجویی استان ، با هدف جذب دانشجویان عزیز و فعالیت آنان در تمام عرصه های مورد علاقه ی ایشان اقدام به تشکیل واحدها و کانون های زیر نموده و از تمامی شما دانشجویان گرامی صمیمانه دعوت می شود؛ با ثبت نام خود در بسیج دانشجویی، فعالیت مؤثر داشته باشید:

واحدهای : پشتیبانی-آموزش- نیروی انسانی - تشکیلات - برنامه ریزی ومالی - فرهنگی - علمی - سیاسی - تربیت بدنی - فضای مجازی و سایبری
کانون ها : قرآن وعترت - نشر ارزش های دفاع مقدس - نشریات - جهادسازندگی - مطالعات فکری ،فرهنگی ،سیاسی می توانند به این کانون در ساختمان ابن سینا مراجعه نمایند.



کاش می شد همی با ساز کرد

با نویش ختده از دل باز کرد

کاش می شد از ازل تا به ابد

شاد بود و شاد دید و شاد کرد



منتظر پیشنهادات شما هستیم

کانال اطلاع رسانی پردیس شهید مقصودی:

لینک : <https://t.me/psmhcfu>

آیدی: @psmhcfu