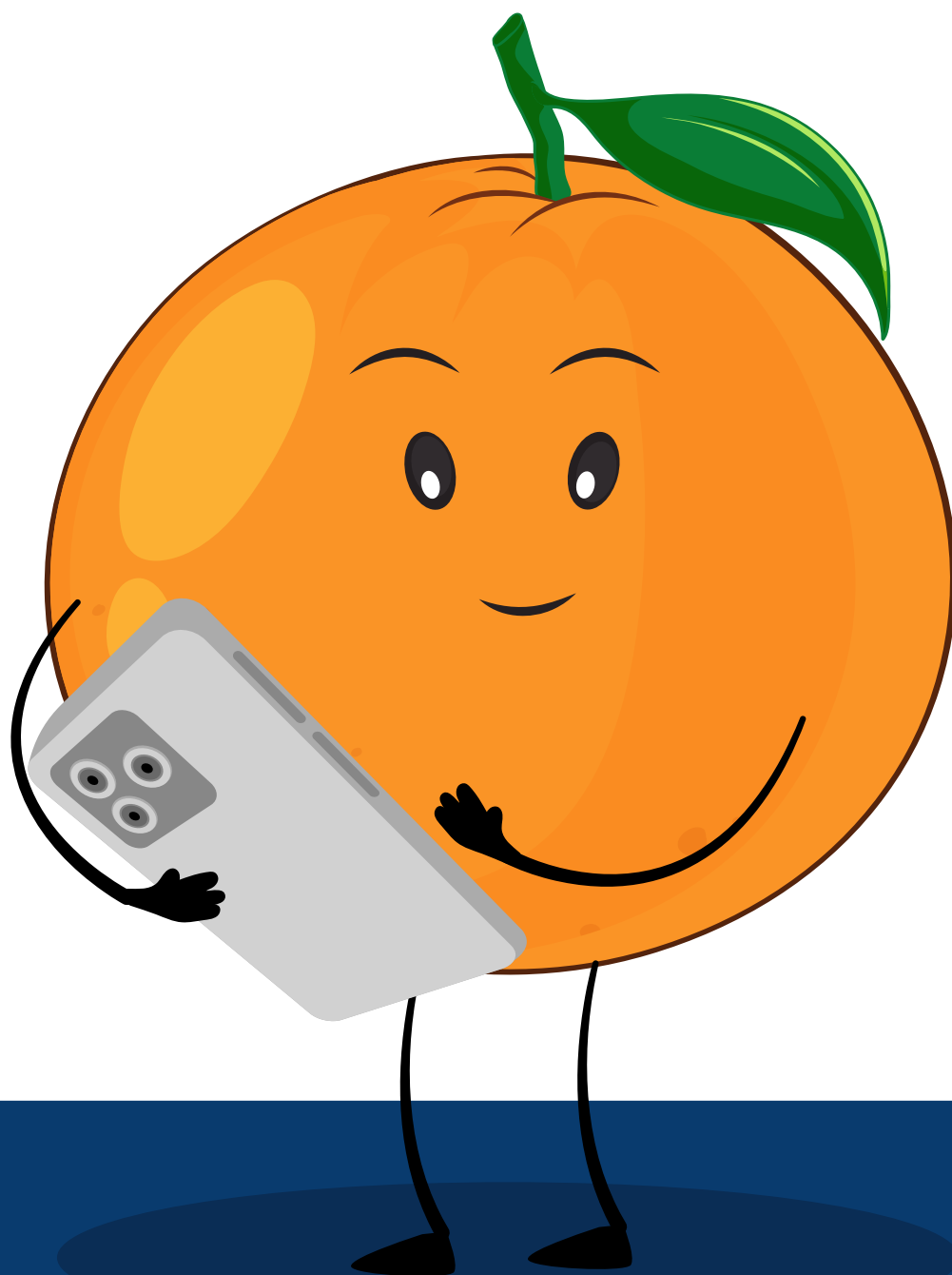


راهنمای جامع استفاده از اپلیکیشن نارنگی

همهٔ چیزی که برای یادگیری و مرور هوشمند لازم دارید.



این راهنما چه کمکی به شما می‌کند؟

در این راهنما یاد می‌گیرید:

- چطور از لحظه نصب اپلیکیشن تا اولین مرور جدی، قدم به قدم پیش بروید.
- فلش‌کارت و لایتنر دقیقاً چه هستند و چطور به قبولی و یادگیری کمک می‌کنند.
- هر بخش اپ نارنگی مثل خانه، دسته‌بندی‌ها، فلش‌کارت‌های من، لایتنر، رایگان‌ها، تیکت و... چه کاری انجام می‌دهد.
- در صورت بروز خطا، یا اشتباه در استفاده، چه کار باید بکنید.
- اگر داوطلب کنکور یا دانشجو هستید، سناریوی پیشنهادی استفاده‌تان چیست.

شروع سریع در ۵ قدم

نصب و ورود

به صفحه رسمی نارنگی در سایت روان‌آموز بروید.

«نارنگی دوباره برگشته است؛ با طراحی تازه، محتوای بازنویسی‌شده و قابلیت‌های هوشمندتر.»
این بازگشت صرفاً یک بروزرسانی نیست؛ بلکه بازآفرینی کامل است. تمامی محتوا و فلش‌کارت‌های گذشته توسط تیم متخصص تألیف روان‌آموز بازنویسی و بازبینی شده و اپلیکیشن نیز از نو طراحی و بازنمایی شده است تا با جدیدترین متدهای یادگیری، بهترین همراه شما در سال سرنوشت‌ساز کنکور باشد و مرور را به فعالیتی شیرین، سریع و مؤثر تبدیل کند.

دانلود اپلیکیشن نارنگی (نسخه اندروید)

ورود به نسخه وب اپلیکیشن نارنگی
(نسخه iOS و ویندوز)

اگر اندروید دارید:

فایل اپلیکیشن را دانلود و نصب کنید.

اگر آی‌اواس یا ویندوز دارید:

از نسخه وب اپلیکیشن استفاده کنید و آن را به صفحه خانه موبایل یا مرورگر اضافه کنید.

اپلیکیشن را باز کنید، روی پروفایل بزنید، شماره همراه خود را ثبت کرده و کد پیامکی را وارد کنید.



Allow narengi to send you notifications?

ALLOW

DON'T ALLOW

حتماً اعلان‌ها (Notification) را روشن بگذارید تا از به‌روزرسانی‌ها و یادآوری‌ها جا نمانید.

انتخاب یک درس و مطالعه چند فلش‌کارت آماده

- در صفحه اصلی وارد دسته‌بندی شوید.
- یک درس مثلاً روان‌شناسی رشد را انتخاب کنید.
- فایل نمونه را از بخش رایگان در منوی اپلیکیشن دانلود کنید و چند فلش‌کارت اول را ببینید.
- در صورت تمایل فلش‌کارت‌ها را تهیه کنید.

افزودن کارت‌های مهم به لایتنر

اگر اشتراک را هم تهیه کرده‌اید روی کارت‌هایی که برایتان مهم‌تر، سخت‌تر یا پرتکرارند، دکمه افزودن به لایتنر را بزنید.

این کارت‌ها وارد جعبه مرور می‌شوند و در روزهای بعد برمی‌گردند.

مرور روزانه

فردا وارد بخش لایتنر شوید و کارت‌هایی را که نوبت مرورشان رسیده، ببینید. اگر بلد بودید، با زدن گزینه بلد هستم، آن‌ها را به جعبه بعد بفرستید؛ اگر بلد نبودید، با لمس گزینه بلد نیستم آن‌ها را دوباره به جعبه اول برگردانید. هر روز ۱۰ تا ۳۰ دقیقه برای مرور کارت‌های لایتنر وقت بگذارید.

ساخت اولین فلش‌کارت شخصی

به **پروفایل** < **فلش‌کارت‌های من** < **تب ساخته شده** بروید.

یک دسته بسازید. مثلاً نکات سخت آمار.

روی **+** بزنید، پس از انتخاب پک، یک سؤال و یک پاسخ کوتاه بنویسید و ذخیره کنید. اگر این کارت برایتان مهم است، آن را هم به لایتنر اضافه کنید. اگر همین ۵ قدم را انجام دهید، عملاً با هسته اصلی نارنگی آشنا شده‌اید. در ادامه، تمام جزئیات را دقیق‌تر می‌خوانید.

مفاهیم پایه: فلش‌کارت و لایتنر

فلش‌کارت چیست و چرا برای یادگیری ضروری است؟

فلش‌کارت یک کارت کوچک است:

یک طرف آن سؤال، اصطلاح، مثال یا کلیدواژه قرار دارد؛ طرف دیگر آن پاسخ کوتاه، دقیق و روشن نوشته شده است.

هر بار که قبل از دیدن پاسخ، سعی می‌کنید جواب را از حافظه بیرون بکشید، مغز شما در حال بازیابی فعال است. این همان چیزی است که باعث می‌شود مطالب از حافظه کوتاه‌مدت به حافظه بلندمدت منتقل شوند.

فلش‌کارت کمک می‌کند:

- یادگیری تان فعال باشد، نه صرفاً حفظ طوطی‌وار.
- مطالب مهم به واحدهای کوچک و قابل مرور تبدیل شوند.
- در هر زمان و هر مکان مثلاً اتوبوس، صف، بین کلاس‌ها و ... امکان مرور داشته باشید.

- رتبه‌های برتر و دانشجویان حرفه‌ای تقریباً همیشه از فلش کارت استفاده می‌کنند.

چرا نارنگی؟

نارنگی اپلیکیشنی است که سه چیز را برایتان یک‌جا فراهم می‌کند:

فلش کارت‌های آماده و استاندارد

بر اساس کتاب‌های جامع و منابع معتبر کنکور روان‌شناسی.

امکان ساخت فلش کارت شخصی

مخصوص نکاتی که برای شما سخت‌تر، مهم‌تر یا ویژه‌تر هستند.

جعبه مرور لایت‌ر

تا نکات مهم با فاصله زمانی درست مرور شوند و در حافظه بلندمدت بمانند.

مزیت نارنگی نسبت به کار با فلش کارت کاغذی:

- همه چیز منظم و همیشه همراه شماست.
- به راحتی می‌توانید فلش کارت بسازید، ویرایش کنید، حذف کنید و به لایت‌ر اضافه کنید.
- لازم نیست بسته‌های حجیم کاغذی همراه داشته باشید.

لایت‌ر چیست؟

لایت‌ر یک سیستم مرور زمان‌بندی شده است که بر اساس منحنی فراموشی ابینگ‌هاوس طراحی شده؛ ایده‌اش این است:

اگر یک مطلب را درست در زمانی که در حال فراموش شدن است مرور کنید، احتمال ماندگاری آن در حافظه بلندمدت بسیار بیشتر می‌شود.

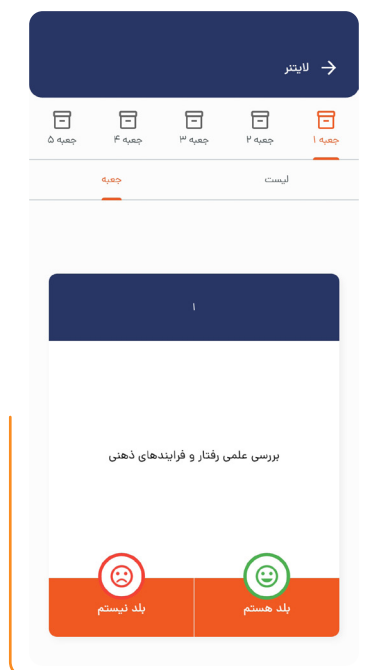
در مدل کلاسیک لایت‌ر:

۱. کارت‌های مهم را وارد لایت‌ر می‌کنید؛



۲. کارت‌ها در ۵ جعبه با فاصله مرور متفاوت حرکت می‌کنند؛

۳. کارت‌ها از جعبه اول شروع می‌شوند.



۴. هر بار که پاسخ کارت را بلد باشید، به جعبه بعدی می‌رود و فاصله مرورش بیشتر می‌شود.

۵. اگر بلد نباشید، به جعبه اول برمی‌گردد تا زودتر مرور شود.

۶. وقتی کارت به جعبه آخر برسد، معمولاً آن مطلب در حافظه بلندمدت تثبیت شده است.

۷. کارت‌هایی که مدام به جعبه اول برمی‌گردند، همان نکات چالشی و سخت شما هستند.

در نارنگی، شما به صورت دیجیتال همین منطق را پیاده می‌کنید؛ کارت‌ها را به لایتر

اضافه می‌کنید و طبق نوبت مرورشان به آن‌ها سر می‌زنید.

فاصله‌ها و منطق کلی:

جعبه	چه نقشی دارد؟	هر کارت چند روز یک‌بار مرور می‌شود؟	فواصل مرور
جعبه ۱	یادگیری تازه کارت‌های جدید	هر روز	روز ۱، ۲، ۳، ۴، ...
جعبه ۲	نیمه بلدها	هر ۲ روز یک‌بار	روز ۲، ۴، ۶، ۸، ...
جعبه ۳	در حال تثبیت	هر ۴ روز یک‌بار	روز ۴، ۸، ۱۲، ۱۶، ...
جعبه ۴	تقریباً تثبیت شده	هر ۸ روز یک‌بار	روز ۸، ۱۶، ۲۴، ...
جعبه ۵	تثبیت نهایی و انتقال به حافظه بلندمدت	هر ۱۶ روز یک‌بار	روز ۱۶، ۳۲، ...

در هر جعبه، کارت‌ها در واقع در نوبت‌های مختلف قرار می‌گیرند؛ یعنی کارت‌هایی که امروز وارد جعبه سوم می‌شوند، ۴ روز بعد نوبتشان می‌رسد، کارت‌هایی که فردا وارد

می‌شوند، ۴ روز بعد فردا.

در لایتنر فیزیکی روی کارت تاریخ ورود یا تاریخ مرور بعدی را می‌نویسند و با کاغذ رنگی دسته‌ها را جدا می‌کنند.

در نارنگی:

- کارت‌ها به ترتیب زمان ورود در هر جعبه قرار می‌گیرند؛
- شما باید بدانید امروز تا کجای کارت‌های این جعبه نوبت مرور دارند و بقیه را برای روزهای بعد بگذارید.

برای این که لایتنر خفه نشود:

- هر روز تعداد محدودی کارت جدید مثلاً ۱۰ تا ۲۰ کارت وارد لایتنر کنید؛
- اولویت همیشه این است:
- مرور کارت‌های نوبت دار ◀ مهم‌تر از اضافه کردن کارت جدید
- روزانه حداقل ۱۵ تا ۳۰ دقیقه برای مرور فلش کارت‌ها وقت بگذارید.

هر روز:

- ۵ تا ۱۰ دقیقه فلش کارت‌های آماده جدید بخوانید.
- ۱۰ تا ۲۰ دقیقه کارت‌های لایتنر را مرور کنید.
- اگر نکته‌ای سخت بود یا اشتباه تکراری داشتید، برایش یک فلش کارت شخصی بسازید.

ساختار اپلیکیشن نارنگی

صفحه اصلی و دسته‌بندی‌ها

در صفحه اصلی، یک کاروسل دسته‌بندی‌ها می‌بینید. از منوی پایین صفحه نیز می‌توانید وارد بخش دسته‌بندی شوید.

در این بخش

فلش کارت‌ها بر اساس دروس ارشد و دکتری روان‌شناسی دسته‌بندی شده‌اند. با انتخاب هر درس، وارد کارت‌های همان درس می‌شوید و می‌توانید آن‌ها را به ترتیب ببینید.

جست‌وجو

نوار جست‌وجو برای پیدا کردن نام درس یا دسته است؛ مثلاً جست‌وجوی درس کودکان استثنایی. جست‌وجوی مستقیم داخل متن تک‌تک فلش کارت‌ها انجام نمی‌شود؛ کارت‌ها برای حفظ منطق یادگیری باید به ترتیب مطالعه شوند.

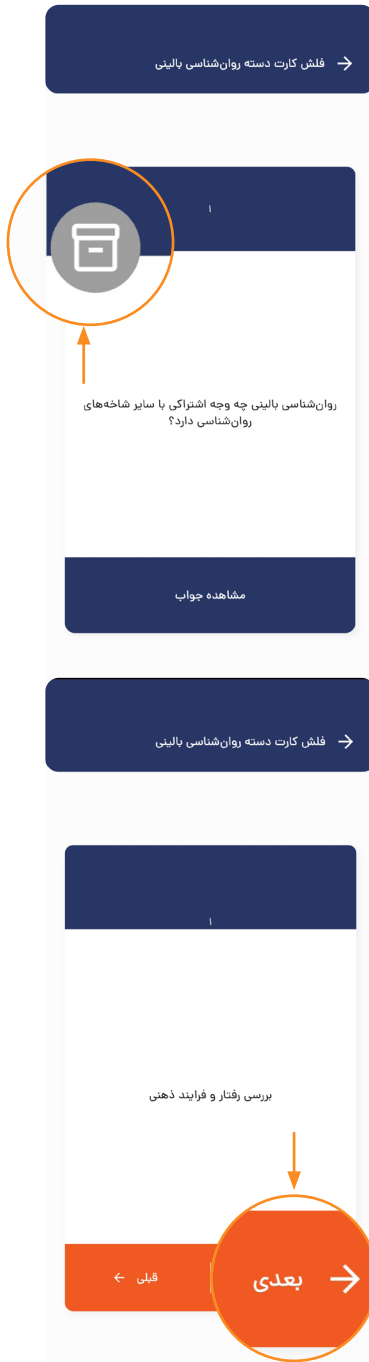


نمایش و استفاده از فلش کارت‌ها

هر فلش کارت دو نما دارد:

نمای سؤال

سؤال یا عبارت اصلی را می‌بینید. دکمه افزودن به لایتنر روی همین نماست.



نمای پاسخ

پس از لمس روی کارت، پاسخ نمایش داده می‌شود. دکمه‌های قبلی و بعدی برای حرکت بین کارت‌ها هستند.



ذخیره محل آخرین کارت خوانده‌شده

برای اینکه روز بعد از همان کارت ادامه دهید:

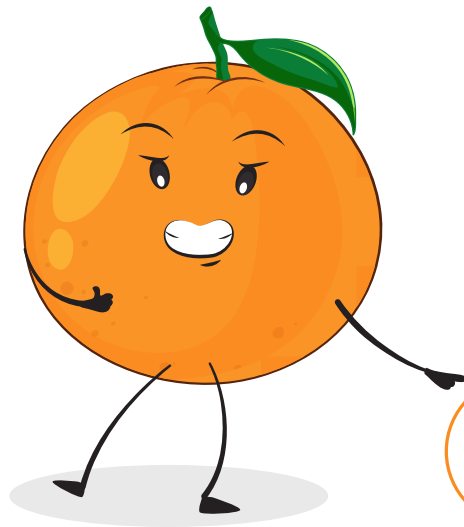
- قبل از خروج از صفحه فلش کارت، یک بار روی بعدی یا قبلی بزنید؛
- سپس گزینه خروج و به یادماندن را انتخاب کنید؛
- نارنگی همان کارت را به عنوان آخرین کارت خوانده‌شده ذخیره می‌کند.

روز بعد که وارد همان بسته شوید، مطالعه از همان نقطه ادامه پیدا می‌کند.

خرید فلش کارت‌ها و سبد خرید

برای خرید بسته‌های فلش کارت:

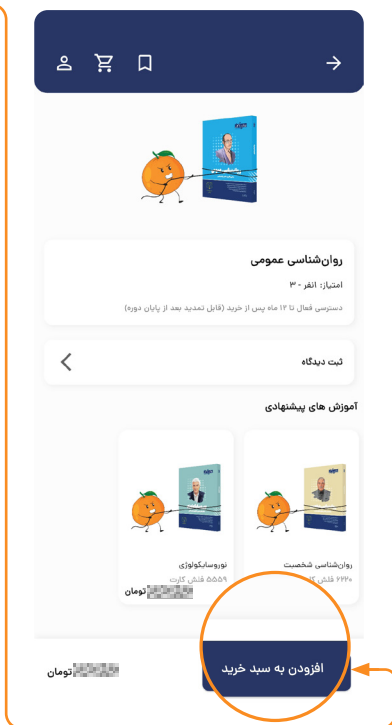
۱. بر روی پروفایل کلیک کنید.



۲. شماره همراه و رمز پیامکی را وارد کنید.



۳. در بخش دسته‌بندی‌ها، روی بسته‌های مورد نظر بزنید و آن‌ها را به سبد خرید اضافه کنید.



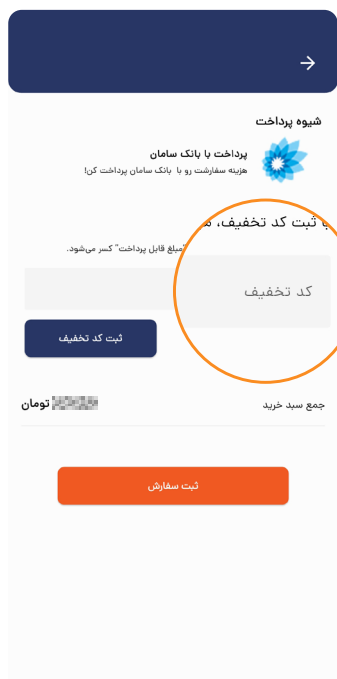
۴. روی آیکن سبد خرید بزنید تا موارد انتخابی را ببینید.

۵. می‌توانید: با آیکن سطل آشغال بسته‌ای را حذف کنید؛ تعداد محصول یا انتخاب‌ها را اصلاح کنید.

۶. روی ادامه خرید بزنید.



۷. اگر کد تخفیف دارید، آن را در کادر مخصوص وارد کرده و روی ثبت کد بزنید.



۸. روی ثبت سفارش کلیک کنید.

۹. وارد صفحه پرداخت می شوید؛ مبلغ و شناسه تراکنش را می بینید.



۱۰. تأیید و پرداخت را انجام دهید.

۱۱. پس از پرداخت موفق، به اپلیکیشن برگردید تا وضعیت خرید ثبت شود.

اگر به هر دلیل اینترنت قطع شد یا صفحه برگشت نخورد، بخش خریدهای انجام شده و رسید بانک را چک کنید. در بخش مشکلات رایج توضیحات تکمیلی ارائه شده است.

دسترسی به فلش کارت های خریداری شده

در پروفایل، بخش فلش کارت های من سه تب اصلی دارد:



خریداری شده

تمام بسته هایی که تا الان خریده اید؛ هر بسته تا یک سال پس از تاریخ خرید برای شما فعال است.

ساخته شده

فلش کارت های شخصی که خودتان ساخته اید. می توانید آن ها را ویرایش، حذف یا به لایتنر اضافه کنید.



خرید اشتراک و دسترسی به لایتنر

برای استفاده از:

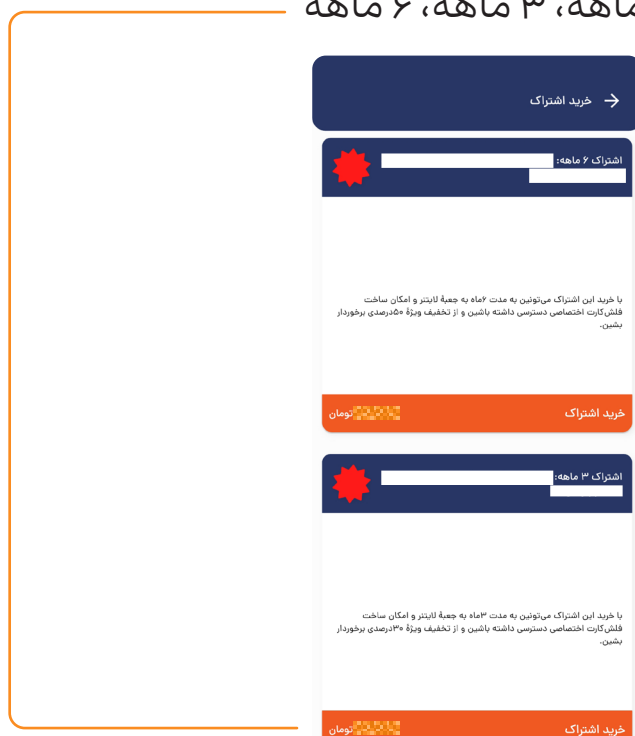
جعبه لایتنر | ساخت فلش کارت شخصی باید یکی از اشتراک‌های نارنگی را تهیه کنید.

مسیر خرید اشتراک:

۱. پروفایل، ۲. خرید اشتراک



۳. انتخاب یکی از گزینه‌ها مثلاً ۱ ماهه، ۳ ماهه، ۶ ماهه



۴. مشاهده مبلغ، تخفیف و امکانات هر اشتراک

۵. پرداخت و تأیید

بعد از خرید:

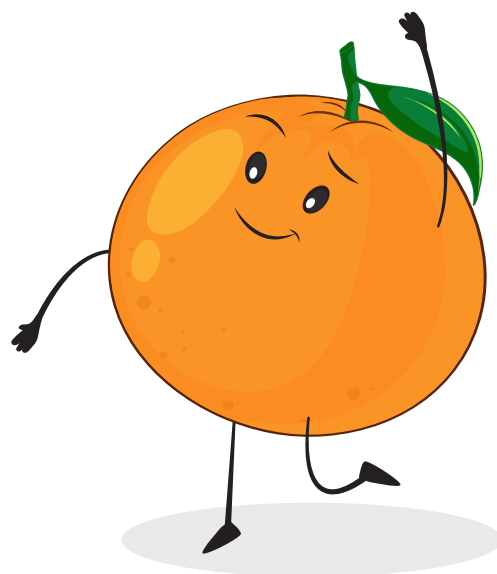
- امکان ساخت فلش کارت اختصاصی برای شما باز می شود.
- می توانید کارت ها را به لایتنر اضافه و مرور زمان بندی شده را شروع کنید.

ساخت فلش کارت اختصاصی

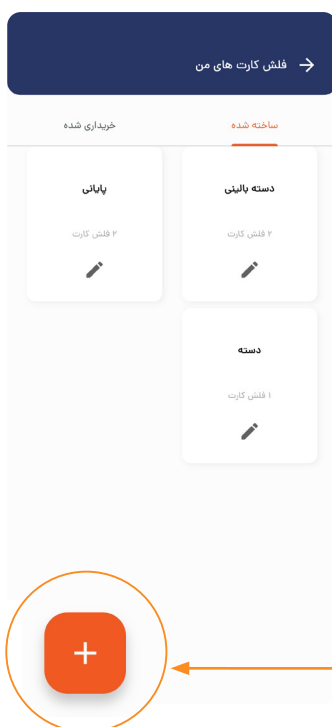
برای ساخت فلش کارت های شخصی:

۱. پروفایل < فلش کارت های من < تب ساخته شده

۲. روی + بزنید و یک دسته بندی جدید بسازید؛ مثلاً نکات سخت رشد.



۳. دوباره روی + بزنید تا فرم ساخت فلش کارت باز شود.



در فرم ساخت فلش کارت:

- در بخش جستجوی پک، پک ساخته شده یعنی همان نکات سخت رشد را انتخاب کنید.
- سؤال را بنویسید؛
- پاسخ را کوتاه و دقیق وارد کنید؛
- دسته بندی مرتبط را انتخاب کنید.
- فلش کارت را ذخیره کنید.

فلش کارت های ساخته شده:

- در فلش کارت های من دیده می شوند.
- قابل ویرایش، حذف و افزودن به لایتنر هستند.

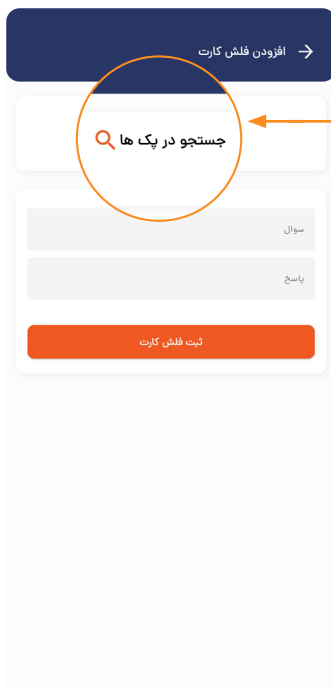
اصول مهم ساخت فلش کارت شخصی:

- هر نکته مستقل = یک کارت
- سؤال واضح، مشخص و بدون ابهام باشد.
- پاسخ بهتر است یک جمله کوتاه و مستقیم باشد.
- از نوشتن پاراگراف های طولانی روی کارت پرهیز کنید؛ کارت طولانی، یادگیری را کند و خسته کننده می کند.

رایگان ها

در تب رایگان ها:

- مطالب خواندنی، راهنماها و فایل های آموزشی رایگان قرار داده شده است؛
- این محتواها توسط تیم تحریریه روان آموز تولید شده اند؛
- هدفشان این است که مسیر یادگیری و برنامه ریزی شما را علمی تر و ساده تر کنند.
- بدون نیاز به خرید، می توانید از این بخش استفاده کنید.



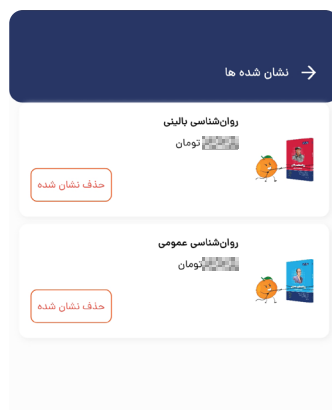
نشان شده‌ها (بوک مارک‌ها)

اگر فلش کارتی توجه شما را جلب کرده و احتمال می‌دهید بعداً بخواهید آن را بخرید یا به آن برگردید:

- روی آیکون بوک مارک بزنید تا نشان شود.



- تمام کارت‌های نشان شده در بخش نشان شده‌ها در پروفایل قابل مشاهده‌اند.

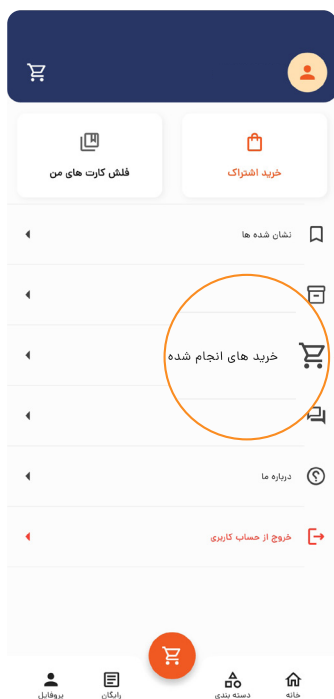


- این کار برای گلچین کردن بسته‌های مورد علاقه قبل از خرید کاربردی است.

خریدهای انجام شده

در بخش خریدهای انجام شده در پروفایل:

- سابقه تمام خریدهای شما نمایش داده می شود.
- می توانید در صورت نیاز وضعیت فعال بودن بسته ها را چک کنید.

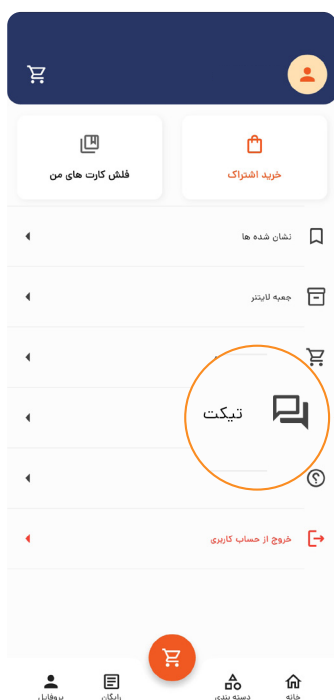


تیکت ها و پشتیبانی

اگر در هر مرحله ای:

- سؤال،
 - مشکل فنی،
 - ابهام در پرداخت،
 - یا پیشنهاد و انتقاد داشتید؛
- می توانید از بخش تیکت با پشتیبانی در ارتباط باشید:

۱. پروفایل ◀ تیکت ◀ ارسال تیکت



۲. موضوع را مشخص کنید. مثلاً مشکل ورود، مشکل پرداخت، سؤال درباره فلش کارت ها و ...

۳. متن توضیح را بنویسید؛ تا حد ممکن دقیق و کامل.

پشتیبانان نارنگی در سریع ترین زمان ممکن پاسختان را می دهند.

اشتباهات رایج کاربران

اشتباه ۱: استفاده از فلش کارت به جای کتاب

فلش کارت جایگزین کتاب و درس نامه نیست.

راه حل: اول یک دور درس نامه یا منبع جامع را بخوانید، بعد برای تثبیت از فلش کارت استفاده کنید.

اشتباه ۲: ساخت فلش کارت های خیلی طولانی

سؤال های چندخطی و پاسخ های پاراگرافی.

راه حل: هر کارت باید یک نکته مشخص را پوشش دهد؛ اگر کارت خیلی شلوغ شده، آن را به ۲ یا ۳ کارت کوچک تر تقسیم کنید.

اشتباه ۳: پرکردن لایتنر بدون مرور منظم

ده ها کارت را وارد لایتنر می کنند ولی روزانه مرور نمی کنند.

راه حل: تعداد کارت های جدید را محدود کنید و روی تداوم مرور روزانه تمرکز کنید.

اشتباه ۴: پرش بین کارت ها و صرفاً دنبال کردن نکات خاص

مدام می خواهند بپرند روی نکاتی که دوست دارند و بقیه را رد کنند.

راه حل: برای حفظ منطق یادگیری، کارت ها باید به ترتیب خوانده شوند؛ اگر نکته ای اهمیت بیشتری دارد، آن را به لایتنر اضافه کنید یا برایش کارت شخصی بسازید.

اشتباه ۵: وسواس در جزئیات به جای شروع

آنقدر درگیر تنظیم دسته ها، ساختار کارت ها و برنامه ایده آل می شوند که مرور را شروع نمی کنند.

راه حل: اول ساده شروع کنید؛ کم کم کارت ها و دسته بندی ها را بهتر می کنید.

اشتباه ۶: نادیده گرفتن وقفه ها

اگر چند روز نمی خوانند، رها می کنند چون فکر می کنند همه چیز خراب شد.

راه حل: بعد از وقفه، از همان لایتنر شروع کنید؛ لازم نیست همه چیز را از صفر بسازید.

اشتباه ۷: توقع معجزه از لایتنر

لایتنر یک ابزار کمکی است؛

راه حل: اگر کارت ها را با دقت نخوانید یا بی حوصله مرور کنید، نتیجه کم تر می شود.

خطاهای فنی و راه حل‌ها

مشکل: کد پیامکی ورود نمی‌رسد.

- چند دقیقه صبر کنید و مجدداً امتحان کنید.
- مطمئن شوید گوشی روی حالت پرواز یا بدون آنتن نیست.
- برای اطمینان از آنتن، یک بار تلفن همراه خود را بر روی حالت پرواز گذاشته و بردارید و دوباره امتحان کنید.
- اگر بعد از چند بار تلاش کدی دریافت نکردید، از طریق تیکت مشکل را به پشتیبانی اطلاع دهید.

مشکل: پرداخت ناموفق بود ولی پول از حساب کم شد.

- در بسیاری موارد، بانک به طور خودکار ظرف چند دقیقه تا ۷۲ ساعت مبلغ را برمی‌گرداند.
- ابتدا بخش خریدهای انجام شده در اپ را چک کنید؛ اگر بسته ثبت نشده بود:
کد پیگیری رسید بانک یا پیامک تراکنش را پیدا کنید؛
زمان تقریبی تراکنش و چهار رقم آخر کارت‌تان را یادداشت کنید؛
همه را از طریق تیکت برای پشتیبانی ارسال کنید تا پیگیری شود.

مشکل: اپلیکیشن باز نمی‌شود یا مدام بسته می‌شود.

- مطمئن شوید:
آخرین نسخه را از سایت روان‌آموز نصب کرده‌اید.
حافظه گوشی خیلی پر نیست.
- در صورت تداوم مشکل:
یک بار اپلیکیشن را حذف کنید، آخرین نسخه را مجدد نصب کنید.
اگر باز هم مشکل وجود داشت، خطای دریافتی و توضیح مدل گوشی و نسخه اندروید / مرورگر را برای پشتیبانی بفرستید.

مشکل: سرعت اپلیکیشن پایین است.

- اینترنت وای‌فای یا دیتای موبایل را بررسی کنید.
- اپلیکیشن‌های سنگین دیگر را ببندید.
- در صورت امکان از وب‌اپلیکیشن روی مرورگر به‌روز استفاده کنید.

مشکل: بخشی از اپلیکیشن درست کار نمی‌کند.

- یک بار از حساب خارج شوید و دوباره وارد شوید.
- اگر حل نشد: اپلیکیشن را حذف و آخرین نسخه را دوباره نصب کنید.
- در صورت تداوم، توضیح کامل مشکل را ارسال کنید.

شفاف سازی: اینترنت، داده ها، دستگاه و اشتراک

اینترنت

برای این موارد به اتصال اینترنت نیاز دارید:

- ورود به اپ؛
- مشاهده و مرور فلش کارت ها؛
- استفاده از لایتنر؛
- خرید فلش کارت ها و اشتراک.

داده ها و حساب

- اطلاعات فلش کارت های خریداری شده و ساخته شده به حساب کاربری شما متصل است.
- با حذف اپلیکیشن از روی گوشی، داده ها به طور خودکار از بین نمی روند؛ با نصب و ورود مجدد، به حساب تان دسترسی خواهید داشت.
- توصیه می شود همیشه از آخرین نسخه اپلیکیشن استفاده کنید تا احتمال خطا کم تر شود.

یک اشتراک، یک دستگاه

- هر حساب کاربری و اشتراک در نارنگی برای استفاده روی یک دستگاه فعال تعریف شده است.
- اگر هم زمان روی دو دستگاه وارد شوید، خطا دریافت می کنید.

اتمام اشتراک

- پس از اتمام اشتراک: دسترسی به امکانات ساخت فلش کارت شخصی و لایتنر غیرفعال می شود. اصل داده هایتان یعنی فلش کارت های خریداری شده تا پایان دوره اعتبار بسته ها یعنی یک سال قابل استفاده است.
- با تمدید اشتراک، دوباره می توانید از لایتنر و ساخت کارت شخصی استفاده کنید.

سؤالات متداول

• نارنگی چیست؟

نارنگی اپلیکیشن فلش کارت‌های درسی است که به شما در یادگیری، تثبیت و بازیابی اطلاعات کمک شایانی می‌کند. نارنگی با فراهم کردن امکان مرور علمی و زمان‌بندی شده، باعث می‌شود نکات کلیدی در حافظه بلندمدت‌تان ثبت شود و هیچ مطلب مهمی از ذهنتان خارج نشود.

• فلش کارت چه کمکی به یادگیری می‌کند؟

فلش کارت یک سیستم سؤال و پاسخ کوتاه مبتنی بر مرور مداوم و فعال است. هنگامی که نکات را در قالب سؤال و پاسخ مطالعه می‌کنید، ذهن درگیر بازیابی اطلاعات می‌شود و یادگیری عمیق‌تر اتفاق می‌افتد. یکی از مزیت‌های مهم فلش کارت‌های نارنگی، دسترسی‌پذیری در هر زمان و هر مکان است؛ یعنی حتی در زمان‌های بسیار کوتاه هم می‌توانید به‌طور مؤثر مطالعه کنید.

• آیا فلش کارت به تنهایی می‌تواند یک منبع آموزشی باشد؟

خیر. فلش کارت‌ها نقش ابزار کمکی یادگیری را دارند. بهتر است ابتدا حداقل یک دور مطالب را به‌صورت پیوسته در کتاب‌های جامع یا منابع اصلی مطالعه کنید و سپس برای تثبیت و ماندگاری اطلاعات، از فلش کارت‌های نارنگی کمک بگیرید.

• فلش کارت‌های درس محور روان‌آموز مبتنی بر چه منابعی هستند؟

فلش کارت‌های روان‌آموز با الهام از کتاب‌های جامع این مجموعه طراحی شده‌اند و از لحاظ ترتیب و ساختار، از همان منابع پیروی می‌کنند. کتاب‌های جامع روان‌آموز نیز براساس مهم‌ترین و معتبرترین منابع کنکور نوشته شده‌اند و پوشش کاملی از محتوا ارائه می‌دهند.

• آیا فلش کارت‌ها تمام مطالب یک درس را پوشش می‌دهند؟

فلش کارت‌ها تمامی نکات کلیدی، پرتکرار و مهم هر درس را پوشش می‌دهند؛ اما بدیهی است که تک‌تک جملات کتاب‌ها قابلیت تبدیل شدن به فلش کارت را ندارند. بنابراین فلش کارت‌ها جایگزین منابع اصلی نیستند، بلکه ابزار کمکی برای یادگیری و تثبیت مطالب‌اند.

• از چه زمانی باید مطالعه فلش کارت‌ها را شروع کرد؟

شما می‌توانید بلافاصله پس از مطالعه اولیه درس‌نامه‌ها، استفاده از فلش کارت‌ها را آغاز کنید. فلش کارت‌ها علاوه بر بازه یادگیری اولیه، در دوران مرور، جمع‌بندی و دوران‌های فاصله‌دار نیز کاربرد دارند.

• روزانه چه مقدار باید با نارنگی کار کرد؟

میزان مطالعه و مرور روزانه با نارنگی بسته به شرایط فردی هر فرد متفاوت است اما حداقل میزان مطالعه پیشنهادی ۳۰ دقیقه است. اگر زمان بیشتری دارید، می‌توانید این مقدار را افزایش دهید، اما مهم‌تر از همه ثبات روزانه است.

• اگر چند روز از نارنگی استفاده نکنیم چه می‌شود؟

چیزی حذف نمی‌شود، اما کارت‌های لایتنر جمع می‌شوند و ممکن است در بازگشت، حجم کارتان بیشتر شود. بهترین کار این است که حتی در روزهای شلوغ هم حداقل چند دقیقه مرور را رها نکنید. با این وجود اگر چنین موقعیتی پیش آمد اول سراغ مرور فلش‌کارت‌های داخل جعبه‌ها بروید و بعد فلش‌کارت جدید بخوانید.

• تفاوت فلش‌کارت‌های آماده با فلش‌کارت‌های شخصی چیست؟

فلش‌کارت‌های آماده توسط تیم تألیف روان‌آموز و با هدف صرفه‌جویی در زمان شما طراحی شده‌اند. در مقابل، فلش‌کارت‌های شخصی کاملاً متناسب با سبک یادگیری، نیازها و نقاط ضعف و قوت شما ساخته می‌شوند و می‌توانند مرور شما را هدفمندتر کنند.

• ساخت فلش‌کارت شخصی چه مزیتی دارد؟

به دلیل تفاوت‌های فردی در یادگیری، ممکن است برخی نکات که برای شما اهمیت بیشتری دارند در فلش‌کارت‌های آماده وجود نداشته باشد. با ساخت فلش‌کارت شخصی، می‌توانید این نکات را به زبان ساده و مطابق فهم خودتان تبدیل به کارت کنید و آن‌ها را وارد برنامه مرور روزانه‌تان کنید.

• چگونه می‌توان فلش‌کارت‌های شخصی ساخت؟

از منوی پروفایل وارد بخش فلش‌کارت‌های من شوید و گزینه افزودن را در سربرج ساخته‌شده انتخاب کنید. پس از ایجاد دسته‌بندی موردنظر، سؤال و پاسخ را وارد کنید و کارت را به آن دسته اضافه نمایید.

• با خرید اشتراک نارنگی چه امکاناتی اضافه می‌شود؟

با تهیه اشتراک نارنگی، به امکانات ساخت فلش‌کارت شخصی و جعبه مرور هوشمند لایتنر دسترسی پیدا می‌کنید. تفاوت اشتراک‌ها نیز در مدت زمان فعال بودن این امکانات است.

• آیا می‌توان با یک اشتراک روی دو دستگاه از نارنگی استفاده کرد؟

خیر. استفاده از نارنگی تنها با یک دستگاه فعال امکان‌پذیر است و هنگام ورود از دستگاه دیگر، خطا نمایش داده خواهد شد.

• اگر اشتراک لایتنر تمام شود چه اتفاقی می افتد؟

فلش کارت های خریداری شده طبق مدت اعتبار خودشان همچنان قابل مطالعه اند؛ اما امکان ساخت فلش کارت شخصی جدید و استفاده از جعبه لایتنر تا زمانی که اشتراک را تمدید کنید غیرفعال می شود.

• لایتنر چیست؟

لایتنر یک سیستم مرور هوشمند مبتنی بر منحنی فراموشی ابینگهاوس است. این سیستم کمک می کند اطلاعات درست در زمانی مرور شوند که در حال فراموش شدن اند، تا از حافظه کوتاه مدت به حافظه بلند مدت منتقل شوند. در مدل کلاسیک لایتنر ۵ جعبه داریم؛ کارت ها از جعبه اول شروع می شوند و با یادگیری صحیح، به جعبه های بالاتر منتقل می گردند.

• چگونه می توان فلش کارت ها را به لایتنر منتقل کرد؟

روی هر کارت یک گزینه افزودن به لایتنر وجود دارد. با انتخاب این گزینه، کارت مستقیماً وارد جعبه اول لایتنر می شود و وارد برنامه مرور خواهد شد.

• آیا امکان دسته بندی موضوعی در لایتنر وجود دارد؟

خیر. منطق لایتنر مبتنی بر مرور روزانه تمامی کارت ها در یک سیستم زمان بندی واحد است. دسته بندی موضوعی باعث اختلال در این برنامه ریزی می شود. همان طور که در لایتنر فیزیکی تنها یک جعبه برای تمام دروس وجود دارد، در نارنگی نیز همین ساختار رعایت شده است.

• آیا برای مطالعه فلش کارت ها نیاز به تهیه اشتراک هست؟

خیر. برای مطالعه فلش کارت های آماده نیازی به اشتراک ندارید. اما برای ساخت فلش کارت شخصی یا استفاده از سیستم لایتنر لازم است یکی از اشتراک های نارنگی را تهیه کنید.

• چگونه می توان پیش از خرید، نمونه فلش کارت های نارنگی را مشاهده کرد؟

با کلیک روی لینکی که در صفحه معرفی هر درس قرار داده شده، می توانید نمونه فلش کارت ها را مشاهده کنید و سپس در صورت تمایل اقدام به خرید نمایید.

• آیا فلش کارت ها فقط برای داوطلبان کنکور مناسب اند؟

خیر. علاوه بر داوطلبان کنکور، دانشجویان، علاقه مندان به یادگیری مفاهیم روان شناسی یا هر کسی که قصد دارد نکات کتاب های مرجع را به صورت اصولی یاد بگیرد می توانند از فلش کارت ها استفاده کنند.

• آیا فلش کارت ها طبقه بندی موضوعی یا فصلی دارند؟

خیر. ترتیب فلش کارت ها همان ترتیب موضوعی و محتوایی کتاب های جامع روان آموز

است. امکان مطالعه براساس فصل خاص وجود ندارد و مطالعه باید همان ترتیب تعیین شده را دنبال کند.

• آیا امکان پرش از روی فلش کارت ها یا سرچ در میان آن ها وجود دارد؟

خیر. براساس اصول علمی استفاده از فلش کارت، پرش یا جست و جوی مستقیم بین نکات با اهداف یادگیری سازگار نیست. برای بازدهی بهتر، کارت ها باید به ترتیب از ابتدا تا انتها مطالعه شوند.

• مدت زمان دسترسی به فلش کارت های خریداری شده چقدر است؟

هر بسته فلش کارت از زمان خرید تا یک سال پس از آن برای شما فعال باقی می ماند و در این مدت می توانید هر تعداد بار که لازم باشد آن ها را مرور کنید.

• آیا برای مطالعه فلش کارت ها نیاز به اینترنت هست؟

بله. برای ورود، مطالعه فلش کارت ها و استفاده از لایتنر، اتصال به اینترنت لازم است. آیا بعد از هر بار بستن اپلیکیشن، مطالعه فلش کارت ها از ابتدای لیست شروع می شود؟ خیر. با لمس کردن دکمه قبلی یا بعدی، نارنگی محل دقیق آخرین کارت خوانده شده را ذخیره می کند و روز بعد می توانید از همان نقطه ادامه دهید.

• برای ذخیره فلش کارت روی آخرین کارت خوانده شده چه باید کرد؟

پس از اطمینان از آپدیت بودن نسخه اپلیکیشن خود، کافی است پیش از خروج از صفحه فلش کارت، یک بار دکمه بعدی یا قبلی را بزنید و سپس گزینه خروج و به یادماندن را انتخاب کنید. روز بعد اپلیکیشن مرور را از همان نقطه آغاز می کند.

• اپلیکیشن نارنگی روی چه دستگاه هایی قابل استفاده است؟

نارنگی در دو نسخه اندروید و وب اپلیکیشن ارائه شده است. کاربرانی که سیستم عامل گوشی همراهشان آی او اس است می توانند از نسخه وب اپلیکیشن استفاده کنند. همچنین کاربرانی که با ویندوز کار می کنند نیز باید از این نسخه استفاده کنند.

• در صورت بروز خطا های دیگر چه باید کرد؟

چنانچه در هر یک از مراحل کار با اپلیکیشن نارنگی دچار خطا شدید، ابتدا یک بار اپلیکیشن را حذف و پس از دانلود مجدد آخرین نسخه از سایت روان آموز آن را مجدد نصب کرده و دوباره مراحل را تکرار کنید. اگر مشکل حل نشد، مراحل کار را همراه با توضیح کامل مسئله، از طریق تیکت یا سایر روش های پشتیبانی با ما در میان بگذارید.

سناریوهای پیشنهادی استفاده از نارنگی

اگر داوطلب کنکور ارشد یا دکتری روان‌شناسی هستید:

• مرحله مطالعه اولیه:

۱. درس‌نامه اصلی را از منابع جامع بخوانید.
۲. تست آموزشی بزنید.
۳. برای نکات پرتکرار، مهم و اشتباهات، از فلش‌کارت‌های آماده استفاده کنید.
۴. کارت‌هایی را که برایتان سخت‌ترند، به لایت‌تر اضافه کنید.
۵. اگر نکته‌ای در فلش‌کارت‌ها نبود ولی برای شما مهم است، برایش فلش‌کارت شخصی بسازید.

• مرحله مرور و جمع‌بندی:

۱. هر روز لایت‌تر را در اولویت قرار دهید.
۲. بعد از مرور لایت‌تر، اگر وقت داشتید، فلش‌کارت‌های آماده را به سرعت اسکرول کنید.
۳. در آخر، چند تست سنجشی بزنید تا میزان تسلط‌تان را بسنجید.

• وقت خیلی محدود:

۱. فقط روی یک یا دو درس خیلی مهم تمرکز کنید.
۲. از فلش‌کارت‌های آماده همان درس‌ها استفاده کنید.
۳. روزانه ۱۵ تا ۲۰ کارت را وارد لایت‌تر کنید.
۴. هر روز حداقل ۱۵ دقیقه لایت‌تر را مرور کنید.
۵. ساخت فلش‌کارت شخصی را محدود کنید به نکات خیلی سخت و پرتکرار.

اگر دانشجو هستید و کنکور در اولویت نیست:

- برای هر درس دانشگاهی، یک دسته فلش‌کارت شخصی بسازید یا مطابق با سرفصل‌های درسی‌تان از فلش‌کارت‌های آماده استفاده کنید.
- نکات مهم کلاس، اسلایدها و کتاب را هم تبدیل به کارت کنید؛
- هر روز حداقل ۱۰ تا ۱۵ دقیقه لایت‌تر را مرور کنید؛
- قبل از امتحان، کافی است کارت‌ها را مرور کنید و دیگر نیازی به مرور کامل کتاب نخواهید داشت.