

روز	تاریخ	صبح تا ظهر	واحد های مطالعه			
			۶-۴	۸-۶	۱۰-۸	۱۲-۱۰
چهارشنبه	۱۱/۲۷	مدرسه	روزخوانی و تکالیف همان روز	ریاضی ۶- زیست	ادبیات (۱۲) پیام های آسمانی (۹)	زبان (درس ۴ و ۵)
پنجشنبه	۱۱/۲۸	۱۲-۸	مطالعه برای امتحان	فیزیک- شیمی	عربی (درس ۷) مطالعات (درس ۱۹)	قرآن (۶ و ۷ و ۸)
		مطالعه برای امتحان				
جمعه	۱۱/۲۹	۱۲-۸	مطالعه برای امتحان	انجام تکالیف هفته ی بعدی	انجام تکالیف هفته ی بعدی	مهارت های نوشتاری (۵ و ۶)
		مطالعه برای امتحان				
شنبه	۱۱/۳۰	مدرسه	روزخوانی و تکالیف همان روز	ریاضی ۵- زیست	ادبیات (۱۱) پیام های آسمانی (۸)	فرداخوانی
یکشنبه	۱۲/۱	مدرسه	روزخوانی و تکالیف همان روز	فیزیک- شیمی	عربی (درس ۶) مطالعات (درس ۱۸ و ۱۷)	فرداخوانی
دوشنبه	۱۲/۲	مدرسه	روزخوانی و تکالیف همان روز	ریاضی ۴- زیست	ادبیات (۹ و ۱۰) پیام های آسمانی (۷)	فرداخوانی
سه شنبه	۱۲/۳	مدرسه	روزخوانی و تکالیف همان روز	فیزیک- شیمی	عربی (۵) مطالعات (۱۴ و ۱۵ و ۱۶)	فرداخوانی
چهارشنبه	۱۲/۴	مدرسه	روزخوانی و تکالیف همان روز	ریاضی ۳- زیست	ادبیات (۷ و ۸) پیام های آسمانی (۶)	زبان (درس ۳ و ۲)
پنجشنبه	۱۲/۵	مطالعه برای امتحان	مطالعه برای امتحان	فیزیک- شیمی	عربی (۴) مطالعات (۱۱ و ۱۲ و ۱۳)	قرآن (۳ و ۴ و ۵)
جمعه	۱۲/۶	مطالعه برای امتحان	مطالعه برای امتحان	جبران	جبران	مهارت های نوشتاری (۳ و ۴)
شنبه	۱۲/۷	مدرسه	روزخوانی و تکالیف همان روز	ریاضی ۲- زیست	ادبیات (۵ و ۶) پیام های آسمانی (۵)	فرداخوانی
یکشنبه	۱۲/۸	مدرسه	روزخوانی و تکالیف همان روز	فیزیک- شیمی	عربی (۳) مطالعات (۸ و ۹ و ۱۰)	فرداخوانی
دوشنبه	۱۲/۹	مدرسه	روزخوانی و تکالیف همان روز	ریاضی ۱- زیست	ادبیات (۳ و ۴) پیام های آسمانی (۴)	فرداخوانی
سه شنبه	۱۲/۱۰	مدرسه	روزخوانی و تکالیف همان روز	فیزیک- شیمی	عربی (۱ و ۲) مطالعات (۱۱ الی ۷)	فرداخوانی
چهارشنبه	۱۲/۱۱	مدرسه	روزخوانی و تکالیف همان روز	ریاضی (تست ۵ و ۶) زیست	ادبیات (۱ و ۲) پیام های آسمانی (۱ الی ۳)	زبان (مرور)
پنجشنبه	۱۲/۱۲	جمع بندی و مرور	جمع بندی و مرور	فیزیک (مرور) شیمی (مرور)	عربی (مرور) مطالعات (مرور)	قرآن (۱ و ۲ و ۳) و مرور قبلی ها
جمعه	۱۲/۱۳	مطالعه برای امتحان	جمع بندی و مرور	جمع بندی و مرور	جمع بندی و مرور	مهارت های نوشتاری (۱ و ۲)

شنبه	۱۲/۱۴	مدرسه	روزخوانی و تکالیف همان روز	ریاضی (مرور) زیست (مرور)	ادبیات (مرور) پیام های آسمانی (مرور)	
یکشنبه	۱۲/۱۵	مدرسه (آزمون پیشرفت تحصیلی)	روزخوانی و تکالیف همان روز	فرداخوانی		

دستورالعمل استفاده از جدول برنامه ریزی فوق:

- هر واحد درسی ۱:۱۵ الی ۱:۳۰ ساعت مطالعه و ۳۰ الی ۴۵ دقیقه استراحت یا عبارتی سوپاپ (یعنی زمانی جهت داشتن انعطاف در برنامه) می باشد
- برای هر یک از زوج درسهای قرار داده شده برای آزمون ۴۵ دقیقه وقت بگذارید.
- زمان ها و برنامه های فوق را می توانید بر اساس نقاط قوت و ضعف خود کم یا زیاد نمایید.
- در روزهای پنجشنبه و جمعه باید تلاش کنید باری از روی دوش روزهای سنگین هفته بردارید. مثلاً امتحانات طول هفته را بخوانید یا تکالیفی که میدانید را انجام دهید.
- درس هایی که در ترم قبل یا طی امتحانات پیش رو مطالعه می شوند در زمان های قرار داده شده برای آنها (دو واحد مطالعه ی آخر هر روز) فقط تست بزنید.
- تست هایی که اشتباه زده اید و بخش هایی از درس ها را که برایتان سخت تر هستند در هر بار مطالعه مشخص کنید.
- اگر در هر یک از برنامه های قرار داده شده وقت اضافه آوردید به مرور و تمرین تست ها و بخش های سختی که قبلاً مشخص کرده اید پردازید.
- سعی کنید در آخر هر هفته تمام محتوای درسی آن هفته را جبران کرده و بخشی را برای هفته ی آینده باقی نگذارید.
- در روزهای آخر که به جمع بندی و مرور اختصاص داده شده فقط تست ها و بخش هایی که بعنوان قسمت های مشکل مشخص کرده بودید را مطالعه کرده و از یاد گرفتن کامل آنها اطمینان حاصل نمایید.
- تقسیم بندی دروس زیست ، شیمی و فیزیک نیز مانند بقیه دروس می باشد. می توانید از آخرین درس و یا از بخش های مشکل تر شروع کنید.

با تشکر - واحد مشاوره