گروه برنـامه‌ریزی راعـی

ما به سمت عادات یا افکار غالیمان کشیده می شویم

برنامه 101 ریاضی

ساختار	شنبه 1401/8/14 ساعت مطالعاتی : تعداد تست :	یکشنبه 1401/8/15 ساعت مطالعاتی : تعداد تست :	دوشنبه 1401/8/16 ساعت مطالعاتی : تعداد تست :	سه شنبه 1401/8/17 ساعت مطالعاتی : تعداد تست :	چهارشنبه 1401/8/18 ساعت مطالعاتی : تعداد تست :	پنجشنبه 1401/8/19 ساعت مطالعاتی : تعداد تست :	جمعه 1401/8/20 ساعت مطالعاتی : تعداد تست :	گزارش تفکیکی هر درس
1	**فیزیک** **مطالعه وتدریس/انجام تکلیف/گام 1 تا 3** درصد: تعداد کل تست : تعداد درست: زمان ساختار **16 - 17**	**فیزیک** **مطالعه وتدریس/انجام تکلیف/گام 1 تا 3** درصد: تعداد کل تست : تعداد درست: زمان ساختار **16 - 17:15**	**ریاضی** **مطالعه وتدریس/انجام تکلیف/گام 1 تا 3** درصد: تعداد کل تست : تعداد درست: زمان ساختار **16 - 17:15**	**ریاضی** **مطالعه وتدریس/انجام تکلیف/گام 1 تا 3** درصد: تعداد کل تست : تعداد درست: زمان ساختار **17:45-19**	**ریاضی** **مطالعه وتدریس/انجام تکلیف/گام 1 تا 3** درصد: تعداد کل تست : تعداد درست: زمان ساختار **16-17:15**	**فیزیک** **مطالعه وتکمیل/مرور و جمع بندی/گام 4 و 5** درصد: تعداد کل تست : تعداد درست: زمان ساختار **12-13:15**	**فیزیک** **مطالعه وتکمیل/مرور و جمع بندی/گام 4 و 5** درصد: تعداد کل تست : تعداد درست: زمان ساختار **9-10:15**	فیزیک جمع ساعت: تعداد کل تست:
2	**کلاس فوق برنامه** **17-18:30**	**تفکر** **مطالعه و آمادگی برای روز بعد** زمان ساختار: **17:30-18**	**کلاس فوق برنامه** **17:30-19**	**ورزش و فضای مجازی** **19-19:15**	**کلاس فوق برنامه** **17:30-19**	**نهار و استراحت** **13:15-15**	**زبان** **مطالعه وتکمیل/مرور و جمع بندی/گام 4 و 5** زمان ساختار **10:30-11:15**	ادبیات جمع ساعت: تعداد کل تست:
	هندسه **مطالعه وتدریس/انجام تکلیف/گام 1 تا 3** درصد:	**ورزش و فضای مجازی** **18-18:15**	**ورزش و فضای مجازی** **19-19:15**	**شیمی** **مطالعه وتدریس/انجام تکلیف/گام 1 تا 3** درصد: تعداد کل تست : تعداد درست: زمان ساختار **19:15-20:15**	**ورزش و فضای مجازی** **19-19:15**	**هندسه** **مطالعه وتکمیل/مرور و جمع بندی/گام 4 و 5**		
3	**زبان** **مطالعه و آمادگی برای روز بعد** زمان ساختار: **18:15-19**	**شیمی** **مطالعه وتدریس/انجام تکلیف/گام 1 تا 3** درصد: تعداد کل تست : تعداد درست: زمان ساختار **19:15-20:30**	**ریاضی** **حل تست های علامت زده** **زمان ساختار:19:15-20:15**	**ریاضی** **مطالعه وتکمیل/مرور و جمع بندی/گام 4 و 5** درصد: تعداد کل تست : تعداد درست: زمان ساختار **15-16**	**شیمی** جمع ساعت: تعداد کل تست:
	ورزش و فضای مجازی **19:30-19:45**	**استراحت** (فیلم و ..) **19-21**	**فیزیک** **مطالعه وتدریس/انجام تکلیف/گام 1 تا 3** درصد: تعداد کل تست : تعداد درست: زمان ساختار **20:30-21**	**شیمی** **حل تست های علامت زده** **زمان ساختار:19:30-20:30**	**ورزش و فضای مجازی** **15-16:16**	**ورزش و فضای مجازی** **11:30-12:45**		
4	**عربی** **مطالعه و آمادگی برای روز بعد** زمان ساختار: **19:45-20:30**	**شام و فضای مجازی** **21-21:30**	**شام و فضای مجازی** **20:30-21**	**شام و فضای مجازی** **20:30-21:30**	**شام و فضای مجازی** **21:30-22**	**ریاضی** **مطالعه وتکمیل/مرور و جمع بندی/گام 4 و 5** درصد: تعداد کل تست : تعداد درست: زمان ساختار **16:15-17:30**	**ورزش و فضای مجازی** **13:45-12**	عربی جمع ساعت: تعداد کل تست:
	شام و فضای مجازی **20:30-21**	**فیزیک** **حل تست های علامت زده** **زمان ساختار:21:30-22:45**	**استراحت** (فیلم و...) **21-22**	**شام و فضای مجازی** **21:30-22**	**استراحت** (فیلم و...) **22-23**		**نهار و استراحت** **13-15**	
5	**دین و زندگی** **مطالعه و آمادگی برای روز بعد** زمان ساختار:**21:45-22**	**کارثابت شبانه - فیزیک (تست تثبیتی)** درصد: تعداد کل تست : تعداد درست: زمان ساختار **23-24**	**هندسه** **حل تست های علامت زده** **زمان ساختار:22-23**	**شیمی** **مطالعه وتدریس/انجام تکلیف/گام 1 تا 3** درصد: تعداد کل تست : تعداد درست: زمان ساختار **22-23**	**کارثابت شبانه - فیزیک (تست تثبیتی)** درصد: تعداد کل تست : تعداد درست: زمان ساختار **23-24**	**شیمی** **مطالعه وتدریس/انجام تکلیف/گام 1 تا 3** درصد: تعداد کل تست : تعداد درست: زمان ساختار **17:45-18:45**	**شیمی** **مطالعه ویژه آزمون** **15-16:30**	زبان جمع ساعت: تعداد کل تست:
	دفاعی **مطالعه و آمادگی برای روز بعد** زمان ساختار:**22-22:30**		**کارثابت شبانه - فیزیک (تست تثبیتی)** درصد: تعداد کل تست : تعداد درست: زمان ساختار **23:15-24**				**شیمی** **مطالعه ویژه آزمون** **16:45-18**	
6	**کارثابت شبانه - فیزیک (تست تثبیتی)** درصد: تعداد کل تست : تعداد درست: زمان ساختار **23-24**			**ادبیات + نگارش** **مطالعه و آمادگی برای روز بعد** زمان ساختار:**23:15-24**		**استراحت و تفریح** **18:45-21**	**شیمی** **مطالعه ویژه آزمون** **18:15-19:45**	هندسه جمع ساعت: تعداد کل تست:
						شام و فضای مجازی **21-21:30**	**استراحت و تفریح** **19:45-22**	
7	با سلام خدمت دانش اموز عزیز پایه دهم ریاضی ضمن تشکر از شما بابت همکاری موثر و ارائه سوالات و پیشنهادات خود جهت ارتقا برنامه و رفع مشکلات درسی خود خواهشمندیم به موارد زیر دقت فرموده و در انجام آنها کوشا باشید جمع ساعت مطالعاتی و تعداد تست هردرس اختصاصی خود را در پایان هفته به مشاور گزارش دهید					**عربی** **مطالعه وتکمیل/مرور و جمع بندی/گام 4 و 5** درصد: تعداد کل تست : تعداد درست: زمان ساختار **21:30-22:15**	**شام و فضای مجازی** **22-22:30**	ریاضی جمع ساعت: تعداد کل تست:
							دین و زندگی **مطالعه و آمادگی برای روز بعد** زمان ساختار:**22:30-23**	
8	در باکس های مربوط به تست های علامت زده تست هایی را که در هفته گذشته در انجام آنها دچار ضعف بوده اید و به جواب نهایی نرسیده یا اشتباه زده اید را بررسی کنید جهت هرچه بهتر انجام شدن برنامه مطالعاتی و افزایش راندمان درسی پیشنهاد می شود شیوه مطالعه شما به سبک راعی باشد					**ادبیات** **مطالعه وتکمیل/مرور و جمع بندی/گام 4 و 5** درصد: تعداد کل تست : تعداد درست: زمان ساختار **22:30-23**	**کارثابت شبانه - فیزیک (تست تثبیتی)** درصد: تعداد کل تست : تعداد درست: زمان ساختار **23:15-24**	دین و زندگی جمع ساعت: تعداد کل تست:
9	رعایت عدم تبعیض در اختصاص زمان بین دروس ضروری است و پیشنهاد می شود حداقل زمان مطالعاتی هر درس رعایت شود و چنانچه در درسی نیاز به زمان بیشتری بود از باکس های استراحت استفاده شود					**کارثابت شبانه - فیزیک (تست تثبیتی)** درصد: تعداد کل تست : تعداد درست: زمان ساختار **23:15-24**		جغرافیا جمع ساعت: تعداد کل تست:
10	باکس های جمع ساعت مطالعاتی و جمع تعداد تست هفته و ستون گزارش تفکیکی هر درس را به دقت تکمیل نموده و به مشاور گزارش دهید. در صورت انجام هریک از باکس های کارثابت شبانه آن را به طور ویژه با هایلایت سبز مشخص نمایید							دفاعی جمع ساعت: تعداد کل تست:
11	باکس های مطالعه و تدریس در روز تدریس دبیر انجام گیرد و باکس های مطالعه و تکمیل در زمان تعیین شده در برنامه مطالعاتی و با توجه به نحوه انجام خود آن ها را با هایلایت سبز و زرد و قرمز مشخص نموده و گزارش دهید							تفکر جمع ساعت: تعداد کل تست:
12	با توجه به نیاز و درخواست شما درمورد بررسی موارد روانشناسی و رفع مشکلات خود در این زمینه پیشنهاد می شود با هماهنگی قبلی از توصیه ها و نکات روانشناس متخصص مجموعه طی جلسات روانشناسی با ایشان استفاده نمایید.							
13	دانش آموزان عزیز میتوانند سوالات و پیشنهادات خود را جهت ارائه و بررسی توسط دکتر راعی در اختیار مشاورپایه خود قرار دهند با تشکر واحد مشاوره و برنامه ریزی							

جمع ساعت مطالعاتی هفته:	جمع تعداد تست هفته: