

گروه برنامه ریزی راهنمایی
 ما به سمت عادت با اذکار غلبه نمودیم من شویم
 برنامه 103 تبریز

ردیف	نام و نکات	تاریخ	زمان اجرا	مکان	ساعت مطالعه:	ساعت مطالعه:	ردیف	نام و نکات	تاریخ	زمان اجرا	مکان	ساعت مطالعه:	ساعت مطالعه:	
1	فریزک	1403/8/19	1403/8/19	شنبه	ساعت مطالعه: ۱۴:۰۰-۱۷:۰۰	ساعت مطالعه: ۱۴:۰۰-۱۷:۰۰	1403/8/17	1403/8/17	پنجشنبه	ساعت مطالعه: ۱۴:۰۰-۱۷:۰۰	ساعت مطالعه: ۱۴:۰۰-۱۷:۰۰	1403/8/16	1403/8/16	شنبه
2	ادبیات	11:15-10:30	10:15-9	جمع ساعتی	۵:۰۰-۶:۰۰	۵:۰۰-۶:۰۰	۱۳:۱۵-۱۲	۱۷:۱۵-۱۶	جمع ساعتی	۵:۰۰-۶:۰۰	۵:۰۰-۶:۰۰	۱۹:۱۷-۱۵	۱۷:۱۵-۱۶	۱۷:۱۵-۱۶
3	شیوه	12:45-11:30	11:15-10:30	جمع ساعتی	۵:۰۰-۶:۰۰	۵:۰۰-۶:۰۰	۱۶:۱۵-۱۵	۲۰:۳۰-۱۹:۱۵	شنبه	۳:۰۰-۴:۰۰	۳:۰۰-۴:۰۰	۲۰:۳۰-۱۹:۱۵	۲۰:۳۰-۱۹:۱۵	۱۹:۱۵-۲۰
4	عربی	12:45-11:30	11:15-10:30	جمع ساعتی	۵:۰۰-۶:۰۰	۵:۰۰-۶:۰۰	۱۷:۴۵-۱۶:۳۰	۲۰:۳۰-۱۹:۱۵	شنبه	۳:۰۰-۴:۰۰	۳:۰۰-۴:۰۰	۲۰:۳۰-۱۹:۱۵	۲۰:۳۰-۱۹:۱۵	۱۹:۱۵-۲۰
5	هندسه	18:15-19:45	19:45-22	جمع ساعتی	۵:۰۰-۶:۰۰	۵:۰۰-۶:۰۰	۱۹:۱۸-۱۸	۲۰:۳۰-۲۱	شنبه	۳:۰۰-۴:۰۰	۳:۰۰-۴:۰۰	۲۰:۳۰-۲۱	۲۰:۳۰-۲۱	۲۱:۱۵-۲۰
6	ریاضی	22:45-22:30	22:30-30	جمع ساعتی	۵:۰۰-۶:۰۰	۵:۰۰-۶:۰۰	۱۹:۲۱	۲۰:۳۰-۲۱	شنبه	۳:۰۰-۴:۰۰	۳:۰۰-۴:۰۰	۲۰:۳۰-۲۱	۲۰:۳۰-۲۱	۲۲:۳۰-۳۰
7	ادبیات	23:22-30	22:45	جمع ساعتی	۵:۰۰-۶:۰۰	۵:۰۰-۶:۰۰	۱۹:۲۱	۲۰:۳۰-۲۱	شنبه	۳:۰۰-۴:۰۰	۳:۰۰-۴:۰۰	۲۰:۳۰-۲۱	۲۰:۳۰-۲۱	۲۲:۳۰-۳۰
8	دفاتر	24:23-15	24:23-23	جمع ساعتی	۵:۰۰-۶:۰۰	۵:۰۰-۶:۰۰	۱۹:۲۱	۲۰:۳۰-۲۱	شنبه	۳:۰۰-۴:۰۰	۳:۰۰-۴:۰۰	۲۰:۳۰-۲۱	۲۰:۳۰-۲۱	۲۳:۱۵-۲۰
9	چگنی	24:23-15	24:23-15	جمع ساعتی	۵:۰۰-۶:۰۰	۵:۰۰-۶:۰۰	۱۹:۲۱	۲۰:۳۰-۲۱	شنبه	۳:۰۰-۴:۰۰	۳:۰۰-۴:۰۰	۲۰:۳۰-۲۱	۲۰:۳۰-۲۱	۲۳:۱۵-۲۰
10	دفاتر	24:23-15	24:23-15	جمع ساعتی	۵:۰۰-۶:۰۰	۵:۰۰-۶:۰۰	۱۹:۲۱	۲۰:۳۰-۲۱	شنبه	۳:۰۰-۴:۰۰	۳:۰۰-۴:۰۰	۲۰:۳۰-۲۱	۲۰:۳۰-۲۱	۲۳:۱۵-۲۰
11	نکره	24:23-15	24:23-15	جمع ساعتی	۵:۰۰-۶:۰۰	۵:۰۰-۶:۰۰	۱۹:۲۱	۲۰:۳۰-۲۱	شنبه	۳:۰۰-۴:۰۰	۳:۰۰-۴:۰۰	۲۰:۳۰-۲۱	۲۰:۳۰-۲۱	۲۳:۱۵-۲۰
12	قرار دهنده	24:23-15	24:23-15	جمع ساعتی	۵:۰۰-۶:۰۰	۵:۰۰-۶:۰۰	۱۹:۲۱	۲۰:۳۰-۲۱	شنبه	۳:۰۰-۴:۰۰	۳:۰۰-۴:۰۰	۲۰:۳۰-۲۱	۲۰:۳۰-۲۱	۲۳:۱۵-۲۰
13														
جمع تعداد تست هفتہ:							جمع ساعت مطالعاتی هفتہ:							

با سلام خدمت داشتم اموز عزیز پایه دهم تحریر
 ضمن تشریک از شما بایت همکاری موثر و آلهه سوالات و پیشنهادها خود را جهت ارتقا برنامه و رفع مشکلات درسی خود خواهشمندیم به موارد زیر دقت فرموده و در انجام آنها کوشیده باشید

جمع ساعت مطالعاتی و تعداد تست هردرس اختصاصی خود را در پایان هفته به مشاور گزارش دهید

در باکس های مربوط به تست های علامت زده گذشته را در انجام آنها دچار ضعف بوده اید و به جواب
 نهایی نرسیده با اشتیاه زده اید را بررسی کنید

چه هرچه بعتر انجام شدن برنامه مطالعاتی و افزایش راندانه درسی پیشنهاد شود شدیم برای اینجا باشد

راغبات عدم تبعیض در اختصاص زمان بین دروس ضروری است و پیشنهاده می شود حداقل زمان مطالعاتی هردرس
 رغبات شود و چنانچه در درسی نیاز به زمان بیشتری بود از باکس های اسارتخت استفاده شود

باکس های جمع ساعت مطالعاتی و جمع تعداد تست هفته و سونو گزارش تکمیلی هردرس را به دقت تکمیل نموده و به مشاور گزارش دهید. در صورت انجام هردرس از باکس های کارآمد شانه آن را به طور ویژه با هایلایت سیز مشخص نمایید

باکس های مطالعه و تدریس در روز تدریس دیر انجام گیرد و باکس های مطالعه و تکمیل در زمان تعیین شده در برنامه مطالعاتی
 و با توجه به توجه خود انجام خود آن را با هایلایت سیز و زد و قرمز مشخص نموده و گزارش دهید

با توجه به تیاز و درخواست شما دزموارد بررسی موارد روانشناسی و رفع مشکلات خود در این زمینه پیشنهاد شود با
 همراهی قبلي از توصيه ها و نکات روانشناس متخصص مجموعه طی جلسات روانشناسي با ايشان استفاده نمایيد.

دانش آموز عزیز میتوانند سوالات و پیشنهادهای خود را جهت ارائه و بررسی توسط دکتر رای در اختیار مشاور گزارش دهید
 قرار دهدن
 با تشكير واحد مشاوره و برنامه ریزی

با توجه به تیاز و درخواست شما دزموارد بررسی موارد روانشناسی و رفع مشکلات خود در این زمینه پیشنهاد شود با
 همراهی قبلي از توصيه ها و نکات روانشناس متخصص مجموعه طی جلسات روانشناسي با ايشان استفاده نمایيد.