

شماره	شنبه 1401/9/5 ساعت مطالعاتی : تعداد تست :	یکشنبه 1401/9/6 ساعت مطالعاتی : تعداد تست :	دوشنبه 1401/9/7 ساعت مطالعاتی : تعداد تست :	سه شنبه 1401/9/8 ساعت مطالعاتی : تعداد تست :	چهارشنبه 1401/9/9 ساعت مطالعاتی : تعداد تست :	پنجشنبه 1401/9/10 ساعت مطالعاتی : تعداد تست :	جمعه 1401/9/11 ساعت مطالعاتی : تعداد تست :	گزارش تفکیک هر درس
1	شیمی مطالعه و تدریس/انجام تکلیف/گم 3 و 1 درصد: تعداد کل تست : زمان ساختار 16 - 17:15	ورزش و فضای مجازی 17:45-18 17:45-18 ورزشی مطالعه و تدریس/انجام تکلیف/گم 3 و 1 درصد: تعداد کل تست : زمان ساختار 16 - 17:15	ورزش و فضای مجازی 17:45-18 17:45-18 ورزشی مطالعه و تدریس/انجام تکلیف/گم 3 و 1 درصد: تعداد کل تست : زمان ساختار 16 - 17:15	ورزش و فضای مجازی 17:45-18 17:45-18 ورزشی مطالعه و تدریس/انجام تکلیف/گم 3 و 1 درصد: تعداد کل تست : زمان ساختار 16 - 17:15	شیمی مطالعه و تدریس/انجام تکلیف/گم 3 و 1 درصد: تعداد کل تست : زمان ساختار 18-19	شیمی مطالعه و تدریس/انجام تکلیف/گم 3 و 4 درصد: تعداد کل تست : زمان ساختار 9-10:15	زیست مطالعه و تدریس/انجام تکلیف/گم 3 و 4 درصد: تعداد کل تست : زمان ساختار 9-10:15	فیزیک جمع ساعت: تعداد کل تست:
2	محیط / فیزیک مطالعه و تدریس/انجام تکلیف/گم 3 و 1 درصد: تعداد کل تست : زمان ساختار 17:30-18:45	ورزش و فضای مجازی 17:45-17:30 18:45-18 ورزشی مطالعه و تدریس/انجام تکلیف/گم 3 و 1 درصد: تعداد کل تست : زمان ساختار 17:30-20:30	ورزش و فضای مجازی 17:45-17:30 18:45-18 ورزشی مطالعه و تدریس/انجام تکلیف/گم 3 و 1 درصد: تعداد کل تست : زمان ساختار 17:30-20:30	فیزیک مطالعه و تدریس/انجام تکلیف/گم 3 و 1 درصد: تعداد کل تست : زمان ساختار 19:15-20:30	شیمی مطالعه و تدریس/انجام تکلیف/گم 3 و 1 درصد: تعداد کل تست : زمان ساختار 20:30-19:15	عربی مطالعه و تدریس/انجام تکلیف/گم 3 و 4 درصد: تعداد کل تست : زمان ساختار 10:30-11:15	زیست مطالعه و تدریس/انجام تکلیف/گم 3 و 4 درصد: تعداد کل تست : زمان ساختار 10:30-11:15	ادبیات جمع ساعت: تعداد کل تست:
3	ادبیات / محیط مطالعه و آمادگی برای روز بعد زمان ساختار: 19:45-19:45	ورزش و فضای مجازی 18:45-19 20:30-21 شام و فضای مجازی 20:30-21 عربی مطالعه و آمادگی برای روز بعد زمان ساختار: 19:45-19:45	ورزش و فضای مجازی 20:30-21 20:30-21 شام و فضای مجازی 20:30-21 عربی مطالعه و آمادگی برای روز بعد زمان ساختار: 19:45-19:45	شام و فضای مجازی 20:30-21 20:30-21 شام و فضای مجازی 20:30-21 عربی مطالعه و آمادگی برای روز بعد زمان ساختار: 19:45-19:45	ورزش و فضای مجازی 20:30-20:45 20:45-21:15 شام و فضای مجازی 20:45-21:15	زیست مطالعه و تدریس/انجام تکلیف/گم 3 و 4 درصد: تعداد کل تست : زمان ساختار 11:30-12:45	زیست مطالعه و تدریس/انجام تکلیف/گم 3 و 4 درصد: تعداد کل تست : زمان ساختار 11:30-12:45	فیزیک جمع ساعت: تعداد کل تست:
4	مطالعه ویژه آزمون روز دوشنبه زمان ساختار: 21:15-20:21:15	زیست مطالعه و تدریس/انجام تکلیف/گم 3 و 1 درصد: تعداد کل تست : زمان ساختار 22:45-23:15	زیست مطالعه و تدریس/انجام تکلیف/گم 3 و 1 درصد: تعداد کل تست : زمان ساختار 22:45-23:15	زیست مطالعه و تدریس/انجام تکلیف/گم 3 و 1 درصد: تعداد کل تست : زمان ساختار 22:45-23:15	فیزیک مطالعه ویژه گزینته دو زمان ساختار: 22:30-21:15	ورزش و فضای مجازی 12:45-13 13-15 نهار و استراحت 13-15	ورزش و فضای مجازی 12:45-13 13-15 نهار و استراحت 13-15	عربی جمع ساعت: تعداد کل تست:
5	مطالعه ویژه آزمون روز دوشنبه زمان ساختار: 23:30-22:23:30	ادبیات مطالعه و آمادگی برای روز بعد زمان ساختار: 24:23-23:30	شام و فضای مجازی 21:15-22 21:15-22 فیزیک مطالعه و تدریس/انجام تکلیف/گم 3 و 1 درصد: تعداد کل تست : زمان ساختار 23:22-22:22:15	فیزیک مطالعه ویژه گزینته دو زمان ساختار: 23:22-22:22:15	شیمی مطالعه ویژه گزینته دو زمان ساختار: 24:22-22:45	شیمی مطالعه و تدریس/انجام تکلیف/گم 3 و 4 درصد: تعداد کل تست : زمان ساختار 15:16-16:15	شیمی مطالعه و تدریس/انجام تکلیف/گم 3 و 4 درصد: تعداد کل تست : زمان ساختار 15:16-16:15	زبان جمع ساعت: تعداد کل تست:
6	کارنامه شبانه زیست (تست تطبیق) درصد: تعداد کل تست : زمان ساختار 15:24-23:23:15	زبان / تاریخ مطالعه و آمادگی برای روز بعد زمان ساختار: 23:45-23:45	زبان / تاریخ مطالعه و آمادگی برای روز بعد زمان ساختار: 23:45-23:45	زبان / تاریخ مطالعه و آمادگی برای روز بعد زمان ساختار: 23:45-23:45	زیست مطالعه و تدریس/انجام تکلیف/گم 3 و 4 درصد: تعداد کل تست : زمان ساختار 16:17-17:15	ادبیات مطالعه و تدریس/انجام تکلیف/گم 3 و 4 درصد: تعداد کل تست : زمان ساختار 16:17-17:15	ادبیات مطالعه و تدریس/انجام تکلیف/گم 3 و 4 درصد: تعداد کل تست : زمان ساختار 16:17-17:15	زیست جمع ساعت: تعداد کل تست:
7	با سلام خدمت دانش آموز عزیز پایه یازدهم تحریر 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 هر درس اختصاصی خود را در پایان هفته به مشاور گزارش دهید	اسراحت و تفریح 18:45-20 18:45-20	اسراحت و تفریح 18:45-20 18:45-20	اسراحت و تفریح 18:45-20 18:45-20	اسراحت و تفریح 18:45-20 18:45-20	اسراحت و تفریح 18:45-20 18:45-20	اسراحت و تفریح 18:45-20 18:45-20	دین و زندگی جمع ساعت: تعداد کل تست:
8	جهت بهره گیری انجام شدن برنامه مطالعاتی و افزایش راندمان درسی پیشنهاد می شود شیوه مطالعه شما به سبک رایج باشد	شام و فضای مجازی 21:21-21:30 21:21-21:30	شام و فضای مجازی 21:21-21:30 21:21-21:30	شام و فضای مجازی 21:21-21:30 21:21-21:30	شام و فضای مجازی 21:21-21:30 21:21-21:30	شام و فضای مجازی 21:21-21:30 21:21-21:30	شام و فضای مجازی 21:21-21:30 21:21-21:30	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 و چنانچه در درسی نیاز به زمان بیشتری بود از بکس های استراحت استفاده شود	تاریخ 22:45 22:45	تاریخ 22:45 22:45	تاریخ 22:45 22:45	تاریخ 22:45 22:45	تاریخ 22:45 22:45	تاریخ 22:45 22:45	تاریخ جمع ساعت: تعداد کل تست:
10	بکس 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 هر یک از بکس های کارنامه شبانه آن را به طور ویژه با هایلایت سبز مشخص نمایید	کارنامه شبانه زیست (تست تطبیق) درصد: تعداد کل تست : زمان ساختار 15:24-23:23:15	کارنامه شبانه زیست (تست تطبیق) درصد: تعداد کل تست : زمان ساختار 15:24-23:23:15	کارنامه شبانه زیست (تست تطبیق) درصد: تعداد کل تست : زمان ساختار 15:24-23:23:15	کارنامه شبانه زیست (تست تطبیق) درصد: تعداد کل تست : زمان ساختار 15:24-23:23:15	کارنامه شبانه زیست (تست تطبیق) درصد: تعداد کل تست : زمان ساختار 15:24-23:23:15	کارنامه شبانه زیست (تست تطبیق) درصد: تعداد کل تست : زمان ساختار 15:24-23:23:15	تاریخ جمع ساعت: تعداد کل تست:
11	بکس های مطالعه و تدریس در روز تدریس دچار انجم گیرد و بکس 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	تاریخ 22:45 22:45	تاریخ 22:45 22:45	تاریخ 22:45 22:45	تاریخ 22:45 22:45	تاریخ 22:45 22:45	تاریخ 22:45 22:45	تاریخ 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 همراهی قبل از توصیه ها و نکات روانشناس متخصص مجموعه طی جلسات روانشناسی با ایشان استفاده نمایید.	تاریخ 22:45 22:45	تاریخ 22:45 22:45	تاریخ 22:45 22:45	تاریخ 22:45 22:45	تاریخ 22:45 22:45	تاریخ 22:45 22:45	تاریخ جمع ساعت: تعداد کل تست:
13	دانش آموزان عزیز میتوانند سوالات و پیشنهادات خود را جهت ارائه و بررسی توسط دکتر رای در اختیار مشاورپایه خود قرار دهند با تشکر واحد مشاوره و برنامه ریزی	تاریخ 22:45 22:45	تاریخ 22:45 22:45	تاریخ 22:45 22:45	تاریخ 22:45 22:45	تاریخ 22:45 22:45	تاریخ 22:45 22:45	تاریخ جمع ساعت: تعداد کل تست:
				جمع ساعت مطالعاتی هفته:				جمع تعداد تست هفته: