

جدول پیش بینی فعالیت های روزانه { هفته اول }

ایام هفته	درس / فعالیت										
	هندسه ۱	شیمی ۱	ریاضی ۱	فیزیک ۱	انگلیسی ۱	عربی ۱	فارسی ۱	دین و زندگی ۱	پژوهش	آیتم هر شب	جمع ساعت مطالعه
شنبه	نام مبحث										
	زمان مطالعه										
	تعداد تمرین یا تست										
یکشنبه	نام مبحث										
	زمان مطالعه										
	تعداد تمرین یا تست										
دوشنبه	نام مبحث										
	زمان مطالعه										
	تعداد تمرین یا تست										
سه شنبه	نام مبحث										
	زمان مطالعه										
	تعداد تمرین یا تست										
چهارشنبه	نام مبحث										
	زمان مطالعه										
	تعداد تمرین یا تست										
پنج شنبه	نام مبحث										
	زمان مطالعه										
	تعداد تمرین یا تست										
جمعه	نام مبحث										
	زمان مطالعه										
	تعداد تمرین یا تست										
جمع ساعت مطالعه هفتگی											

وقتی خودت را باور داشته باشی هیچ چیز امکان پذیره.....

ارزیابی هفتگی (تستی - تشریحی) هفته اول نوروزی

نام درس	مبحث مطالعه شده	میزان مطالعه (دقیقه)	تعداد تمرین (تستی)	نمره (درصد)	خود ارزیابی (عالی - خوب - متوسط - ضعیف)
هندسه					
شیمی					
فیزیک					
ریاضی					
دین و زندگی					
فارسی					
عربی					
انگلیسی					
پژوهش					
جغرافیا					
دفاعی					
آیتم هر شب					

زیبایی یادگیری در این است که هیچ کس نمی تواند آن را از شما بگیرد.

نظر سنجی نسبت به عملکرد در این هفته

امضاء و تاریخ	نظر	نمره (۲۰ تا ۰)	
		اولیاء
		مشاور
.....			ارزیابی دانش آموز از خود
.....			تصمیم راهبردی برای هفته آینده



جدول پیش بین فعالیت های روزانه { هفته دوم }

ایام هفته	درس / فعالیت										
	هندسه ۱	شیمی ۱	ریاضی ۱	فیزیک ۱	انگلیسی ۱	عربی ۱	فارسی ۱	دین و زندگی ۱	پژوهش	آیتم هر شب	جمع ساعت مطالعه
شنبه	نام مبحث										
	زمان مطالعه										
	تعداد تمرین یا تست										
یکشنبه	نام مبحث										
	زمان مطالعه										
	تعداد تمرین یا تست										
دوشنبه	نام مبحث										
	زمان مطالعه										
	تعداد تمرین یا تست										
سه شنبه	نام مبحث										
	زمان مطالعه										
	تعداد تمرین یا تست										
چهارشنبه	نام مبحث										
	زمان مطالعه										
	تعداد تمرین یا تست										
پنج شنبه	نام مبحث										
	زمان مطالعه										
	تعداد تمرین یا تست										
جمعه	نام مبحث										
	زمان مطالعه										
	تعداد تمرین یا تست										
جمع ساعت مطالعه هفتگی											

یادگرفتن هیچ درسی سخت نیست، فقط بعضی وقتها باید یکم بیشتر تلاش کنی.

جدول ثبت مطالعات هفتگی { هفته روم }

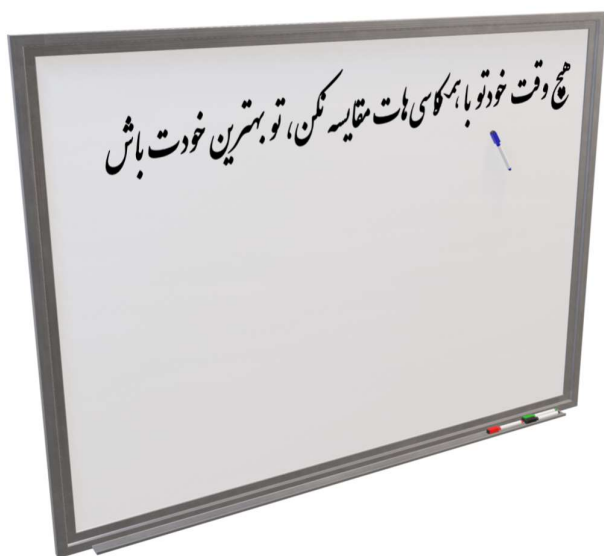
جمع ساعت مطالعه	آیتم هر شب	پژوهش	دین و زندگی ۱	فارسی ۱	عربی ۱	انگلیسی ۱	فیزیک ۱	ریاضی ۱	شیمی ۱	هندسه ۱	درس	ایام هفته
											فعالیت	
											نام مبحث	شنبه
											زمان مطالعه	
											تعداد تمرین یا تست	
											نام مبحث	یکشنبه
											زمان مطالعه	
											تعداد تمرین یا تست	
											نام مبحث	دوشنبه
											زمان مطالعه	
											تعداد تمرین یا تست	
											نام مبحث	سه شنبه
											زمان مطالعه	
											تعداد تمرین یا تست	
											نام مبحث	چهارشنبه
											زمان مطالعه	
											تعداد تمرین یا تست	
											نام مبحث	پنج شنبه
											زمان مطالعه	
											تعداد تمرین یا تست	
											نام مبحث	جمعه
											زمان مطالعه	
											تعداد تمرین یا تست	
												جمع ساعت مطالعه هفتگی

ارزیابی هفتگی (تستی - تشریحی) هفته (روم) نوروزی

نام درس	مبحث مطالعه شده	میزان مطالعه (دقیقه)	تعداد تمرین (تستی)	نمره (درصد)	خود ارزیابی (عالی - خوب - متوسط - ضعیف)
هندسه					
شیمی					
فیزیک					
ریاضی					
دین و زندگی					
فارسی					
عربی					
انگلیسی					
پژوهش					
جغرافیا					
دفاعی					
آیتم هر شب					



نظر سنجی نسبت به عملکرد در این هفته			
امضاء و تاریخ	نظر	نمره (۲۰ تا ۰)	
		اولیاء
		مشاور
.....			ارزیابی دانش آموز از خود
.....			تصمیم راهبردی برای هفته آینده



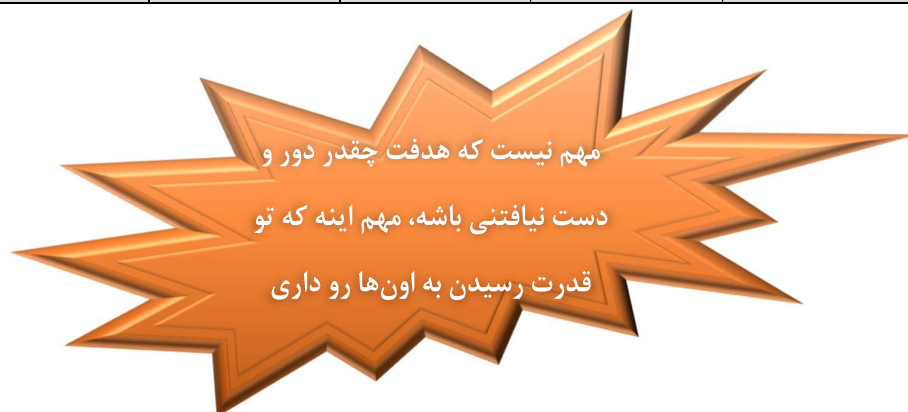
جدول پیش بینی فعالیت های روزانه { هفته سوم }

ایام هفته	درس / فعالیت										
	هندسه ۱	شیمی ۱	ریاضی ۱	فیزیک ۱	انگلیسی ۱	عربی ۱	فارسی ۱	دین و زندگی ۱	پژوهش	آیتم هر شب	جمع ساعت مطالعه
شنبه	نام مبحث										
	زمان مطالعه										
	تعداد تمرین یا تست										
یکشنبه	نام مبحث										
	زمان مطالعه										
	تعداد تمرین یا تست										
دوشنبه	نام مبحث										
	زمان مطالعه										
	تعداد تمرین یا تست										
سه شنبه	نام مبحث										
	زمان مطالعه										
	تعداد تمرین یا تست										
چهارشنبه	نام مبحث										
	زمان مطالعه										
	تعداد تمرین یا تست										
پنج شنبه	نام مبحث										
	زمان مطالعه										
	تعداد تمرین یا تست										
جمعه	نام مبحث										
	زمان مطالعه										
	تعداد تمرین یا تست										
جمع ساعت مطالعه هفتگی											

یه روزی پاداش سخت تلاش کردنت رو میکیری

ارزیابی هفتگی (تق - تشریحی) هفته سوم نوروزی

نام درس	مبحث مطالعه شده	میزان مطالعه (دقیقه)	تعداد تمرین (تست)	نمره (درصد)	خود ارزیابی (عالی - خوب - متوسط - ضعیف)
هندسه					
شیمی					
فیزیک					
ریاضی					
دین و زندگی					
فارسی					
عربی					
انگلیسی					
پژوهش					
جغرافیا					
دفاعی					
آیتم هر شب					



نظر سنجی نسبت به عملکرد در این هفته			
امضاء و تاریخ	نظر	نمره (۲۰ تا ۰)	
		اولیاء
		مشاور
.....			ارزیابی دانش آموز از خود
.....			تصمیم راهبردی برای هفته آینده

