

روز	درس	موضوع مطالعه و فعالیت	نتیجه اقدام	توصیه مشاور
شنبه ۷ مهر	ریاضی و آمار	دهم، فصل ۱، درس ۱، کتاب درسی، جزوه و تست	۹۰ دقیقه	<ul style="list-style-type: none"> ریاضی فقط با خواندن و گوش دادن یاد گرفته نمی‌شود. بخش زیادی از یادگیری ریاضی، به تمرین کردن فعالانه بستگی دارد. حتماً باید همه تکالیف درسی خود را انجام دهید. یاد گرفتن چگونگی استفاده از فرمول‌ها و روش‌ها، حیاتی است.
	علوم و فنون	دهم، درس ۴، کتاب درسی و تست	۹۰ دقیقه	
	عربی	دهم، درس ۱، کتاب درسی، جزوه و تست قواعد	۹۰ دقیقه	
	جامعه‌شناسی	دهم، درس ۱، کتاب درسی و تست	۷۵ دقیقه	
	اقتصاد	درس ۱، کتاب درسی و جزوه	۷۵ دقیقه	
	تاریخ	دهم، درس ۱، کتاب درسی و تست	۷۵ دقیقه	
	فلسفه	یازدهم، درس ۱، کتاب درسی و تست	۷۵ دقیقه	
یکشنبه ۸ مهر	جبران و بهبود			<ul style="list-style-type: none"> حتماً زمان اختصاص داده شده به دروس مختلف را به درستی رعایت کنید و اقدام تعریف شده را به طور کامل انجام دهید.
	ریاضی و آمار	دهم، فصل ۱، درس ۱، تست	۹۰ دقیقه	
	علوم و فنون	دهم، درس ۵، کتاب درسی و تست	۹۰ دقیقه	
	عربی	دهم، درس ۱، تست قواعد، ترجمه و درک متن	۹۰ دقیقه	
	تاریخ	دهم، درس ۲، کتاب درسی و تست	۷۵ دقیقه	
	فلسفه	یازدهم، درس ۲، کتاب درسی و تست	۷۵ دقیقه	
	منطق	درس ۱، کتاب درسی	۷۵ دقیقه	
دوشنبه ۹ مهر	جبران و بهبود			<ul style="list-style-type: none"> در هر روز یک واحد مطالعاتی تحت عنوان «جبران و بهبود» برای شما آورده شده است که توصیه می‌شود، متناسب با شرایط خود از این واحد مطالعاتی استفاده کنید. دانش‌آموزانی که طبق برنامه، به خوبی، پیش می‌روند، از این واحد مطالعاتی برای از خوب به عالی رفتن و تسلط بیشتر بر مطالب و مدیریت آزمون استفاده کنند.
	ریاضی و آمار	دهم، فصل ۱، درس ۲، کتاب درسی، جزوه و تست	۹۰ دقیقه	
	علوم و فنون	دهم، درس ۵، تست	۹۰ دقیقه	
	عربی	دهم، درس ۱، مرور لغات، تست قواعد، ترجمه و درک متن	۹۰ دقیقه	
	جامعه‌شناسی	دهم، درس ۲، کتاب درسی و تست	۷۵ دقیقه	
	جغرافیا	دهم، درس ۱، کتاب درسی	۷۵ دقیقه	
	روان‌شناسی	درس ۱، تا ابتدای تعریف روان‌شناسی، کتاب درسی و تست	۷۵ دقیقه	
سه‌شنبه ۱۰ مهر	منطق	درس ۱، کتاب درسی و تست	۷۵ دقیقه	<ul style="list-style-type: none"> یادگیری کلمات جدید هر درس، بسیار مهم است. ترجمه متن درس و جملات مربوط به تمرین‌ها، در گرو دانستن معنی این کلمات است. این کلمات را در متن درس بیابید و با توجه به تلفظ صحیح آن‌ها، معانی آن‌ها را با تکرار و تمرین مناسب به خاطر بسپارید.
	جبران و بهبود			
	ریاضی و آمار	دهم، فصل ۱، درس ۲، تست	۹۰ دقیقه	
	علوم و فنون	دهم، درس ۶، کتاب درسی و تست	۹۰ دقیقه	
	عربی	دهم، درس ۲، کتاب درسی، جزوه و تست قواعد	۹۰ دقیقه	
	اقتصاد	درس ۱، تست	۷۵ دقیقه	
	تاریخ	دهم، درس ۳، کتاب درسی و تست	۷۵ دقیقه	
چهارشنبه ۱۱ مهر	منطق	درس ۱، تست	۷۵ دقیقه	<ul style="list-style-type: none"> تکرار، شرط لازم برای کسب نتیجه خوب در درس علوم و فنون می‌باشد. باید مطالب این درس را در فواصل زمانی مختلف، تکرار کنید.
	روان‌شناسی	درس ۱، تا ابتدای تعریف روان‌شناسی، تست	۷۵ دقیقه	
	جبران و بهبود			
	ریاضی و آمار	دهم، فصل ۱، درس ۳، کتاب درسی، جزوه و تست	۹۰ دقیقه	
	علوم و فنون	دهم، درس ۶، تست	۹۰ دقیقه	
	جامعه‌شناسی	دهم، درس ۳، کتاب درسی و تست	۷۵ دقیقه	
	تاریخ	دهم، درس ۴، کتاب درسی و تست	۷۵ دقیقه	
پنجشنبه ۱۲ مهر	فلسفه	یازدهم، درس‌های ۱ و ۲، تست	۷۵ دقیقه	<ul style="list-style-type: none"> منطق از جمله دروسی است که بیش از هر چیز به «تمرکز» در حین خواندن نیاز دارد. شرایط را برای خود به صورتی آماده کنید که هنگام منطق خواندن حواستان پرت نشود.
	جغرافیا	دهم، درس ۲، کتاب درسی	۷۵ دقیقه	
	منطق	درس ۲، کتاب درسی	۹۰ دقیقه	
	جبران و بهبود			
	ریاضی و آمار	دهم، فصل ۱، درس ۳، تست	۹۰ دقیقه	
	علوم و فنون	دوازدهم، درس ۱، کتاب درسی و تست	۹۰ دقیقه	
	عربی	دهم، درس ۲، تست قواعد، ترجمه و درک متن	۹۰ دقیقه	
جمعه ۱۳ مهر	تاریخ	دوازدهم، درس ۱، کتاب درسی	۷۵ دقیقه	<p>سخن من با مشاور</p>
	فلسفه	دوازدهم، درس ۱، کتاب درسی و تست	۷۵ دقیقه	
	روان‌شناسی	درس ۱، از ابتدای تعریف روان‌شناسی تا انتهای درس، کتاب درسی و تست	۷۵ دقیقه	
	جامعه‌شناسی	دهم، درس ۴، کتاب درسی و تست	۷۵ دقیقه	
	جبران و بهبود			
	ریاضی و آمار	دوازدهم، فصل ۱، درس ۱، تا ابتدای نماد فاکتوریل، کتاب درسی، جزوه و تست	۹۰ دقیقه	
	ریاضی و آمار	دوازدهم، فصل ۱، درس ۱، تا ابتدای نماد فاکتوریل، تست	۷۵ دقیقه	
جمعه ۱۳ مهر	علوم و فنون	دهم، درس ۴ و دوازدهم، درس ۱، کتاب درسی و تست	۷۵ دقیقه	
	جامعه‌شناسی	دوازدهم، درس ۱، کتاب درسی	۷۵ دقیقه	
	اقتصاد	درس ۲، کتاب درسی و جزوه	۷۵ دقیقه	
	منطق	درس ۲، کتاب درسی و تست	۷۵ دقیقه	
جبران و بهبود			۷۵ دقیقه	

روز	درس	موضوع مطالعه و فعالیت	نتیجه اقدام	توصیه مشاور		
شنبه ۱۴ مهر	ریاضی و آمار	دوازدهم، فصل ۱، درس ۱، از ابتدای نماد فاکتوریل تا ابتدای ترکیب (ص ۸)، کتاب درسی، جزوه و تست	۹۰ دقیقه	<p>■ در زمان‌هایی که خستگی و دلزدگی از درس سراغتان می‌آید، درس خواندن را به‌طور کلی کنار نگذارید، بلکه به اندازه توان‌تان در همان حد که می‌توانید، درس بخوانید، حتی با مرورهای سطحی. مهم این است که تلاش جدی را متوقف نکنید. ایرادی ندارد که یک یا دو هفته را با روند آهسته و کندتری درس بخوانید.</p> <p>■ یکی از بهترین روش‌ها برای مطالعه درس تاریخ این است که محتوا را سریع اما با تمرکز بخوانید و سپس سعی کنید آن را برای خود با تأکید بر جزئیات و کلمات کلیدی، بیان کنید.</p> <p>■ مهم‌ترین منبع برای درس جامعه‌شناسی، کتاب درسی است. تک‌تک بندها را با دقت و عمیق بخوانید.</p> <p>■ سعی کنید تست‌ها را به‌صورت آزمون‌ی بزیند و درصد حساب کنید.</p> <p>■ تست‌های شک‌دار در هر درس را مشخص کنید و با تحلیل درست تعیین کنید در هر درس چند درصد از شک‌دارها، در صورت پاسخ دادن، درست می‌شد و بر این اساس مشخص کنید در کدام درس سر جلسه آزمون باید شک‌دارها پاسخ داده شوند و در کدام درس‌ها نه!</p>		
	علوم و فنون	دهم، درس ۵، تست	۹۰ دقیقه			
	جامعه‌شناسی	دوازدهم، درس ۱، کتاب درسی و تست	۷۵ دقیقه			
	تاریخ	دوازدهم، درس ۱، کتاب درسی و تست	۷۵ دقیقه			
	فلسفه	دوازدهم، درس ۲، کتاب درسی و تست	۹۰ دقیقه			
	جغرافیا	دهم، درس‌های ۱ و ۲، تست	۷۵ دقیقه			
	منطق	درس ۲، تست	۷۵ دقیقه			
	جبران و بهبود		۷۵ دقیقه			
	ریاضی و آمار	دوازدهم، فصل ۱، درس ۱، از ابتدای نماد فاکتوریل تا ابتدای ترکیب (ص ۸)، تست	۹۰ دقیقه			
	علوم و فنون	دهم، درس ۶، تست	۹۰ دقیقه			
	عربی	دهم، درس ۲، مرور لغات، تست قواعد، ترجمه و درک متن	۷۵ دقیقه			
	اقتصاد	درس ۲، تست	۷۵ دقیقه			
	فلسفه	دوازدهم، درس‌های ۱ و ۲، تست	۷۵ دقیقه			
	جغرافیا	دوازدهم، درس ۱، کتاب درسی	۷۵ دقیقه			
جبران و بهبود		۷۵ دقیقه				
دوشنبه ۱۵ مهر	ریاضی و آمار	دوازدهم، فصل ۱، درس ۱، تا ابتدای ترکیب (ص ۸)، تست	۹۰ دقیقه	<p>■ تست‌های شک‌دار در هر درس را مشخص کنید و با تحلیل درست تعیین کنید در هر درس چند درصد از شک‌دارها، در صورت پاسخ دادن، درست می‌شد و بر این اساس مشخص کنید در کدام درس سر جلسه آزمون باید شک‌دارها پاسخ داده شوند و در کدام درس‌ها نه!</p>		
	علوم و فنون	دهم، درس ۵، مرور کتاب درسی و تست	۹۰ دقیقه			
	عربی	دوازدهم، درس ۱، تا انتهای صفحه ۴، کتاب درسی، جزوه و تست ترجمه	۹۰ دقیقه			
	جامعه‌شناسی	دوازدهم، درس ۱، تست	۷۵ دقیقه			
	اقتصاد	درس‌های ۱ و ۲، کتاب درسی	۷۵ دقیقه			
	روان‌شناسی	درس ۱، از ابتدای تعریف روان‌شناسی تا انتهای درس، تست	۷۵ دقیقه			
	جغرافیا	دوازدهم، درس ۱، مرور کتاب درسی و تست	۷۵ دقیقه			
	جبران و بهبود		۷۵ دقیقه			
	ریاضی و آمار	دهم، فصل ۱، درس ۱، تست	۷۵ دقیقه			
	ریاضی و آمار	دهم، فصل ۱، درس ۲، تست	۷۵ دقیقه			
	علوم و فنون	دهم، درس ۶، مرور کتاب درسی و تست	۹۰ دقیقه			
	عربی	دوازدهم، درس ۱، تا انتهای صفحه ۴، مرور لغات و تست ترجمه	۷۵ دقیقه			
	جامعه‌شناسی	دهم، درس‌های ۱ و ۲، مرور کتاب درسی و تست	۹۰ دقیقه			
	منطق	درس‌های ۱ و ۲، کتاب درسی و تست	۹۰ دقیقه			
تاریخ	دهم، درس‌های ۱ و ۲، مرور کتاب درسی و تست	۷۵ دقیقه				
جبران و بهبود		۷۵ دقیقه				
سه‌شنبه ۱۷ مهر	ریاضی و آمار	دهم، فصل ۱، درس ۳، تست	۷۵ دقیقه	<p>سخن من با مشاور</p>		
	علوم و فنون	دهم، درس ۴ و دوازدهم، درس ۱، کتاب درسی و تست	۹۰ دقیقه			
	عربی	دهم، درس‌های ۱ و ۲، مرور لغات، تست قواعد، ترجمه و درک متن	۹۰ دقیقه			
	جامعه‌شناسی	دهم، درس‌های ۳ و ۴، مرور کتاب درسی و تست	۷۵ دقیقه			
	اقتصاد	درس‌های ۱ و ۲، تست	۷۵ دقیقه			
	فلسفه	یازدهم، درس‌های ۱ و ۲، کتاب درسی	۹۰ دقیقه			
	جغرافیا	دهم، درس‌های ۱ و ۲، مرور کتاب درسی و تست	۷۵ دقیقه			
	جبران و بهبود		۷۵ دقیقه			
	ریاضی و آمار	دوازدهم، فصل ۱، درس ۱، تا ابتدای ترکیب (ص ۸)، تست	۷۵ دقیقه			
	علوم و فنون	دهم، درس ۴، مرور کتاب درسی و تست	۹۰ دقیقه			
	عربی	دوازدهم، درس ۱، تا انتهای صفحه ۴، مرور لغات و کتاب درسی و تست ترجمه	۷۵ دقیقه			
	فلسفه	دوازدهم، درس ۱ و ۲، کتاب درسی	۷۵ دقیقه			
	روان‌شناسی	درس ۱، مرور کتاب درسی و تست	۷۵ دقیقه			
	تاریخ	دهم، درس ۳ و ۴، مرور کتاب درسی و تست	۹۰ دقیقه			
جبران و بهبود		۷۵ دقیقه				
چهارشنبه ۱۸ مهر	ریاضی و آمار	دوازدهم، فصل ۱، درس ۱، تا ابتدای ترکیب (ص ۸)، تست	۷۵ دقیقه	<p>آزمون</p>		
	علوم و فنون	دهم، درس ۴، مرور کتاب درسی و تست	۹۰ دقیقه			
	عربی	دوازدهم، درس ۱، تا انتهای صفحه ۴، مرور لغات و کتاب درسی و تست ترجمه	۷۵ دقیقه			
	فلسفه	دوازدهم، درس ۱ و ۲، کتاب درسی	۷۵ دقیقه			
	روان‌شناسی	درس ۱، مرور کتاب درسی و تست	۷۵ دقیقه			
	تاریخ	دهم، درس ۳ و ۴، مرور کتاب درسی و تست	۹۰ دقیقه			
	جبران و بهبود		۷۵ دقیقه			
	پنجشنبه ۱۹ مهر	ریاضی و آمار	دوازدهم، فصل ۱، درس ۱، تا ابتدای ترکیب (ص ۸)، تست		۷۵ دقیقه	<p>آزمون</p>
		علوم و فنون	دهم، درس ۴، مرور کتاب درسی و تست		۹۰ دقیقه	
		عربی	دوازدهم، درس ۱، تا انتهای صفحه ۴، مرور لغات و کتاب درسی و تست ترجمه		۷۵ دقیقه	
		فلسفه	دوازدهم، درس ۱ و ۲، کتاب درسی		۷۵ دقیقه	
		روان‌شناسی	درس ۱، مرور کتاب درسی و تست		۷۵ دقیقه	
		تاریخ	دهم، درس ۳ و ۴، مرور کتاب درسی و تست		۹۰ دقیقه	
		جبران و بهبود			۷۵ دقیقه	
جمعه ۲۰ مهر		ریاضی و آمار	دوازدهم، فصل ۱، درس ۱، تا ابتدای ترکیب (ص ۸)، تست	۷۵ دقیقه	<p>آزمون</p>	
		علوم و فنون	دهم، درس ۴، مرور کتاب درسی و تست	۹۰ دقیقه		
		عربی	دوازدهم، درس ۱، تا انتهای صفحه ۴، مرور لغات و کتاب درسی و تست ترجمه	۷۵ دقیقه		
		فلسفه	دوازدهم، درس ۱ و ۲، کتاب درسی	۷۵ دقیقه		
		روان‌شناسی	درس ۱، مرور کتاب درسی و تست	۷۵ دقیقه		
		تاریخ	دهم، درس ۳ و ۴، مرور کتاب درسی و تست	۹۰ دقیقه		
		جبران و بهبود		۷۵ دقیقه		