

نمونه جدول برنامه مطالعه روزانه و هفتگی

بررسی نقاط قوت و افزایش
اعتماد به نفس:
بررسی نقاط ضعف جهت اصلاح
دربرنامه های آتی:

یادتون نره «خواستن توانستن
است» اما با همت و سعی و تلاش

برنامه روزهای پنجشنبه جمعه:
۱- رسیدگی به تکالیف و دروس
عقب مانده هفته

۲- دروس نوشتنی هفته آینده

۳- آمادگی دروس شنبه

۴- رسیدگی به برنامه های غیر
از مدرسه

مشاور دبیرستان یاس نبی (س)

ایام هفته	«زمان پیش بینی شده جهت مطالعه دروس و انجام تکالیف درسی»								
شنبه	ساعت								
	درس	مرور دروس همان روز							
یکشنبه	ساعت								
	درس	مرور دروس همان روز							
دوشنبه	ساعت								
	درس	مرور دروس همان روز							
سه شنبه	ساعت								
	درس	مرور دروس همان روز							
چهارشنبه	ساعت								
	درس	مرور دروس همان روز							
پنجشنبه	ساعت								
	درس	مرور دروس همان روز							
جمعه	ساعت								
	درس								

نمونه جدول برنامه مطالعه روزانه و هفتگی

بررسی نقاط قوت و افزایش
اعتماد به نفس:
بررسی نقاط ضعف جهت اصلاح
دربرنامه های آتی:

	جمع کل ساعات مطالعه	ارزیابی دانش آموز	«زمان پیش بینی شده جهت مطالعه دروس و انجام تکالیف درسی»					ایام هفته
یادتون نره «خواستن توانستن است» اما با همت و سعی و تلاش برنامه روزهای پنجشنبه جمعه: ۱- رسیدگی به تکالیف و دروس عقب مانده هفته ۲- دروس نوشتنی هفته آینده ۳- آمادگی دروس شنبه ۴- رسیدگی به برنامه های غیر از مدرسه مشاور دبیرستان یاس نبی (س)							شنبه	
						مرور دروس همان روز	ساعت درس	
							یکشنبه	
						مرور دروس همان روز	ساعت درس	
							دوشنبه	
						مرور دروس همان روز	ساعت درس	
							سه شنبه	
						مرور دروس همان روز	ساعت درس	
							چهارشنبه	
						مرور دروس همان روز	ساعت درس	
							پنجشنبه	
							جمعه	