

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

دفتر پرنامہ ریزی

کنکھور سراج

توضیحات دفتر برنامه ریزی سرالچ

این دفتر کاملترین و خلاصه ترین دفتر برنامه ریزی کنکور هست که موارد بسیار زیادی و ضروری رو شامل شده و از ذکر موارد اضافی و حاشیه ای خودداری شده این دفتر کاملا رایگان هست و هزینه اون فقط یک دعای خیر برای نویسنده اش هست و زدن ای دی هر شخص کانال سایت و یا ادرس و اسم سایت و ... ممنوع هست!!!

این دفتر شامل عملکرد دو هفته قبل، تغییرات تراز، ساعت و تست هر درس و کل دروس هم چنین برنامه ریزی برای دو هفته آینده، جملات طلایی، گزارش کار هر روز، مبحث مطالعه شده، ساعت مطالعه، تعداد تست کار شده، پیش بینی، اجرا و ساعت مطالعه درس و کل دروس هم چنین ساعت استفاده از گوشی، تی وی، ساعت خواب، میزان اجرای برنامه، رضایت فردی، اشتباهات، دستاورد ها، اهداف روزانه، هفتگی و ویژگی های بیشتری هستش که در ادامه با هر کدوم از اونها آشنا میشیم.

قسمت اول گزارش کار روزانه

روز	عنوان	زیست	شیمی	ریاضی	فیزیک	زمین	ادبیات	دینی	عربی	زبان	کل	فعالیت	نکات مثبت و منفی راهکار هدف گذاری تلنگر
۴	مبحث											📅	✓
	پیش بینی	!!!! این دفتر رایگان هستش و درج هرگونه واترمارک و id کانال یا شخصی ممنوع و درام هست!!!!											
	اجرا											📁	
ساعت											🎯		

بخش اول گزارش فعالیت های درسی: هر شب قبل از مطالعه قسمت پیش بینی رو پر میکنید مثلا در قسمت پیش بینی درس ادبیات مینویسین مثلا ۱۳۵+۴۴ یعنی دو ساعت و ربع یا همون ۱۳۵ دقیقه با ۴۴ تست برای همه درس هایی که میخواهین فردا بخونید پیش بینی و هدف گذاری میکنید. جمع ساعت مطالعه و تعداد تست همه دروس رو در ستون کل مینویسین یکم ریز بنویسین مبحث رو هم میتونین بنویسین ☺
فرداشب بعد از اتمام مطالعه در قسمت مبحث، مبحث مطالعه شده مینویسین مثلا زیر زیست مینویسین تا اول لپید. توی قسمت اجرا، ساعت مطالعه با تعداد تست رو مینویسین مثلا ۱۴۸+۵۹. توی قسمت ساعت هم ساعتی که اون درس رو خوندین مینویسین مثلا ۱۲:۳۰-۱۰:۱۵.

توی ستون کل هم جمع ساعت مطالعه و تست همه دروس رو مینویسین. توی قسمت ساعت هم ساعت شروع و پایان مطالعه رو مینویسین مثلا ۲۳:۳۰-۰۷:۳۰.

بخش دوم گزارش فعالیت های غیردرسی: فعالیت اول همون خوابه دومی ساعت استفاده از گوشی سومی ساعت استفاده از تی وی چهارمی هم میزان رضایت تونه و یا میزان اجرای برنامه پیش بینی شده هست که میتونین از یک تا بیست یا تا صد به خودتون امتیاز و یا نمره بدین توی قسمت چپ میزان خوابی که میخواهین بخوابین رو شب قبل مینویسین همینطور گوشی و تی وی و میزان اجرای برنامه رو پیش بینی میکنید. فردا بعد از اتمام مطالعه میزانی که خوابیدین و یا از گوشی و تی وی و اجرای برنامتون رو توی سمت راست ای کون مورد نظر مینویسین.

ستون جملات هم شب قبل اینکه بخوابین کارهای اشتباه و کارهای درست امروزتون رو مینویسین و برای اشتباهاتون راهکار تعیین میکنید تا فردا عملکردتون رو اصلاح کنید و برای فردا هدف گذاری کنید و توی قسمت هفته هم همین نکات رو برای کل هفته و راهکار و هدف گذاری های کلی برای هفته آینده مینویسین توجه کنید که این قسمت بیشتر برای به امور غیردرسی هستش

تاریخ هفته
از / /
تا / /

تست هفتگی	زیست	شیمی	ریاضی	فیزیک	زمین	ادبیات	دینی	عربی	زبان
تعداد تست زده شده	تعداد تست زده شده	تعداد تست زده شده	تعداد تست زده شده	تعداد تست زده شده	تعداد تست زده شده	تعداد تست زده شده	تعداد تست زده شده	تعداد تست زده شده	تعداد تست زده شده
میانگین درصد	میانگین درصد	میانگین درصد	میانگین درصد	میانگین درصد	میانگین درصد	میانگین درصد	میانگین درصد	میانگین درصد	میانگین درصد

جمع مطالعه هفته	جمع تست هفته	جمع مطالعه کل	جمع تست کل	میانگین تراز آزمون
عمومی	عمومی	عمومی	عمومی	آزمون قبل
اختصاصی	اختصاصی	اختصاصی	اختصاصی	آزمون آینده

بخش سوم گزارش هفتگی: تو قسمت تاریخ، تاریخ اون هفته رو مینویسین مثلا از ۸/۲ تا ۸/۹. توی قسمت تست هفتگی مجموع تعداد تست زده شده و میانگین درصد هر درس رو مینویسین. توی قسمت جمع مطالعه، جمع ساعت مطالعه دروس اختصاصی و عمومی رو از روز اول تا الان مینویسین برای اینکار کافیه همین قسمت رو در هفته قبل با میزان ساعت مطالعه این هفته جمع کنی و برای تعداد تست کل هم به همین صورت عمل میکنی. توی قسمت تراز آزمون هم تراز آزمون قبلتون رو مینویسین با ترازای که میخوانی توی آزمون بعدی کسب کنی.

قسمت دوم نگاهی به دو هفته قبل و دو هفته آینده

بخش اول عملکرد دو هفته قبل: این صفحه رو بعد از اعلام نتایج آزمون و یا اتمام دو هفته اول و زمانی که میخوانی برای آزمون بعدی برنامه بریزین پر میکنین بخش اول این صفحه عملکرد دو هفته قبل هست به این صورت که جلوی قسمت مبحث، مبحث مطالعه شده درس مورد نظر در دو هفته قبل و جلوی ساعت و تست هم میزان ساعتی که در دو هفته اون درس رو مطالعه کردین و جلوی تست هم تعداد تستی که توی دو هفته زدین رو مینویسین.

کل	ساعت	ت
	تست	س
زیست	مبحث	ت
	ساعت	س
	تست	ت

ستون بعدی که ت س ت هست میزان تغییرات تراز، ساعت مطالعه و تعداد تست زده شده شما در این آزمون با آزمون قبلش هست و برای ردیف کل تراز کل آزمون و برای هر درس بصورت جداگانه پر میکنین. ت اول تغییرات تراز هست اگه توی آزمون قبل ترازتون ۶۸۰۰ بوده و الان ۶۶۵۰ شده توی قسمت ت اول مینویسن ۱۵۰- یعنی ۱۵۰ تا افت تراز داشتن. س یعنی تغییرات ساعت مطالعه درس مورد نظر و یا کل دروس در این آزمون در مقایسه با آزمون قبل هست. ت دوم هم تغییرات تعداد تست هست که برای هر درس و کل دروس مینویسین مثلا ۲۵۰+ یعنی ۲۵۰ تست بیشتر نسبت به آزمون قبل کار کردین.

بخش دوم برنامه ریزی برای دو هفته آینده: توی این قسمت برای دو هفته آینده برنامه ریزی میکنید و مباحث جدیدی رو که میخوانی از هر درس مطالعه کنید به تفکیک پایه و پیش دانشگاهی مینویسید و برای قسمت مرور هم همینکارو انجام میدین

بخش سوم جملات طلایی: بخش بعدی قسمت جملات طلایی هستش که میتونید موارد کلی اشتباهات دستاوردها اهداف آینده راهکارها و چند جمله به خودتون رو بعد از تکمیل دو بخش قبلی یعنی عملکرد دو هفته قبل و برنامه ریزی برای دو هفته آینده تون بنویسین.

از /	تا /	مباحث جدید دو هفته آینده ▶		مباحثی که مرور میکنم ☑	
		پایه	پیش	پایه	پیش
کل	۱				
شیمی	کل	!!!! این دفتر رایگان هستش و درج هرگروه و آدرمارک و آی کی کانال یا شخصی ممنوع و دراج هست !!!!			
	۱				
	۲				

!!!! این دفتر رایگان هستش و درج هرگروه و آدرمارک و id کانال یا شخصی ممنوع و دراج هست با آرزوی موفقیت برای کنکورهای عزیز التماس دعا سرراچ!!!!

کتاب منزلت

نام و نام خانوادگی:
سال تحصیلی: ۹۷-۹۸ روز شروع:
هدف امسال: رتبه کنکور ۹۸:
درصدهایی که در کنکور کسب میکنم
ادبیات: عربی: دینی: زبان:
ریاضی: زیست: فیزیک: شیمی:
شماره تلفن:
آدرس:
اهداف بلند مدت
۱
۲
۳
۴
۵
امضاء

از /	تا /	مباحث جدید دو هفته آینده ▶		مباحثی که مرور میکنم ◀	
		پایه	پیش	پایه	پیش
زیست	کل				
	۱				
شیمی	کل				
	۱				
ریاضی	کل				
	۱				
فیزیک	کل				
	۱				
زمین	کل				
	۱				
ادبیات	کل				
	۱				
دینی	کل				
	۱				
عربی	کل				
	۱				
زبان	کل				
	۱				

!! اشتباهات گذشته !!

۱
۲
۳
۴
۵
دستاوردهای گذشته
۱
۲
۳
۴
۵
اهداف آینده
۱
۲
۳
۴
۵
راهکار رسیدن به اهداف
۱
۲
۳
۴
۵
چند جمله به خودت
۱
۲
۳
۴

روز	عنوان	زیست	شیمی	ریاضی	فیزیک	زمین	ادبیات	دینی	عربی	زبان	کل	فعالیت	نکات مثبت و منفی راهکار هدف گذاری تلنگر
شنبه	مبحث											☎	✓
	پیش بینی											📞	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
یکشنبه	مبحث											☎	✓
	پیش بینی											📞	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
دوشنبه	مبحث											☎	✓
	پیش بینی											📞	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
سه شنبه	مبحث											☎	✓
	پیش بینی											📞	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
چهارشنبه	مبحث											☎	✓
	پیش بینی											📞	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
پنجشنبه	مبحث											☎	✓
	پیش بینی											📞	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
جمعه	مبحث											☎	✓
	پیش بینی											📞	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
1 هفته	مبحث											☎	✓
	پیش بینی											📞	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	

میانگین تراز آزمون	جمع تست کل	جمع مطالعه کل	جمع تست هفته	جمع مطالعه هفته
آزمون قبل	عمومی	عمومی	عمومی	عمومی
آزمون آینده	اختصاصی	اختصاصی	اختصاصی	اختصاصی

زبان	عربی	دینی	ادبیات	زمین	فیزیک	ریاضی	شیمی	زیست	تست هفتگی
									تعداد تست زده شده
									میانگین درصد

تاریخ هفته
از / /
تا / /

روز	عنوان	زیست	شیمی	ریاضی	فیزیک	زمین	ادبیات	دینی	عربی	زبان	کل	فعالیت	نکات مثبت و منفی راهکار هدف گذاری تلنگر
شنبه	مبحث											☎	✓
	پیش بینی											📞	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
یکشنبه	مبحث											☎	✓
	پیش بینی											📞	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
دوشنبه	مبحث											☎	✓
	پیش بینی											📞	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
سه شنبه	مبحث											☎	✓
	پیش بینی											📞	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
چهارشنبه	مبحث											☎	✓
	پیش بینی											📞	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
پنجشنبه	مبحث											☎	✓
	پیش بینی											📞	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
جمعه	مبحث											☎	✓
	پیش بینی											📞	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
۲ هفته	مبحث											☎	✓
	پیش بینی											📞	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	

میانگین تراز آزمون	جمع تست کل	جمع مطالعه کل	جمع تست هفته	جمع مطالعه هفته
آزمون قبل	عمومی	عمومی	عمومی	عمومی
آزمون آینده	اختصاصی	اختصاصی	اختصاصی	اختصاصی

تاریخ هفته	تست هفتگی	زیست	شیمی	ریاضی	فیزیک	زمین	ادبیات	دینی	عربی	زبان
از / /	تعداد تست زده شده									
تا / /	میانگین درصد									

تاریخ هفته
از / /
تا / /

کل	ساعت تست	ت
زیست	مبحث	ت
	ساعت	س
	تست	ت
	مبحث	ت
شیمی	ساعت	س
	تست	ت
ریاضی	مبحث	ت
	ساعت	س
	تست	ت
	مبحث	ت
فیزیک	ساعت	س
	تست	ت
زمین	مبحث	ت
	ساعت	س
	تست	ت
	مبحث	ت
ادبیات	ساعت	س
	تست	ت
دینی	مبحث	ت
	ساعت	س
	تست	ت
	مبحث	ت
عربی	ساعت	س
	تست	ت
زبان	مبحث	ت
	ساعت	س
	تست	ت

از / تا	مباحث جدید دو هفته آینده ▶		مباحثی که مرور میکنم ◻	
/	پایه	پیش	پایه	پیش
زیست	کل			
	۱			
	۲			
	کل			
شیمی	۱			
	۲			
ریاضی	کل			
	۱			
	۲			
	کل			
فیزیک	۱			
	۲			
زمین	کل			
	۱			
	۲			
	کل			
ادبیات	۱			
	۲			
دینی	کل			
	۱			
	۲			
	کل			
عربی	۱			
	۲			
زبان	کل			
	۱			
	۲			
	۲			

!! اشتباهات گذشته !!	
۱	
۲	
۳	
۴	
۵	
◻ دستاورد های گذشته ◻	
۱	
۲	
۳	
۴	
۵	
◻ اهداف آینده ◻	
۱	
۲	
۳	
۴	
۵	
◻ راهکار رسیدن به اهداف ◻	
۱	
۲	
۳	
۴	
۵	
◻ چند جمله به خودت ◻	
۱	
۲	
۳	
۴	

روز	عنوان	زیست	شیمی	ریاضی	فیزیک	زمین	ادبیات	دینی	عربی	زبان	کل	فعالیت	نکات مثبت و منفی راهکار هدف گذاری تلنگر
شنبه	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
یکشنبه	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
دوشنبه	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
سه شنبه	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
چهارشنبه	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
پنجشنبه	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
جمعه	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
۳ هفته	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	

میانگین تراز آزمون	جمع تست کل	جمع مطالعه کل	جمع تست هفته	جمع مطالعه هفته
آزمون قبل	عمومی	عمومی	عمومی	عمومی
آزمون آینده	اختصاصی	اختصاصی	اختصاصی	اختصاصی

تاریخ هفته	تست هفتگی	زیست	شیمی	ریاضی	فیزیک	زمین	ادبیات	دینی	عربی	زبان
از / /	تعداد تست زده شده									
تا / /	میانگین درصد									

تاریخ هفته
از / /
تا / /

روز	عنوان	زیست	شیمی	ریاضی	فیزیک	زمین	ادبیات	دینی	عربی	زبان	کل	فعالیت	نکات مثبت و منفی راهکار هدف گذاری تلنگر
شنبه	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
یکشنبه	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
دوشنبه	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
سه شنبه	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
چهارشنبه	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
پنجشنبه	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
جمعه	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
۴ هفته	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	

میانگین تراز آزمون	جمع تست کل	جمع مطالعه کل	جمع تست هفته	جمع مطالعه هفته
آزمون قبل	عمومی	عمومی	عمومی	عمومی
آزمون آینده	اختصاصی	اختصاصی	اختصاصی	اختصاصی

تاریخ هفته	تست هفتگی	زیست	شیمی	ریاضی	فیزیک	زمین	ادبیات	دینی	عربی	زبان
از / /	تعداد تست زده شده									
تا / /	میانگین درصد									

تاریخ هفته
از / /
تا / /

کل	ساعت تست	ت
زیست	مبحث	ت
	ساعت	س
	تست	ت
	مبحث	ت
شیمی	ساعت	س
	تست	ت
ریاضی	مبحث	ت
	ساعت	س
	تست	ت
	مبحث	ت
فیزیک	ساعت	س
	تست	ت
زمین	مبحث	ت
	ساعت	س
	تست	ت
	مبحث	ت
ادبیات	ساعت	س
	تست	ت
دینی	مبحث	ت
	ساعت	س
	تست	ت
	مبحث	ت
عربی	ساعت	س
	تست	ت
زبان	مبحث	ت
	ساعت	س
	تست	ت

از / تا	مباحث جدید دو هفته آینده ▶		مباحثی که مرور میکنم ☑	
	پایه	پیش	پایه	پیش
زیست	کل			
	۱			
	۲			
	کل			
شیمی	۱			
	۲			
ریاضی	کل			
	۱			
	۲			
	کل			
فیزیک	۱			
	۲			
زمین	کل			
	۱			
	۲			
	کل			
ادبیات	۱			
	۲			
دینی	کل			
	۱			
	۲			
	کل			
عربی	۱			
	۲			
زبان	کل			
	۱			
	۲			

!! اشتباهات گذشته !!	
۱	
۲	
۳	
۴	
۵	
📖 دستاورد های گذشته 📖	
۱	
۲	
۳	
۴	
۵	
🎯 اهداف آینده 🎯	
۱	
۲	
۳	
۴	
۵	
✔ راهکار رسیدن به اهداف ✔	
۱	
۲	
۳	
۴	
۵	
🗨 چند جمله به خودت 🗨	
۱	
۲	
۳	
۴	

روز	عنوان	زیست	شیمی	ریاضی	فیزیک	زمین	ادبیات	دینی	عربی	زبان	کل	فعالیت	نکات مثبت و منفی راهکار هدف گذاری تلنگر
شنبه	مبحث											☞	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
یکشنبه	مبحث											☞	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
دوشنبه	مبحث											☞	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
سه شنبه	مبحث											☞	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
چهارشنبه	مبحث											☞	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
پنجشنبه	مبحث											☞	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
جمعه	مبحث											☞	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
هفته ۵	مبحث											☞	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	

میانگین تراز آزمون	جمع تست کل	جمع مطالعه کل	جمع تست هفته	جمع مطالعه هفته
آزمون قبل	عمومی	عمومی	عمومی	عمومی
آزمون آینده	اختصاصی	اختصاصی	اختصاصی	اختصاصی

تاریخ هفته	تست هفتگی	زیست	شیمی	ریاضی	فیزیک	زمین	ادبیات	دینی	عربی	زبان
از / /	تعداد تست زده شده									
تا / /	میانگین درصد									

تاریخ هفته
از / /
تا / /

روز	عنوان	زیست	شیمی	ریاضی	فیزیک	زمین	ادبیات	دینی	عربی	زبان	کل	فعالیت	نکات مثبت و منفی راهکار هدف گذاری تلنگر
شنبه	مبحث											☎	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
یکشنبه	مبحث											☎	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
دوشنبه	مبحث											☎	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
سه شنبه	مبحث											☎	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
چهارشنبه	مبحث											☎	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
پنجشنبه	مبحث											☎	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
جمعه	مبحث											☎	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
هفته ۶	مبحث											☎	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	

میانگین تراز آزمون	جمع تست کل	جمع مطالعه کل	جمع تست هفته	جمع مطالعه هفته
آزمون قبل	عمومی	عمومی	عمومی	عمومی
آزمون آینده	اختصاصی	اختصاصی	اختصاصی	اختصاصی

تاریخ هفته	تست هفتگی	زیست	شیمی	ریاضی	فیزیک	زمین	ادبیات	دینی	عربی	زبان
از / /	تعداد تست زده شده									
تا / /	میانگین درصد									

تاریخ هفته
از / /
تا / /

کل	ساعت تست	ت
زیست	مبحث	ت
	ساعت	س
شیمی	مبحث	ت
	ساعت	س
ریاضی	مبحث	ت
	ساعت	س
فیزیک	مبحث	ت
	ساعت	س
زمین	مبحث	ت
	ساعت	س
ادبیات	مبحث	ت
	ساعت	س
دینی	مبحث	ت
	ساعت	س
عربی	مبحث	ت
	ساعت	س
زبان	مبحث	ت
	ساعت	س
	تست	ت

از / تا	مباحث جدید دو هفته آینده ▶		مباحثی که مرور میکنم ◻	
/	پایه	پیش	پایه	پیش
زیست	کل			
	۱			
شیمی	کل			
	۱			
ریاضی	کل			
	۱			
فیزیک	کل			
	۱			
زمین	کل			
	۱			
ادبیات	کل			
	۱			
دینی	کل			
	۱			
عربی	کل			
	۱			
زبان	کل			
	۱			

!! اشتباهات گذشته !!	
۱	
۲	
۳	
۴	
۵	
دستاوردهای گذشته ◻	
۱	
۲	
۳	
۴	
۵	
اهداف آینده ✎	
۱	
۲	
۳	
۴	
۵	
راهکار رسیدن به اهداف ✓	
۱	
۲	
۳	
۴	
۵	
چند جمله به خودت ✎	
۱	
۲	
۳	
۴	

روز	عنوان	زیست	شیمی	ریاضی	فیزیک	زمین	ادبیات	دینی	عربی	زبان	کل	فعالیت	نکات مثبت و منفی راهکار هدف گذاری تلنگر
شنبه	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
یکشنبه	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
دوشنبه	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
سه شنبه	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
چهارشنبه	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
پنجشنبه	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
جمعه	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
۷ هفته	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	

میانگین تراز آزمون	جمع تست کل	جمع مطالعه کل	جمع تست هفته	جمع مطالعه هفته
آزمون قبل	عمومی	عمومی	عمومی	عمومی
آزمون آینده	اختصاصی	اختصاصی	اختصاصی	اختصاصی

تاریخ هفته	تست هفتگی	زیست	شیمی	ریاضی	فیزیک	زمین	ادبیات	دینی	عربی	زبان
از / /	تعداد تست زده شده									
تا / /	میانگین درصد									

تاریخ هفته
از / /
تا / /

روز	عنوان	زیست	شیمی	ریاضی	فیزیک	زمین	ادبیات	دینی	عربی	زبان	کل	فعالیت	نکات مثبت و منفی راهکار هدف گذاری تلنگر
شنبه	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎️	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
یکشنبه	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎️	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
دوشنبه	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎️	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
سه شنبه	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎️	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
چهارشنبه	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎️	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
پنجشنبه	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎️	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
جمعه	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎️	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
۸ هفته	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎️	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	

میانگین تراز آزمون	جمع تست کل	جمع مطالعه کل	جمع تست هفته	جمع مطالعه هفته
آزمون قبل	عمومی	عمومی	عمومی	عمومی
آزمون آینده	اختصاصی	اختصاصی	اختصاصی	اختصاصی

تست هفتگی	زیست	شیمی	ریاضی	فیزیک	زمین	ادبیات	دینی	عربی	زبان
تعداد تست زده شده									
میانگین درصد									

تاریخ هفته
از / /
تا / /

کل	ساعت تست	ت
زیست	مبحث	ت
	ساعت	س
	تست	ت
	مبحث	ت
شیمی	ساعت	س
	تست	ت
ریاضی	مبحث	ت
	ساعت	س
	تست	ت
	مبحث	ت
فیزیک	ساعت	س
	تست	ت
زمین	مبحث	ت
	ساعت	س
	تست	ت
	مبحث	ت
ادبیات	ساعت	س
	تست	ت
دینی	مبحث	ت
	ساعت	س
	تست	ت
	مبحث	ت
عربی	ساعت	س
	تست	ت
زبان	مبحث	ت
	ساعت	س
	تست	ت

از / تا	مباحث جدید دو هفته آینده ▶		مباحثی که مرور میکنم ◻	
/	پایه	پیش	پایه	پیش
زیست	کل			
	۱			
	۲			
	کل			
شیمی	۱			
	۲			
ریاضی	کل			
	۱			
	۲			
	کل			
فیزیک	۱			
	۲			
زمین	کل			
	۱			
	۲			
	کل			
ادبیات	۱			
	۲			
دینی	کل			
	۱			
	۲			
	کل			
عربی	۱			
	۲			
زبان	کل			
	۱			
	۲			

!! اشتباهات گذشته !!	
۱	
۲	
۳	
۴	
۵	
◻ دستاورد های گذشته ◻	
۱	
۲	
۳	
۴	
۵	
◻ اهداف آینده ◻	
۱	
۲	
۳	
۴	
۵	
◻ راهکار رسیدن به اهداف ◻	
۱	
۲	
۳	
۴	
۵	
◻ چند جمله به خودت ◻	
۱	
۲	
۳	
۴	

روز	عنوان	زیست	شیمی	ریاضی	فیزیک	زمین	ادبیات	دینی	عربی	زبان	کل	فعالیت	نکات مثبت و منفی راهکار هدف گذاری تلنگر
شنبه	مبحث											☎	✓
	پیش بینی											📞	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
یکشنبه	مبحث											☎	✓
	پیش بینی											📞	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
دوشنبه	مبحث											☎	✓
	پیش بینی											📞	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
سه شنبه	مبحث											☎	✓
	پیش بینی											📞	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
چهارشنبه	مبحث											☎	✓
	پیش بینی											📞	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
پنجشنبه	مبحث											☎	✓
	پیش بینی											📞	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
جمعه	مبحث											☎	✓
	پیش بینی											📞	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
۹ هفته	مبحث											☎	✓
	پیش بینی											📞	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	

میانگین تراز آزمون	جمع تست کل	جمع مطالعه کل	جمع تست هفته	جمع مطالعه هفته
آزمون قبل	عمومی	عمومی	عمومی	عمومی
آزمون آینده	اختصاصی	اختصاصی	اختصاصی	اختصاصی

تاریخ هفته	تست هفتگی	زیست	شیمی	ریاضی	فیزیک	زمین	ادبیات	دینی	عربی	زبان
از / /	تعداد تست زده شده									
تا / /	میانگین درصد									

تاریخ هفته
از / /
تا / /

روز	عنوان	زیست	شیمی	ریاضی	فیزیک	زمین	ادبیات	دینی	عربی	زبان	کل	فعالیت	نکات مثبت و منفی راهکار هدف گذاری تلنگر
شنبه	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
یکشنبه	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
دوشنبه	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
سه شنبه	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
چهارشنبه	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
پنجشنبه	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
جمعه	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
۱۰ هفته	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	

میانگین تراز آزمون	جمع تست کل	جمع مطالعه کل	جمع تست هفته	جمع مطالعه هفته
آزمون قبل	عمومی	عمومی	عمومی	عمومی
آزمون آینده	اختصاصی	اختصاصی	اختصاصی	اختصاصی

تست هفتگی	زیست	شیمی	ریاضی	فیزیک	زمین	ادبیات	دینی	عربی	زبان
تعداد تست زده شده									
میانگین درصد									

تاریخ هفته
از / /
تا / /

کل	ساعت تست	ت
زیست	مبحث	ت
	ساعت	س
	تست	ت
	مبحث	ت
شیمی	ساعت	س
	تست	ت
ریاضی	مبحث	ت
	ساعت	س
	تست	ت
	مبحث	ت
فیزیک	ساعت	س
	تست	ت
زمین	مبحث	ت
	ساعت	س
	تست	ت
	مبحث	ت
ادبیات	ساعت	س
	تست	ت
دینی	مبحث	ت
	ساعت	س
	تست	ت
	مبحث	ت
عربی	ساعت	س
	تست	ت
زبان	مبحث	ت
	ساعت	س
	تست	ت

از / تا	مباحث جدید دو هفته آینده ▶		مباحثی که مرور میکنم ◻	
/	پایه	پیش	پایه	پیش
زیست	کل			
	۱			
	۲			
	کل			
شیمی	۱			
	۲			
ریاضی	کل			
	۱			
	۲			
	کل			
فیزیک	۱			
	۲			
زمین	کل			
	۱			
	۲			
	کل			
ادبیات	۱			
	۲			
دینی	کل			
	۱			
	۲			
	کل			
عربی	۱			
	۲			
زبان	کل			
	۱			
	۲			

!! اشتباهات گذشته !!	
۱	
۲	
۳	
۴	
۵	
◻ دستاورد های گذشته ◻	
۱	
۲	
۳	
۴	
۵	
◻ اهداف آینده ◻	
۱	
۲	
۳	
۴	
۵	
◻ راهکار رسیدن به اهداف ◻	
۱	
۲	
۳	
۴	
۵	
◻ چند جمله به خودت ◻	
۱	
۲	
۳	
۴	

روز	عنوان	زیست	شیمی	ریاضی	فیزیک	زمین	ادبیات	دینی	عربی	زبان	کل	فعالیت	نکات مثبت و منفی راهکار هدف گذاری تلنگر
شنبه	مبحث											☎	✓
	پیش بینی											📞	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
یکشنبه	مبحث											☎	✓
	پیش بینی											📞	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
دوشنبه	مبحث											☎	✓
	پیش بینی											📞	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
سه شنبه	مبحث											☎	✓
	پیش بینی											📞	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
چهارشنبه	مبحث											☎	✓
	پیش بینی											📞	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
پنجشنبه	مبحث											☎	✓
	پیش بینی											📞	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
جمعه	مبحث											☎	✓
	پیش بینی											📞	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
۱۱ هفته	مبحث											☎	✓
	پیش بینی											📞	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	

میانگین تراز آزمون	جمع تست کل	جمع مطالعه کل	جمع تست هفته	جمع مطالعه هفته
آزمون قبل	عمومی	عمومی	عمومی	عمومی
آزمون آینده	اختصاصی	اختصاصی	اختصاصی	اختصاصی

تست هفتگی	زیست	شیمی	ریاضی	فیزیک	زمین	ادبیات	دینی	عربی	زبان
تعداد تست زده شده									
میانگین درصد									

تاریخ هفته
از / /
تا / /

روز	عنوان	زیست	شیمی	ریاضی	فیزیک	زمین	ادبیات	دینی	عربی	زبان	کل	فعالیت	نکات مثبت و منفی راهکار هدف گذاری تلنگر
شنبه	مبحث											☎	✓
	پیش بینی											📞	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
یکشنبه	مبحث											☎	✓
	پیش بینی											📞	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
دوشنبه	مبحث											☎	✓
	پیش بینی											📞	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
سه شنبه	مبحث											☎	✓
	پیش بینی											📞	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
چهارشنبه	مبحث											☎	✓
	پیش بینی											📞	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
پنجشنبه	مبحث											☎	✓
	پیش بینی											📞	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
جمعه	مبحث											☎	✓
	پیش بینی											📞	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
۱۲ هفته	مبحث											☎	✓
	پیش بینی											📞	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	

میانگین تراز آزمون	جمع تست کل	جمع مطالعه کل	جمع تست هفته	جمع مطالعه هفته
آزمون قبل	عمومی	عمومی	عمومی	عمومی
آزمون آینده	اختصاصی	اختصاصی	اختصاصی	اختصاصی

زبان	عربی	دینی	ادبیات	زمین	فیزیک	ریاضی	شیمی	زیست	تست هفتگی
									تعداد تست زده شده
									میانگین درصد

تاریخ هفته
از / /
تا / /

کل	ساعت تست	ت
زیست	مبحث	ت
	ساعت	س
	تست	ت
	مبحث	ت
شیمی	ساعت	س
	تست	ت
ریاضی	مبحث	ت
	ساعت	س
	تست	ت
	مبحث	ت
فیزیک	ساعت	س
	تست	ت
زمین	مبحث	ت
	ساعت	س
	تست	ت
	مبحث	ت
ادبیات	ساعت	س
	تست	ت
دینی	مبحث	ت
	ساعت	س
	تست	ت
	مبحث	ت
عربی	ساعت	س
	تست	ت
زبان	مبحث	ت
	ساعت	س
	تست	ت

از / تا	مباحث جدید دو هفته آینده ▶		مباحثی که مرور میکنم ◻	
/	پایه	پیش	پایه	پیش
زیست	کل			
	۱			
	۲			
	کل			
شیمی	۱			
	۲			
ریاضی	کل			
	۱			
	۲			
	کل			
فیزیک	۱			
	۲			
زمین	کل			
	۱			
	۲			
	کل			
ادبیات	۱			
	۲			
دینی	کل			
	۱			
	۲			
	کل			
عربی	۱			
	۲			
زبان	کل			
	۱			
	۲			

!! اشتباهات گذشته !!	
۱	
۲	
۳	
۴	
۵	
◻ دستاورد های گذشته ◻	
۱	
۲	
۳	
۴	
۵	
◻ اهداف آینده ◻	
۱	
۲	
۳	
۴	
۵	
◻ راهکار رسیدن به اهداف ◻	
۱	
۲	
۳	
۴	
۵	
◻ چند جمله به خودت ◻	
۱	
۲	
۳	
۴	

روز	عنوان	زیست	شیمی	ریاضی	فیزیک	زمین	ادبیات	دینی	عربی	زبان	کل	فعالیت	نکات مثبت و منفی راهکار هدف گذاری تلنگر
شنبه	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
یکشنبه	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
دوشنبه	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
سه شنبه	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
چهارشنبه	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
پنجشنبه	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
جمعه	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
۱۳ هفته	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	

میانگین تراز آزمون	جمع تست کل	جمع مطالعه کل	جمع تست هفته	جمع مطالعه هفته
آزمون قبل	عمومی	عمومی	عمومی	عمومی
آزمون آینده	اختصاصی	اختصاصی	اختصاصی	اختصاصی

تاریخ هفته	تست هفتگی	زیست	شیمی	ریاضی	فیزیک	زمین	ادبیات	دینی	عربی	زبان
از / /	تعداد تست زده شده									
تا / /	میانگین درصد									

تاریخ هفته
از / /
تا / /

روز	عنوان	زیست	شیمی	ریاضی	فیزیک	زمین	ادبیات	دینی	عربی	زبان	کل	فعالیت	نکات مثبت و منفی راهکار هدف گذاری تلنگر
شنبه	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
یکشنبه	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
دوشنبه	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
سه شنبه	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
چهارشنبه	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
پنجشنبه	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
جمعه	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
۱۴ هفته	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	

میانگین تراز آزمون	جمع تست کل	جمع مطالعه کل	جمع تست هفته	جمع مطالعه هفته
آزمون قبل	عمومی	عمومی	عمومی	عمومی
آزمون آینده	اختصاصی	اختصاصی	اختصاصی	اختصاصی

تاریخ هفته	تست هفتگی	زیست	شیمی	ریاضی	فیزیک	زمین	ادبیات	دینی	عربی	زبان
از / /	تعداد تست زده شده									
تا / /	میانگین درصد									

تاریخ هفته
از / /
تا / /

کل	ساعت تست	ت
زیست	مبحث	ت
	ساعت	س
شیمی	مبحث	ت
	ساعت	س
ریاضی	مبحث	ت
	ساعت	س
فیزیک	مبحث	ت
	ساعت	س
زمین	مبحث	ت
	ساعت	س
ادبیات	مبحث	ت
	ساعت	س
دینی	مبحث	ت
	ساعت	س
عربی	مبحث	ت
	ساعت	س
زبان	مبحث	ت
	ساعت	س
	تست	ت

از / تا	مباحث جدید دو هفته آینده ▶		مباحثی که مرور میکنم ◻	
زیست	پایه	پیش	پایه	پیش
کل				
۱				
۲				
کل				
۱				
۲				
کل				
۱				
۲				
کل				
۱				
۲				
کل				
۱				
۲				
کل				
۱				
۲				
کل				
۱				
۲				

!! اشتباهات گذشته !!	
۱	
۲	
۳	
۴	
۵	
◻ دستاورد های گذشته ◻	
۱	
۲	
۳	
۴	
۵	
◻ اهداف آینده ◻	
۱	
۲	
۳	
۴	
۵	
◻ راهکار رسیدن به اهداف ◻	
۱	
۲	
۳	
۴	
۵	
◻ چند جمله به خودت ◻	
۱	
۲	
۳	
۴	

روز	عنوان	زیست	شیمی	ریاضی	فیزیک	زمین	ادبیات	دینی	عربی	زبان	کل	فعالیت	نکات مثبت و منفی راهکار هدف گذاری تلنگر
شنبه	مبحث											☎	✓
	پیش بینی											📞	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
یکشنبه	مبحث											☎	✓
	پیش بینی											📞	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
دوشنبه	مبحث											☎	✓
	پیش بینی											📞	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
سه شنبه	مبحث											☎	✓
	پیش بینی											📞	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
چهارشنبه	مبحث											☎	✓
	پیش بینی											📞	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
پنجشنبه	مبحث											☎	✓
	پیش بینی											📞	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
جمعه	مبحث											☎	✓
	پیش بینی											📞	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
هفته ۱۵	مبحث											☎	✓
	پیش بینی											📞	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	

میانگین تراز آزمون	جمع تست کل	جمع مطالعه کل	جمع تست هفته	جمع مطالعه هفته
آزمون قبل	عمومی	عمومی	عمومی	عمومی
آزمون آینده	اختصاصی	اختصاصی	اختصاصی	اختصاصی

تاریخ هفته	تست هفتگی	زیست	شیمی	ریاضی	فیزیک	زمین	ادبیات	دینی	عربی	زبان
از / /	تعداد تست زده شده									
تا / /	میانگین درصد									

تاریخ هفته
از / /
تا / /

روز	عنوان	زیست	شیمی	ریاضی	فیزیک	زمین	ادبیات	دینی	عربی	زبان	کل	فعالیت	نکات مثبت و منفی راهکار هدف گذاری تلنگر
شنبه	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎	
شنبه	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
یکشنبه	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎	
یکشنبه	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
دوشنبه	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎	
دوشنبه	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
سه شنبه	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎	
سه شنبه	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
چهارشنبه	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎	
چهارشنبه	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
پنجشنبه	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎	
پنجشنبه	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
جمعه	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎	
جمعه	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
هفته ۱۶	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎	
هفته ۱۶	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	

میانگین تراز آزمون	جمع تست کل	جمع مطالعه کل	جمع تست هفته	جمع مطالعه هفته
آزمون قبل	عمومی	عمومی	عمومی	عمومی
آزمون آینده	اختصاصی	اختصاصی	اختصاصی	اختصاصی

تست هفتگی	زیست	شیمی	ریاضی	فیزیک	زمین	ادبیات	دینی	عربی	زبان
تعداد تست زده شده									
میانگین درصد									

تاریخ هفته
از / /
تا / /

کل	ساعت تست	ت
زیست	مبحث	ت
	ساعت	س
	تست	ت
	مبحث	ت
شیمی	ساعت	س
	تست	ت
ریاضی	مبحث	ت
	ساعت	س
	تست	ت
	مبحث	ت
فیزیک	ساعت	س
	تست	ت
زمین	مبحث	ت
	ساعت	س
	تست	ت
	مبحث	ت
ادبیات	ساعت	س
	تست	ت
دینی	مبحث	ت
	ساعت	س
	تست	ت
	مبحث	ت
عربی	ساعت	س
	تست	ت
زبان	مبحث	ت
	ساعت	س
	تست	ت

از / تا	مباحث جدید دو هفته آینده ▶		مباحثی که مرور میکنم ◻	
/	پایه	پیش	پایه	پیش
زیست	کل			
	۱			
	۲			
	کل			
شیمی	۱			
	۲			
ریاضی	کل			
	۱			
	۲			
	کل			
فیزیک	۱			
	۲			
زمین	کل			
	۱			
	۲			
	کل			
ادبیات	۱			
	۲			
دینی	کل			
	۱			
	۲			
	کل			
عربی	۱			
	۲			
زبان	کل			
	۱			
	۲			

!! اشتباهات گذشته !!	
۱	
۲	
۳	
۴	
۵	
دستاوردهای گذشته ◻	
۱	
۲	
۳	
۴	
۵	
اهداف آینده ✎	
۱	
۲	
۳	
۴	
۵	
راهکار رسیدن به اهداف ✓	
۱	
۲	
۳	
۴	
۵	
چند جمله به خودت ◻	
۱	
۲	
۳	
۴	

روز	عنوان	زیست	شیمی	ریاضی	فیزیک	زمین	ادبیات	دینی	عربی	زبان	کل	فعالیت	نکات مثبت و منفی راهکار هدف گذاری تلنگر
شنبه	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎	
شنبه	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
یکشنبه	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎	
یکشنبه	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
دوشنبه	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎	
دوشنبه	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
سه شنبه	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎	
سه شنبه	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
چهارشنبه	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎	
چهارشنبه	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
پنجشنبه	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎	
پنجشنبه	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
جمعه	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎	
جمعه	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
هفته ۱۷	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎	
هفته ۱۷	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	

میانگین تراز آزمون	جمع تست کل	جمع مطالعه کل	جمع تست هفته	جمع مطالعه هفته
آزمون قبل	عمومی	عمومی	عمومی	عمومی
آزمون آینده	اختصاصی	اختصاصی	اختصاصی	اختصاصی

تاریخ هفته	تست هفتگی	زیست	شیمی	ریاضی	فیزیک	زمین	ادبیات	دینی	عربی	زبان
از / /	تعداد تست زده شده									
تا / /	میانگین درصد									

تاریخ هفته
از / /
تا / /

روز	عنوان	زیست	شیمی	ریاضی	فیزیک	زمین	ادبیات	دینی	عربی	زبان	کل	فعالیت	نکات مثبت و منفی راهکار هدف گذاری تلنگر
شنبه	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
یکشنبه	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
دوشنبه	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
سه شنبه	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
چهارشنبه	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
پنجشنبه	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
جمعه	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
۱۸ هفته	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	

میانگین تراز آزمون	جمع تست کل	جمع مطالعه کل	جمع تست هفته	جمع مطالعه هفته
آزمون قبل	عمومی	عمومی	عمومی	عمومی
آزمون آینده	اختصاصی	اختصاصی	اختصاصی	اختصاصی

تاریخ هفته	تست هفتگی	زیست	شیمی	ریاضی	فیزیک	زمین	ادبیات	دینی	عربی	زبان
از / /	تعداد تست زده شده									
تا / /	میانگین درصد									

تاریخ هفته
از / /
تا / /

کل	ساعت تست	ت
زیست	مبحث	ت
	ساعت	س
	تست	ت
	مبحث	ت
شیمی	ساعت	س
	تست	ت
ریاضی	مبحث	ت
	ساعت	س
	تست	ت
	مبحث	ت
فیزیک	ساعت	س
	تست	ت
زمین	مبحث	ت
	ساعت	س
	تست	ت
	مبحث	ت
ادبیات	ساعت	س
	تست	ت
دینی	مبحث	ت
	ساعت	س
	تست	ت
	مبحث	ت
عربی	ساعت	س
	تست	ت
زبان	مبحث	ت
	ساعت	س
	تست	ت

از / تا	مباحث جدید دو هفته آینده ▶		مباحثی که مرور میکنم ◻	
/	پایه	پیش	پایه	پیش
زیست	کل			
	۱			
	۲			
	کل			
شیمی	۱			
	۲			
ریاضی	کل			
	۱			
	۲			
	کل			
فیزیک	۱			
	۲			
زمین	کل			
	۱			
	۲			
	کل			
ادبیات	۱			
	۲			
دینی	کل			
	۱			
	۲			
	کل			
عربی	۱			
	۲			
زبان	کل			
	۱			
	۲			

!! اشتباهات گذشته !!	
۱	
۲	
۳	
۴	
۵	
◻ دستاورد های گذشته ◻	
۱	
۲	
۳	
۴	
۵	
◻ اهداف آینده ◻	
۱	
۲	
۳	
۴	
۵	
◻ راهکار رسیدن به اهداف ◻	
۱	
۲	
۳	
۴	
۵	
◻ چند جمله به خودت ◻	
۱	
۲	
۳	
۴	

روز	عنوان	زیست	شیمی	ریاضی	فیزیک	زمین	ادبیات	دینی	عربی	زبان	کل	فعالیت	نکات مثبت و منفی راهکار هدف گذاری تلنگر
شنبه	مبحث											☑	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											☑	✗
	ساعت											🔄	
یکشنبه	مبحث											☑	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											☑	✗
	ساعت											🔄	
دوشنبه	مبحث											☑	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											☑	✗
	ساعت											🔄	
سه شنبه	مبحث											☑	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											☑	✗
	ساعت											🔄	
چهارشنبه	مبحث											☑	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											☑	✗
	ساعت											🔄	
پنجشنبه	مبحث											☑	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											☑	✗
	ساعت											🔄	
جمعه	مبحث											☑	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											☑	✗
	ساعت											🔄	
هفته ۱۹	مبحث											☑	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											☑	✗
	ساعت											🔄	

میانگین تراز آزمون	جمع تست کل	جمع مطالعه کل	جمع تست هفته	جمع مطالعه هفته
آزمون قبل	عمومی	عمومی	عمومی	عمومی
آزمون آینده	اختصاصی	اختصاصی	اختصاصی	اختصاصی

تست هفتگی	زیست	شیمی	ریاضی	فیزیک	زمین	ادبیات	دینی	عربی	زبان
تعداد تست زده شده									
میانگین درصد									

تاریخ هفته
از / /
تا / /

روز	عنوان	زیست	شیمی	ریاضی	فیزیک	زمین	ادبیات	دینی	عربی	زبان	کل	فعالیت	نکات مثبت و منفی راهکار هدف گذاری تلنگر
شنبه	مبحث											☑	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											☑	✗
	ساعت											🔄	
یکشنبه	مبحث											☑	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											☑	✗
	ساعت											🔄	
دوشنبه	مبحث											☑	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											☑	✗
	ساعت											🔄	
سه شنبه	مبحث											☑	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											☑	✗
	ساعت											🔄	
چهارشنبه	مبحث											☑	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											☑	✗
	ساعت											🔄	
پنجشنبه	مبحث											☑	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											☑	✗
	ساعت											🔄	
جمعه	مبحث											☑	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											☑	✗
	ساعت											🔄	
۲۰ هفته	مبحث											☑	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											☑	✗
	ساعت											🔄	

میانگین تراز آزمون	جمع تست کل	جمع مطالعه کل	جمع تست هفته	جمع مطالعه هفته
آزمون قبل	عمومی	عمومی	عمومی	عمومی
آزمون آینده	اختصاصی	اختصاصی	اختصاصی	اختصاصی

زبان	عربی	دینی	ادبیات	زمین	فیزیک	ریاضی	شیمی	زیست	تست هفتگی
									تعداد تست زده شده
									میانگین درصد

تاریخ هفته
از / /
تا / /

کل	ساعت تست	ت
زیست	مبحث	ت
	ساعت	س
شیمی	مبحث	ت
	ساعت	س
ریاضی	مبحث	ت
	ساعت	س
فیزیک	مبحث	ت
	ساعت	س
زمین	مبحث	ت
	ساعت	س
ادبیات	مبحث	ت
	ساعت	س
دینی	مبحث	ت
	ساعت	س
عربی	مبحث	ت
	ساعت	س
زبان	مبحث	ت
	ساعت	س
	تست	ت

از / تا	مباحث جدید دو هفته آینده ▶		مباحثی که مرور میکنم ◻	
زیست	پایه	پیش	پایه	پیش
کل				
۱				
۲				
کل				
۱				
۲				
کل				
۱				
۲				
کل				
۱				
۲				
کل				
۱				
۲				
کل				
۱				
۲				
کل				
۱				
۲				

!! اشتباهات گذشته !!	
۱	
۲	
۳	
۴	
۵	
◻ دستاورد های گذشته ◻	
۱	
۲	
۳	
۴	
۵	
◻ اهداف آینده ◻	
۱	
۲	
۳	
۴	
۵	
◻ راهکار رسیدن به اهداف ◻	
۱	
۲	
۳	
۴	
۵	
◻ چند جمله به خودت ◻	
۱	
۲	
۳	
۴	

روز	عنوان	زیست	شیمی	ریاضی	فیزیک	زمین	ادبیات	دینی	عربی	زبان	کل	فعالیت	نکات مثبت و منفی راهکار هدف گذاری تلنگر
شنبه	مبحث											☞	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
یکشنبه	مبحث											☞	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
دوشنبه	مبحث											☞	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
سه شنبه	مبحث											☞	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
چهارشنبه	مبحث											☞	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
پنجشنبه	مبحث											☞	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
جمعه	مبحث											☞	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
۲۱ هفته	مبحث											☞	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	

میانگین تراز آزمون	جمع تست کل	جمع مطالعه کل	جمع تست هفته	جمع مطالعه هفته
آزمون قبل	عمومی	عمومی	عمومی	عمومی
آزمون آینده	اختصاصی	اختصاصی	اختصاصی	اختصاصی

تاریخ هفته	تست هفتگی	زیست	شیمی	ریاضی	فیزیک	زمین	ادبیات	دینی	عربی	زبان
از / /	تعداد تست زده شده									
تا / /	میانگین درصد									

تاریخ هفته
از / /
تا / /

روز	عنوان	زیست	شیمی	ریاضی	فیزیک	زمین	ادبیات	دینی	عربی	زبان	کل	فعالیت	نکات مثبت و منفی راهکار هدف گذاری تلنگر
شنبه	مبحث											☑	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
یکشنبه	مبحث											☑	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
دوشنبه	مبحث											☑	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
سه شنبه	مبحث											☑	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
چهارشنبه	مبحث											☑	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
پنجشنبه	مبحث											☑	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
جمعه	مبحث											☑	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
۲۲ هفته	مبحث											☑	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	

میانگین تراز آزمون	جمع تست کل	جمع مطالعه کل	جمع تست هفته	جمع مطالعه هفته
آزمون قبل	عمومی	عمومی	عمومی	عمومی
آزمون آینده	اختصاصی	اختصاصی	اختصاصی	اختصاصی

تاریخ هفته	تست هفتگی	زیست	شیمی	ریاضی	فیزیک	زمین	ادبیات	دینی	عربی	زبان
از / /	تعداد تست زده شده									
تا / /	میانگین درصد									

تاریخ هفته
از / /
تا / /

کل	ساعت تست	ت
زیست	مبحث	ت
	ساعت	س
	تست	ت
	مبحث	ت
شیمی	ساعت	س
	تست	ت
ریاضی	مبحث	ت
	ساعت	س
	تست	ت
	مبحث	ت
فیزیک	ساعت	س
	تست	ت
زمین	مبحث	ت
	ساعت	س
	تست	ت
	مبحث	ت
ادبیات	ساعت	س
	تست	ت
دینی	مبحث	ت
	ساعت	س
	تست	ت
	مبحث	ت
عربی	ساعت	س
	تست	ت
زبان	مبحث	ت
	ساعت	س
	تست	ت

از / تا	مباحث جدید دو هفته آینده ▶		مباحثی که مرور میکنم ◻	
/	پایه	پیش	پایه	پیش
زیست	کل			
	۱			
	۲			
	کل			
شیمی	۱			
	۲			
ریاضی	کل			
	۱			
	۲			
	کل			
فیزیک	۱			
	۲			
زمین	کل			
	۱			
	۲			
	کل			
ادبیات	۱			
	۲			
دینی	کل			
	۱			
	۲			
	کل			
عربی	۱			
	۲			
زبان	کل			
	۱			
	۲			

!! اشتباهات گذشته !!	
۱	
۲	
۳	
۴	
۵	
◻ دستاورد های گذشته ◻	
۱	
۲	
۳	
۴	
۵	
◻ اهداف آینده ◻	
۱	
۲	
۳	
۴	
۵	
◻ راهکار رسیدن به اهداف ◻	
۱	
۲	
۳	
۴	
۵	
◻ چند جمله به خودت ◻	
۱	
۲	
۳	
۴	

روز	عنوان	زیست	شیمی	ریاضی	فیزیک	زمین	ادبیات	دینی	عربی	زبان	کل	فعالیت	نکات مثبت و منفی راهکار هدف گذاری تلنگر
شنبه	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
یکشنبه	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
دوشنبه	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
سه شنبه	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
چهارشنبه	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
پنجشنبه	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
جمعه	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
۲۳ هفته	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	

میانگین تراز آزمون	جمع تست کل	جمع مطالعه کل	جمع تست هفته	جمع مطالعه هفته
آزمون قبل	عمومی	عمومی	عمومی	عمومی
آزمون آینده	اختصاصی	اختصاصی	اختصاصی	اختصاصی

تاریخ هفته	تست هفتگی	زیست	شیمی	ریاضی	فیزیک	زمین	ادبیات	دینی	عربی	زبان
از / /	تعداد تست زده شده									
تا / /	میانگین درصد									

تاریخ هفته
از / /
تا / /

روز	عنوان	زیست	شیمی	ریاضی	فیزیک	زمین	ادبیات	دینی	عربی	زبان	کل	فعالیت	نکات مثبت و منفی راهکار هدف گذاری تلنگر
شنبه	مبحث											☎	✓
	پیش بینی											📞	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
یکشنبه	مبحث											☎	✓
	پیش بینی											📞	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
دوشنبه	مبحث											☎	✓
	پیش بینی											📞	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
سه شنبه	مبحث											☎	✓
	پیش بینی											📞	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
چهارشنبه	مبحث											☎	✓
	پیش بینی											📞	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
پنجشنبه	مبحث											☎	✓
	پیش بینی											📞	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
جمعه	مبحث											☎	✓
	پیش بینی											📞	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
۲۴ هفته	مبحث											☎	✓
	پیش بینی											📞	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	

میانگین تراز آزمون	جمع تست کل	جمع مطالعه کل	جمع تست هفته	جمع مطالعه هفته
آزمون قبل	عمومی	عمومی	عمومی	عمومی
آزمون آینده	اختصاصی	اختصاصی	اختصاصی	اختصاصی

زبان	عربی	دینی	ادبیات	زمین	فیزیک	ریاضی	شیمی	زیست	تست هفتگی
									تعداد تست زده شده
									میانگین درصد

تاریخ هفته
از / /
تا / /

کل	ساعت تست	ت
زیست	مبحث	ت
	ساعت	س
شیمی	مبحث	ت
	ساعت	س
ریاضی	مبحث	ت
	ساعت	س
فیزیک	مبحث	ت
	ساعت	س
زمین	مبحث	ت
	ساعت	س
ادبیات	مبحث	ت
	ساعت	س
دینی	مبحث	ت
	ساعت	س
عربی	مبحث	ت
	ساعت	س
زبان	مبحث	ت
	ساعت	س
	تست	ت

از / تا	مباحث جدید دو هفته آینده ▶		مباحثی که مرور میکنم ◻	
/	پایه	پیش	پایه	پیش
زیست	کل			
	۱			
شیمی	کل			
	۱			
ریاضی	کل			
	۱			
فیزیک	کل			
	۱			
زمین	کل			
	۱			
ادبیات	کل			
	۱			
دینی	کل			
	۱			
عربی	کل			
	۱			
زبان	کل			
	۱			

!! اشتباهات گذشته !!	
۱	
۲	
۳	
۴	
۵	
دستاوردهای گذشته ◻	
۱	
۲	
۳	
۴	
۵	
اهداف آینده ✎	
۱	
۲	
۳	
۴	
۵	
راهکار رسیدن به اهداف ✓	
۱	
۲	
۳	
۴	
۵	
چند جمله به خودت ◻	
۱	
۲	
۳	
۴	

روز	عنوان	زیست	شیمی	ریاضی	فیزیک	زمین	ادبیات	دینی	عربی	زبان	کل	فعالیت	نکات مثبت و منفی راهکار هدف گذاری تلنگر
شنبه	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
یکشنبه	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
دوشنبه	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
سه شنبه	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
چهارشنبه	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
پنجشنبه	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
جمعه	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
۲۵ هفته	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	

میانگین تراز آزمون	جمع تست کل	جمع مطالعه کل	جمع تست هفته	جمع مطالعه هفته
آزمون قبل	عمومی	عمومی	عمومی	عمومی
آزمون آینده	اختصاصی	اختصاصی	اختصاصی	اختصاصی

تست هفتگی	زیست	شیمی	ریاضی	فیزیک	زمین	ادبیات	دینی	عربی	زبان
تعداد تست زده شده									
میانگین درصد									

تاریخ هفته
از / /
تا / /

روز	عنوان	زیست	شیمی	ریاضی	فیزیک	زمین	ادبیات	دینی	عربی	زبان	کل	فعالیت	نکات مثبت و منفی راهکار هدف گذاری تلنگر
شنبه	مبحث											✓	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											✗	✗
	ساعت											🎯	
یکشنبه	مبحث											✓	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											✗	✗
	ساعت											🎯	
دوشنبه	مبحث											✓	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											✗	✗
	ساعت											🎯	
سه شنبه	مبحث											✓	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											✗	✗
	ساعت											🎯	
چهارشنبه	مبحث											✓	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											✗	✗
	ساعت											🎯	
پنجشنبه	مبحث											✓	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											✗	✗
	ساعت											🎯	
جمعه	مبحث											✓	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											✗	✗
	ساعت											🎯	
۲۶ هفته	مبحث											✓	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											✗	✗
	ساعت											🎯	

میانگین تراز آزمون	جمع تست کل	جمع مطالعه کل	جمع تست هفته	جمع مطالعه هفته
آزمون قبل	عمومی	عمومی	عمومی	عمومی
آزمون آینده	اختصاصی	اختصاصی	اختصاصی	اختصاصی

تاریخ هفته	تست هفتگی	زیست	شیمی	ریاضی	فیزیک	زمین	ادبیات	دینی	عربی	زبان
از / /	تعداد تست زده شده									
تا / /	میانگین درصد									

تاریخ هفته
از / /
تا / /

کل	ساعت تست	ت
زیست	مبحث	ت
	ساعت	س
	تست	ت
	مبحث	ت
شیمی	ساعت	س
	تست	ت
ریاضی	مبحث	ت
	ساعت	س
	تست	ت
	مبحث	ت
فیزیک	ساعت	س
	تست	ت
زمین	مبحث	ت
	ساعت	س
	تست	ت
	مبحث	ت
ادبیات	ساعت	س
	تست	ت
دینی	مبحث	ت
	ساعت	س
	تست	ت
	مبحث	ت
عربی	ساعت	س
	تست	ت
زبان	مبحث	ت
	ساعت	س
	تست	ت

از / تا	▶ مباحث جدید دو هفته آینده ▶		📅 مباحثی که مرور میکنم 📅	
	پایه	پیش	پایه	پیش
زیست	کل			
	۱			
	۲			
	کل			
شیمی	۱			
	۲			
ریاضی	کل			
	۱			
	۲			
	کل			
فیزیک	۱			
	۲			
زمین	کل			
	۱			
	۲			
	کل			
ادبیات	۱			
	۲			
دینی	کل			
	۱			
	۲			
	کل			
عربی	۱			
	۲			
زبان	کل			
	۱			
	۲			

!! اشتباهات گذشته !!	
۱	
۲	
۳	
۴	
۵	
📖 دستاورد های گذشته 📖	
۱	
۲	
۳	
۴	
۵	
🎯 اهداف آینده 🎯	
۱	
۲	
۳	
۴	
۵	
✔ راهکار رسیدن به اهداف ✔	
۱	
۲	
۳	
۴	
۵	
🗨 چند جمله به خودت 🗨	
۱	
۲	
۳	
۴	

روز	عنوان	زیست	شیمی	ریاضی	فیزیک	زمین	ادبیات	دینی	عربی	زبان	کل	فعالیت	نکات مثبت و منفی راهکار هدف گذاری تلنگر
شنبه	مبحث											☎	✓
	پیش بینی											📞	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
یکشنبه	مبحث											☎	✓
	پیش بینی											📞	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
دوشنبه	مبحث											☎	✓
	پیش بینی											📞	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
سه شنبه	مبحث											☎	✓
	پیش بینی											📞	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
چهارشنبه	مبحث											☎	✓
	پیش بینی											📞	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
پنجشنبه	مبحث											☎	✓
	پیش بینی											📞	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
جمعه	مبحث											☎	✓
	پیش بینی											📞	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
هفته ۲۷	مبحث											☎	✓
	پیش بینی											📞	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	

میانگین تراز آزمون	جمع تست کل	جمع مطالعه کل	جمع تست هفته	جمع مطالعه هفته
آزمون قبل	عمومی	عمومی	عمومی	عمومی
آزمون آینده	اختصاصی	اختصاصی	اختصاصی	اختصاصی

تاریخ هفته	تست هفتگی	زیست	شیمی	ریاضی	فیزیک	زمین	ادبیات	دینی	عربی	زبان
از / /	تعداد تست زده شده									
تا / /	میانگین درصد									

تاریخ هفته
از / /
تا / /

روز	عنوان	زیست	شیمی	ریاضی	فیزیک	زمین	ادبیات	دینی	عربی	زبان	کل	فعالیت	نکات مثبت و منفی راهکار هدف گذاری تلنگر
شنبه	مبحث											☎	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
یکشنبه	مبحث											☎	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
دوشنبه	مبحث											☎	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
سه شنبه	مبحث											☎	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
چهارشنبه	مبحث											☎	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
پنجشنبه	مبحث											☎	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
جمعه	مبحث											☎	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
۲۸ هفته	مبحث											☎	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	

میانگین تراز آزمون	جمع تست کل	جمع مطالعه کل	جمع تست هفته	جمع مطالعه هفته
آزمون قبل	عمومی	عمومی	عمومی	عمومی
آزمون آینده	اختصاصی	اختصاصی	اختصاصی	اختصاصی

تاریخ هفته	تست هفتگی	زیست	شیمی	ریاضی	فیزیک	زمین	ادبیات	دینی	عربی	زبان
از / /	تعداد تست زده شده									
تا / /	میانگین درصد									

تاریخ هفته
از / /
تا / /

کل	ساعت تست	ت
زیست	مبحث	ت
	ساعت	س
	تست	ت
	مبحث	ت
شیمی	ساعت	س
	تست	ت
ریاضی	مبحث	ت
	ساعت	س
	تست	ت
	مبحث	ت
فیزیک	ساعت	س
	تست	ت
زمین	مبحث	ت
	ساعت	س
	تست	ت
	مبحث	ت
ادبیات	ساعت	س
	تست	ت
دینی	مبحث	ت
	ساعت	س
	تست	ت
	مبحث	ت
عربی	ساعت	س
	تست	ت
زبان	مبحث	ت
	ساعت	س
	تست	ت

از / تا	مباحث جدید دو هفته آینده ▶		مباحثی که مرور میکنم ◻	
	پایه	پیش	پایه	پیش
زیست	کل			
	۱			
	۲			
	کل			
شیمی	۱			
	۲			
ریاضی	کل			
	۱			
	۲			
	کل			
فیزیک	۱			
	۲			
زمین	کل			
	۱			
	۲			
	کل			
ادبیات	۱			
	۲			
دینی	کل			
	۱			
	۲			
	کل			
عربی	۱			
	۲			
زبان	کل			
	۱			
	۲			

!! اشتباهات گذشته !!	
۱	
۲	
۳	
۴	
۵	
دستاوردهای گذشته ◻	
۱	
۲	
۳	
۴	
۵	
اهداف آینده ✨	
۱	
۲	
۳	
۴	
۵	
راهکار رسیدن به اهداف ✓	
۱	
۲	
۳	
۴	
۵	
چند جمله به خودت ✨	
۱	
۲	
۳	
۴	

روز	عنوان	زیست	شیمی	ریاضی	فیزیک	زمین	ادبیات	دینی	عربی	زبان	کل	فعالیت	نکات مثبت و منفی راهکار هدف گذاری تلنگر
شنبه	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
یکشنبه	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
دوشنبه	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
سه شنبه	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
چهارشنبه	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
پنجشنبه	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
جمعه	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
۲۹ هفته	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	

میانگین تراز آزمون	جمع تست کل	جمع مطالعه کل	جمع تست هفته	جمع مطالعه هفته
آزمون قبل	عمومی	عمومی	عمومی	عمومی
آزمون آینده	اختصاصی	اختصاصی	اختصاصی	اختصاصی

تاریخ هفته	تست هفتگی	زیست	شیمی	ریاضی	فیزیک	زمین	ادبیات	دینی	عربی	زبان
از / /	تعداد تست زده شده									
تا / /	میانگین درصد									

تاریخ هفته
از / /
تا / /

روز	عنوان	زیست	شیمی	ریاضی	فیزیک	زمین	ادبیات	دینی	عربی	زبان	کل	فعالیت	نکات مثبت و منفی راهکار هدف گذاری تلنگر
شنبه	مبحث											✓ 📱	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											✗ 📺	✗
	ساعت											🎯	
یکشنبه	مبحث											✓ 📱	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											✗ 📺	✗
	ساعت											🎯	
دوشنبه	مبحث											✓ 📱	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											✗ 📺	✗
	ساعت											🎯	
سه شنبه	مبحث											✓ 📱	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											✗ 📺	✗
	ساعت											🎯	
چهارشنبه	مبحث											✓ 📱	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											✗ 📺	✗
	ساعت											🎯	
پنجشنبه	مبحث											✓ 📱	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											✗ 📺	✗
	ساعت											🎯	
جمعه	مبحث											✓ 📱	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											✗ 📺	✗
	ساعت											🎯	
۳۰ هفته	مبحث											✓ 📱	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											✗ 📺	✗
	ساعت											🎯	

میانگین تراز آزمون	جمع تست کل	جمع مطالعه کل	جمع تست هفته	جمع مطالعه هفته
آزمون قبل	عمومی	عمومی	عمومی	عمومی
آزمون آینده	اختصاصی	اختصاصی	اختصاصی	اختصاصی

تاریخ هفته	تست هفتگی	زیست	شیمی	ریاضی	فیزیک	زمین	ادبیات	دینی	عربی	زبان
از / /	تعداد تست زده شده									
تا / /	میانگین درصد									

تاریخ هفته
از / /
تا / /

کل	ساعت تست	ت
زیست	مبحث	ت
	ساعت	س
شیمی	مبحث	ت
	ساعت	س
ریاضی	مبحث	ت
	ساعت	س
فیزیک	مبحث	ت
	ساعت	س
زمین	مبحث	ت
	ساعت	س
ادبیات	مبحث	ت
	ساعت	س
دینی	مبحث	ت
	ساعت	س
عربی	مبحث	ت
	ساعت	س
زبان	مبحث	ت
	ساعت	س
	تست	ت

از / تا	مباحث جدید دو هفته آینده ▶		مباحثی که مرور میکنم ◻	
/	پایه	پیش	پایه	پیش
زیست	کل			
	۱			
شیمی	کل			
	۱			
ریاضی	کل			
	۱			
فیزیک	کل			
	۱			
زمین	کل			
	۱			
ادبیات	کل			
	۱			
دینی	کل			
	۱			
عربی	کل			
	۱			
زبان	کل			
	۱			

!! اشتباهات گذشته !!	
۱	
۲	
۳	
۴	
۵	
دستاوردهای گذشته ◻	
۱	
۲	
۳	
۴	
۵	
اهداف آینده ✎	
۱	
۲	
۳	
۴	
۵	
راهکار رسیدن به اهداف ✓	
۱	
۲	
۳	
۴	
۵	
چند جمله به خودت ✎	
۱	
۲	
۳	
۴	

روز	عنوان	زیست	شیمی	ریاضی	فیزیک	زمین	ادبیات	دینی	عربی	زبان	کل	فعالیت	نکات مثبت و منفی راهکار هدف گذاری تلنگر
شنبه	مبحث											☑	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
یکشنبه	مبحث											☑	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
دوشنبه	مبحث											☑	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
سه شنبه	مبحث											☑	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
چهارشنبه	مبحث											☑	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
پنجشنبه	مبحث											☑	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
جمعه	مبحث											☑	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
۳۱ هفته	مبحث											☑	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	

میانگین تراز آزمون	جمع تست کل	جمع مطالعه کل	جمع تست هفته	جمع مطالعه هفته
آزمون قبل	عمومی	عمومی	عمومی	عمومی
آزمون آینده	اختصاصی	اختصاصی	اختصاصی	اختصاصی

تاریخ هفته	تست هفتگی	زیست	شیمی	ریاضی	فیزیک	زمین	ادبیات	دینی	عربی	زبان
از / /	تعداد تست زده شده									
تا / /	میانگین درصد									

تاریخ هفته
از / /
تا / /

روز	عنوان	زیست	شیمی	ریاضی	فیزیک	زمین	ادبیات	دینی	عربی	زبان	کل	فعالیت	نکات مثبت و منفی راهکار هدف گذاری تلنگر
شنبه	مبحث											☎	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
یکشنبه	مبحث											☎	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
دوشنبه	مبحث											☎	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
سه شنبه	مبحث											☎	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
چهارشنبه	مبحث											☎	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
پنجشنبه	مبحث											☎	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
جمعه	مبحث											☎	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
۳۲ هفته	مبحث											☎	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	

میانگین تراز آزمون	جمع تست کل	جمع مطالعه کل	جمع تست هفته	جمع مطالعه هفته
آزمون قبل	عمومی	عمومی	عمومی	عمومی
آزمون آینده	اختصاصی	اختصاصی	اختصاصی	اختصاصی

تاریخ هفته	تست هفتگی	زیست	شیمی	ریاضی	فیزیک	زمین	ادبیات	دینی	عربی	زبان
از / /	تعداد تست زده شده									
تا / /	میانگین درصد									

تاریخ هفته
از / /
تا / /

کل	ساعت تست	ت
زیست	مبحث	ت
	ساعت	س
	تست	ت
	مبحث	ت
شیمی	ساعت	س
	تست	ت
ریاضی	مبحث	ت
	ساعت	س
	تست	ت
	مبحث	ت
فیزیک	ساعت	س
	تست	ت
زمین	مبحث	ت
	ساعت	س
	تست	ت
	مبحث	ت
ادبیات	ساعت	س
	تست	ت
دینی	مبحث	ت
	ساعت	س
	تست	ت
	مبحث	ت
عربی	ساعت	س
	تست	ت
زبان	مبحث	ت
	ساعت	س
	تست	ت

از / تا	مباحث جدید دو هفته آینده ▶		مباحثی که مرور میکنم ◻	
/	پایه	پیش	پایه	پیش
زیست	کل			
	۱			
	۲			
	کل			
شیمی	۱			
	۲			
ریاضی	کل			
	۱			
	۲			
	کل			
فیزیک	۱			
	۲			
زمین	کل			
	۱			
	۲			
	کل			
ادبیات	۱			
	۲			
دینی	کل			
	۱			
	۲			
	کل			
عربی	۱			
	۲			
زبان	کل			
	۱			
	۲			

!! اشتباهات گذشته !!	
۱	
۲	
۳	
۴	
۵	
◻ دستاورد های گذشته ◻	
۱	
۲	
۳	
۴	
۵	
◻ اهداف آینده ◻	
۱	
۲	
۳	
۴	
۵	
◻ راهکار رسیدن به اهداف ◻	
۱	
۲	
۳	
۴	
۵	
◻ چند جمله به خودت ◻	
۱	
۲	
۳	
۴	

روز	عنوان	زیست	شیمی	ریاضی	فیزیک	زمین	ادبیات	دینی	عربی	زبان	کل	فعالیت	نکات مثبت و منفی راهکار هدف گذاری تلنگر
شنبه	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
یکشنبه	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
دوشنبه	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
سه شنبه	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
چهارشنبه	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
پنجشنبه	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
جمعه	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
۳۳ هفته	مبحث											📚	✓
	پیش بینی											☎	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	

میانگین تراز آزمون	جمع تست کل	جمع مطالعه کل	جمع تست هفته	جمع مطالعه هفته
آزمون قبل	عمومی	عمومی	عمومی	عمومی
آزمون آینده	اختصاصی	اختصاصی	اختصاصی	اختصاصی

تاریخ هفته	تست هفتگی	زیست	شیمی	ریاضی	فیزیک	زمین	ادبیات	دینی	عربی	زبان
از / /	تعداد تست زده شده									
تا / /	میانگین درصد									

تاریخ هفته
از / /
تا / /

روز	عنوان	زیست	شیمی	ریاضی	فیزیک	زمین	ادبیات	دینی	عربی	زبان	کل	فعالیت	نکات مثبت و منفی راهکار هدف گذاری تلنگر
شنبه	مبحث											☎	✓
	پیش بینی											📞	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
یکشنبه	مبحث											☎	✓
	پیش بینی											📞	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
دوشنبه	مبحث											☎	✓
	پیش بینی											📞	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
سه شنبه	مبحث											☎	✓
	پیش بینی											📞	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
چهارشنبه	مبحث											☎	✓
	پیش بینی											📞	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
پنجشنبه	مبحث											☎	✓
	پیش بینی											📞	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
جمعه	مبحث											☎	✓
	پیش بینی											📞	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
۳ هفته	مبحث											☎	✓
	پیش بینی											📞	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	

میانگین تراز آزمون	جمع تست کل	جمع مطالعه کل	جمع تست هفته	جمع مطالعه هفته
آزمون قبل	عمومی	عمومی	عمومی	عمومی
آزمون آینده	اختصاصی	اختصاصی	اختصاصی	اختصاصی

تاریخ هفته	تست هفتگی	زیست	شیمی	ریاضی	فیزیک	زمین	ادبیات	دینی	عربی	زبان
از / /	تعداد تست زده شده									
تا / /	میانگین درصد									

تاریخ هفته
از / /
تا / /

کل	ساعت تست	ت
زیست	مبحث	ت
	ساعت	س
شیمی	مبحث	ت
	ساعت	س
ریاضی	مبحث	ت
	ساعت	س
فیزیک	مبحث	ت
	ساعت	س
زمین	مبحث	ت
	ساعت	س
ادبیات	مبحث	ت
	ساعت	س
دینی	مبحث	ت
	ساعت	س
عربی	مبحث	ت
	ساعت	س
زبان	مبحث	ت
	ساعت	س
	تست	ت

از / تا	مباحث جدید دو هفته آینده ▶		مباحثی که مرور میکنم ◻	
/	پایه	پیش	پایه	پیش
زیست	کل			
	۱			
شیمی	کل			
	۱			
ریاضی	کل			
	۱			
فیزیک	کل			
	۱			
زمین	کل			
	۱			
ادبیات	کل			
	۱			
دینی	کل			
	۱			
عربی	کل			
	۱			
زبان	کل			
	۱			

!! اشتباهات گذشته !!	
۱	
۲	
۳	
۴	
۵	
◻ دستاورد های گذشته ◻	
۱	
۲	
۳	
۴	
۵	
◻ اهداف آینده ◻	
۱	
۲	
۳	
۴	
۵	
◻ راهکار رسیدن به اهداف ◻	
۱	
۲	
۳	
۴	
۵	
◻ چند جمله به خودت ◻	
۱	
۲	
۳	
۴	

روز	عنوان	زیست	شیمی	ریاضی	فیزیک	زمین	ادبیات	دینی	عربی	زبان	کل	فعالیت	نکات مثبت و منفی راهکار هدف گذاری تلنگر
شنبه	مبحث											☎	✓
	پیش بینی											📞	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
یکشنبه	مبحث											☎	✓
	پیش بینی											📞	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
دوشنبه	مبحث											☎	✓
	پیش بینی											📞	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
سه شنبه	مبحث											☎	✓
	پیش بینی											📞	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
چهارشنبه	مبحث											☎	✓
	پیش بینی											📞	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
پنجشنبه	مبحث											☎	✓
	پیش بینی											📞	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
جمعه	مبحث											☎	✓
	پیش بینی											📞	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	
۳ هفته	مبحث											☎	✓
	پیش بینی											📞	
	اجرا											📺	✗
	ساعت											🎯	

میانگین تراز آزمون	جمع تست کل	جمع مطالعه کل	جمع تست هفته	جمع مطالعه هفته
آزمون قبل	عمومی	عمومی	عمومی	عمومی
آزمون آینده	اختصاصی	اختصاصی	اختصاصی	اختصاصی

تست هفتگی	زیست	شیمی	ریاضی	فیزیک	زمین	ادبیات	دینی	عربی	زبان
تعداد تست زده شده									
میانگین درصد									

تاریخ هفته
از / /
تا / /

