

توضیحات	جمع کل مطالعه (ساعت)	زنگ مطالعه سوم			زنگ مطالعه دوم			زنگ مطالعه اول			زنگ مطالعه روز
		طرح درس	درس	مدت زمان (دقیقه)	طرح درس	درس	مدت زمان (دقیقه)	طرح درس	درس	مدت زمان (دقیقه)	
	۴/۳۰	مرور درس فردا	شیمی	۳۰	مطالعه و حل تکلیف درس روز	زیست	۶۰	مطالعه درس روز	محیط	۳۰	شنبه
		مرور درس فردا	ریاضی	۶۰	مرور درس فردا	فیزیک	۳۰	مطالعه درس روز	دینی	۶۰	
۳۰ دقیقه زبان ترمیک در نظر گرفته شود.	۳/۳۰				مطالعه و حل تکلیف درس روز	ریاضی	۶۰	مطالعه و حل تکلیف درس روز	فیزیک	۶۰	یکشنبه
					مطالعه درس فردا	عربی	۳۰	مطالعه و حل تکلیف درس روز	شیمی	۶۰	
۳۰ دقیقه زبان ترمیک در نظر گرفته شود.	۴	مرور درس	فارسی	۳۰	مطالعه و حل تکلیف درس روز	عربی	۶۰	مطالعه و حل تکلیف درس روز	فیزیک	۶۰	دوشنبه
					مرور درس فردا	زیست	۶۰	مرور درس فردا	شیمی	۳۰	
	۴/۳۰	مرور درس فردا	فارسی	۳۰	مطالعه و حل تکلیف درس روز	ریاضی	۶۰	مطالعه و حل تکلیف درس روز	شیمی	۶۰	سه شنبه
		مرور درس فردا	عربی	۳۰	مرور درس فردا	تاریخ	۳۰	مطالعه و حل تکلیف درس روز	زیست	۶۰	
	۴/۳۰	حل تمرین	فیزیک	۳۰	مطالعه درس روز	تاریخ	۶۰	مطالعه و حل تکلیف درس روز	فارسی	۶۰	چهارشنبه
					مطالعه و حل تکلیف درس روز	انگلیسی	۶۰	مطالعه و حل تکلیف درس روز	عربی	۶۰	
	۴	مرور درس هفته / حل تمرین جامع هفته	فیزیک	۶۰	مرور درس هفته / حل تمرین جامع هفته	ریاضی	۶۰	مرور درس هفته	زیست	۶۰	پنجشنبه
								مطالعه	زمین	۶۰	
۶۰ دقیقه زبان ترمیک در نظر گرفته شود.	۳				مطالعه درس هفته	زیست	۶۰	مطالعه درس فردا	دینی	۶۰	جمعه
					مرور درس فردا	محیط	۳۰	حل تکلیف	عربی	۳۰	

- دانش آموزان عزیز برنامه ارائه شده بر اساس برنامه کلاسی، طرح درس و ساعت مطالعه مورد نیاز در نظر گرفته شده است. بدیهی است با توجه به متفاوت بودن عادات مطالعاتی، پایه درسی و برنامه های فوق برنامه هر دانش آموز، امکان تغییر تا ۳۰ درصد در این برنامه قابل پیش بینی است.
- جمع کل ساعت مطالعه ایده آل طبق برنامه برای یک هفته ۳۰ ساعت می باشد. طبیعی است با توجه به ساعت مطالعاتی پایه ای که برنامه را شروع می کنید انتظار می رود هر هفته نسبت به هفته قبل ۲ ساعت زمان مطالعه خود را افزایش دهید.

توضیحات	جمع کل مطالعه (ساعت)	زنگ مطالعه سوم			زنگ مطالعه دوم			زنگ مطالعه اول			زنگ مطالعه روز
		طرح درس	درس	مدت زمان (دقیقه)	طرح درس	درس	مدت زمان (دقیقه)	طرح درس	درس	مدت زمان (دقیقه)	
	۴	مرور درس فردا	روان	۶۰	مطالعه درس روز	دینی	۶۰	مطالعه درس روز	تاریخ	۶۰	شنبه
		مرور درس فردا	جامعه	۶۰							
۳۰ دقیقه زبان ترمیک در نظر گرفته شود.	۴	مرور درس فردا	جغرافیا	۶۰	مطالعه درس روز	جامعه	۶۰	مطالعه درس روز	روان	۳۰	یکشنبه
		مرور درس فردا	عربی	۶۰				حل تکلیف	روان	۳۰	
	۴	مطالعه درس روز / تکلیف	فارسی	۶۰	مطالعه درس روز	عربی	۳۰	مطالعه درس روز	جغرافیا	۶۰	دوشنبه
		مطالعه درس روز	محیط	۳۰	حل تکلیف	عربی	۳۰	مرور درس فردا	فلسفه	۳۰	
۳/۳۰	مطالعه درس روز	ریاضی	۱۵	مطالعه درس روز	فلسفه	۳۰	مرور درس فردا	فارسی	۶۰	سه شنبه	
	حل تکلیف	ریاضی	۴۵	حل تکلیف	فلسفه	۳۰	مرور درس فردا	عربی	۳۰		
۳۰ دقیقه زبان ترمیک در نظر گرفته شود.	۴	مرور درس هفته / حل تمرین جامع هفته	ریاضی	۶۰	مطالعه درس روز / حل تکلیف	علوم و فنون	۶۰	مطالعه درس روز	عربی	۳۰	چهارشنبه
					مطالعه	محیط	۳۰	مطالعه و حل تمرین	فلسفه	۶۰	
۳۰ دقیقه زبان ترمیک در نظر گرفته شود.	۴/۳۰	مرور درس روز قبل	انگلیسی	۳۰	مطالعه درس شنبه	دینی	۶۰	مرور درس هفته / حل تمرین جامع هفته	روان	۶۰	پنجشنبه
		تکالیف روز قبل	انگلیسی	۳۰	مطالعه	جامعه	۶۰				
۳۰ دقیقه زبان ترمیک در نظر گرفته شود.	۳	مرور درس هفته / حل تمرین جامع هفته	ریاضی	۶۰	مرور درس هفته / حل تمرین جامع هفته	علوم و فنون	۶۰	مطالعه درس فردا	تاریخ	۶۰	جمعه

- دانش آموزان عزیز برنامه ارائه شده بر اساس برنامه کلاسی، طرح درس و ساعت مطالعه مورد نیاز در نظر گرفته شده است. بدیهی است با توجه به متفاوت بودن عادات مطالعاتی، پایه درسی و برنامه های فوق برنامه هر دانش آموز، امکان تغییر تا ۳۰ درصد در این برنامه قابل پیش بینی است.
- جمع کل ساعت مطالعه ایده آل طبق برنامه برای یک هفته ۳۰ ساعت می باشد. طبیعی است با توجه به ساعت مطالعاتی پایه ای که برنامه را شروع می کنید انتظار می رود هر هفته نسبت به هفته قبل ۲ ساعت زمان مطالعه خود را افزایش دهید.

روز	زنگ مطالعه	زنگ مطالعه اول			زنگ مطالعه دوم			زنگ مطالعه سوم			جمع کل مطالعه (ساعت)	توضیحات
		مدت زمان (دقیقه)	درس	طرح درس	مدت زمان (دقیقه)	درس	طرح درس	مدت زمان (دقیقه)	درس	طرح درس		
شنبه	۶۰	محیط	مرور درس فردا	۶۰	حسابان	مطالعه و حل تکلیف درس روز	۴۵	فارسی	مطالعه درس روز	۴		
	۳۰	شیمی	مرور درس فردا	۳۰	تاریخ	مرور درس فردا	۱۵	فارسی	حل تکلیف روز			
یکشنبه	۳۰	فیزیک	مطالعه درس روز	۳۰	تاریخ	مطالعه درس روز	۳۰	شیمی	مطالعه درس روز	۳/۳۰	۳۰ دقیقه زبان ترمیک در نظر گرفته شود.	
	۳۰	فیزیک	حل تکلیف روز	۶۰	هندسه	مرور درس فردا	۳۰	شیمی	حل تکلیف روز			
دوشنبه	۳۰	فیزیک	مطالعه درس روز	۶۰	حسابان	مرور درس فردا	۱۵	هندسه	مطالعه درس روز	۳/۳۰	۳۰ دقیقه زبان ترمیک در نظر گرفته شود.	
	۳۰	فیزیک	حل تکلیف روز	۳۰	شیمی	مرور درس فردا	۴۵	هندسه	حل تکلیف روز			
سه شنبه	۳۰	شیمی	مطالعه درس روز	۶۰	حسابان	مطالعه و حل تکلیف درس روز	۶۰	آمار	مطالعه و حل تکلیف درس روز	۴		
	۳۰	شیمی	حل تکلیف روز	۳۰	عربی	مرور درس فردا	۳۰	دینی	مرور درس فردا			
چهارشنبه	۶۰	فیزیک	مرور درس هفته / حل تمرین جامع هفته	۱۵	آمار	مطالعه درس روز	۳۰	دینی	مطالعه درس روز	۴		
	۳۰	عربی	مطالعه درس روز	۴۵	آمار	حل تکلیف روز	۶۰	انگلیسی	مطالعه و حل تکلیف درس روز			
پنجشنبه	۶۰	حسابان	مرور درس هفته / حل تمرین جامع هفته	۶۰	فیزیک	مرور درس هفته / حل تمرین جامع هفته	۶۰	فارسی	مطالعه و حل تکلیف	۴	۶۰ دقیقه زبان ترمیک در نظر گرفته شود.	
	۶۰	حسابان	مرور درس هفته / حل تمرین جامع هفته	۶۰	دینی	مطالعه	۶۰	دینی	مطالعه			
جمعه	۶۰	حسابان	مرور درس هفته / حل تمرین جامع هفته	۳۰	شیمی	مرور درس یکشنبه	۶۰	هندسه	مرور درس هفته / حل تمرین جامع هفته	۴/۳۰		
	۶۰	زمین	مطالعه درس فردا	۶۰	عربی	مرور درس هفته / حل تکلیف						

- دانش آموزان عزیز برنامه ارائه شده بر اساس برنامه کلاسی، طرح درس و ساعت مطالعه مورد نیاز در نظر گرفته شده است. بدیهی است با توجه به متفاوت بودن عادات مطالعاتی، پایه درسی و برنامه های فوق برنامه هر دانش آموز، امکان تغییر تا ۳۰ درصد در این برنامه قابل پیش بینی است.
- جمع کل ساعت مطالعه ایده آل طبق برنامه برای یک هفته ۳۰ ساعت می باشد. طبیعی است با توجه به ساعت مطالعاتی پایه ای که برنامه را شروع می کنید انتظار می رود هر هفته نسبت به هفته قبل ۲ ساعت زمان مطالعه خود را افزایش دهید.