

دفتر ثبت و ارزیابی عملکرد برنامه‌ی مطالعاتی روزانه

گام اول ۹۴

ویژه‌ی داوطلبان گروه آزمایشی علوم تجربی

مؤسسه آموزشی فرهنگی گزینه دو

سال تحصیلی ۹۵ - ۹۴

روز: **شنبه** تاریخ: **۶ تیر ۹۴**

فرصت = روزهای باقیمانده تا		
پایان تابستان	تعطیلات فروردین	آزمون سراسری
۸۷	۲۶۷	حدوداً ۳۸۴

یادداشت و تصمیم‌گیری خاص
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

گزارش								موضوع			وقت مطالعاتی	
سایر							شرح	اولین	فعالیت پیشنهادی	درس		
	خلاصه نویسی	تست	فایل تصویری	نمونه	جزوه	کتاب درسی						
							نوع فعالیت				اول	
							زمان					
							نوع فعالیت				دوم	
							زمان					
							نوع فعالیت				سوم	
							زمان					
							نوع فعالیت				چهارم	
							زمان					
							نوع فعالیت				پنجم	
							زمان					
							نوع فعالیت				اول	
							نوع فعالیت					
							نوع فعالیت				دوم	
							نوع فعالیت				سوم	

--	--	--	--	--	--	--

جمع‌بندی زمان اختصاص یافته برای انجام هر فعالیت

قرار است موفقیت را تجربه کنی. این خوب است اما به یاد داشته باش که موفق‌ها اهداف مشخصی دارند.

روز: یکشنبه تاریخ: ۷ تیر ۹۴

فرصت = روزهای باقیمانده تا		
پایان تابستان	تعطیلات فروردین	آزمون سراسری
۸۶	۲۶۶	حدوداً ۳۸۳

[illegible]

گزارش								موضوع			وقت مطالعاتی	
سایر							شرح	اولین	فعالیت پیشنهادی	درس		
	خلاصه نویسی	تست	فایل تصویری	نمونه	جزوه	کتاب درسی						
							نوع فعالیت				اول	
							زمان					
							نوع فعالیت				دوم	
							زمان					
							نوع فعالیت				سوم	
							زمان					
							نوع فعالیت				چهارم	
							زمان					
							نوع فعالیت				پنجم	
							زمان					
							نوع فعالیت				اول	مطالعاتی مستمر
							نوع فعالیت				دوم	
							نوع فعالیت				سوم	
							جمع بندی زمان اختصاص یافته برای انجام هر فعالیت					

شاید تو هم مانند همگان دوست داری همه چیز را در اختیار داشته باشی. این خواست تنها به یک شرط امکان پذیر است. با داشتن اراده‌ی قوی صاحب همه چیز هستی.

روز: دوشنبه تاریخ: ۸ تیر ۹۴

فرصت = روزهای باقیمانده تا		
پایان تابستان	تعطیلات فروردین	آزمون سراسری
۸۵	۲۶۵	حدوداً ۳۸۲

[illegible]

گزارش								موضوع			وقت مطالعاتی	
سایر							شرح	اولین	فعالیت پیشنهادی	درس		
	خلاصه نویسی	تست	فایل تصویری	تمرین	جزوه	کتاب درسی						
							نوع فعالیت				اول	
							زمان					
							نوع فعالیت				دوم	
							زمان					
							نوع فعالیت				سوم	
							زمان					
							نوع فعالیت				چهارم	
							زمان					
							نوع فعالیت				پنجم	
							زمان					
							نوع فعالیت				اول	مطالعاتی مستمر
							نوع فعالیت				دوم	
							نوع فعالیت				سوم	
							جمع بندی زمان اختصاص یافته برای انجام هر فعالیت					

لازم نیست به دنبال چیزهای ارزشمند بگردی. هیچ چیز ارزشمندتر از همین امروز نیست.

روز: سه شنبه تاریخ: ۹ تیر ۹۴

فرصت = روزهای باقیمانده تا		
پایان تابستان	تعطیلات فروردین	آزمون سراسری
۸۴	۲۶۴	حدوداً ۳۸۱

یادداشت و تصمیم‌گیری خاص
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

گزارش							موضوع			وقت مطالعاتی
شرح	کتاب درسی	نمونه	تقریر	قابل تصویری	نقشه	خلاصه نویسی	اولویت	فعالیت پیشنهادی	درس	
نوع فعالیت										اول
زمان										
نوع فعالیت										دوم
زمان										
نوع فعالیت										سوم
زمان										
نوع فعالیت										چهارم
زمان										
نوع فعالیت										پنجم
زمان										
نوع فعالیت										اول
نوع فعالیت										
نوع فعالیت										
										دوم
										سوم

--	--	--	--	--	--	--

جمع‌بندی زمان اختصاص یافته برای انجام هر فعالیت

مسیرها یکسان نیستند و پیمودن آن‌ها بعضاً ساده نیست. یادداشت باشد که قله‌ها را جز با پیمودن سنگلاخ‌ها نمی‌شود پیمود.

روز: **چهارشنبه** تاریخ: **۱۰ تیر ۹۴**

فرصت = روزهای باقیمانده تا		
پایان تابستان	تعطیلات فروردین	آزمون سراسری
۸۳	۲۶۳	حدوداً ۳۸۰

[illegible]

وقت مطالعاتی		موضوع			گزارش								
		اولویت	فعالیت پیشنهادی	درس	شرح							سایر	
کتاب درسی	جزوه					تمرین	فایل تصویری	تست	خلاصه نویسی				
اول					نوع فعالیت								
					زمان								
دوم					نوع فعالیت								
					زمان								
سوم					نوع فعالیت								
					زمان								
چهارم					نوع فعالیت								
					زمان								
پنجم					نوع فعالیت								
					زمان								
مطالعاتی مستمر	اول				نوع فعالیت								
	دوم				نوع فعالیت								
	سوم				نوع فعالیت								
جمع بندی زمان اختصاص یافته برای انجام هر فعالیت													

اگر چه نگاه‌ها به زندگی متفاوت است اما زندگی را هر گونه که نگاه می‌کنی زیاست.

روز: **پنجشنبه** تاریخ: **۱۱ تیر ۹۴**

فرست = روزهای باقیمانده تا		
پایان تابستان	تعطیلات فروردین	آزمون سراسری
۸۲	۲۶۲	حدوداً ۳۷۹

[illegible]

گزارش								موضوع			وقت مطالعاتی	
سایر							شرح	اولین	فعالیت پیشنهادی	درس		
	خلاصه نویسی	تست	فایل تصویری	نمونه	جزوه	کتاب درسی						
							نوع فعالیت				اول	
							زمان					
							نوع فعالیت				دوم	
							زمان					
							نوع فعالیت				سوم	
							زمان					
							نوع فعالیت				چهارم	
							زمان					
							نوع فعالیت				پنجم	
							زمان					
							نوع فعالیت				اول	مطالعاتی مستمر
							نوع فعالیت				دوم	
							نوع فعالیت				سوم	
							جمع بندی زمان اختصاص یافته برای انجام هر فعالیت					

برای سنجیدن میزان توانایی انسان‌ها معیارهای متفاوتی وجود دارد. اما در یکی از ساده‌ترین آن‌ها توان آدمی را با آرزوهایش می‌توان سنجید.

روز: جمعه تاریخ: ۱۲ تیر ۹۴

فرصت = روزهای باقیمانده تا		
پایان تابستان	تعطیلات فروردین	آزمون سراسری
۸۱	۲۶۱	حدوداً ۳۷۸

یادداشت و تصمیم‌گیری خاص
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

گزارش							موضوع			وقت مطالعاتی
شرح	کتاب درسی	نیزه	تقریر	قابل تصویری	نقشه	خلاصه نویسی	اولیون	فعالیت پیشنهادی	درس	
نوع فعالیت										اول
زمان										
نوع فعالیت										دوم
زمان										
نوع فعالیت										سوم
زمان										
نوع فعالیت										چهارم
زمان										
نوع فعالیت										پنجم
زمان										
نوع فعالیت										مطالعاتی مستمر
نوع فعالیت										
نوع فعالیت										

--	--	--	--	--	--	--

جمع‌بندی زمان اختصاص یافته برای انجام هر فعالیت

دشواری‌ها همیشه ناامید کننده نیستند. واقعیت این است که سختی‌های بزرگ به آدمی نیروی مضاعف می‌بخشد.

روز: **شنبه** تاریخ: **۱۳ تیر ۹۴**

فرصت = روزهای باقیمانده تا		
پایان تابستان	تعطیلات فروردین	آزمون سراسری
۸۰	۲۶۰	حدوداً ۳۷۷

[illegible]

وقت مطالعاتی		موضوع			گزارش							
		اولویت	فعالیت پیشنهادی	درس	شرح						سایر	
کتاب درسی	جزوه					تمرین	فایل تصویری	تست	خلاصه نویسی			
اول				نوع فعالیت								
				زمان								
دوم				نوع فعالیت								
				زمان								
سوم				نوع فعالیت								
				زمان								
چهارم				نوع فعالیت								
				زمان								
پنجم				نوع فعالیت								
				زمان								
مطالعاتی مستمر	اول			نوع فعالیت								
	دوم			نوع فعالیت								
	سوم			نوع فعالیت								
جمع بندی زمان اختصاص یافته برای انجام هر فعالیت												

برخی می‌پندارند زندگی مجموعه‌ای از بن‌بست‌هاست اما جز ناامیدی و افسردگی، زندگی بن‌بست دیگری ندارد.

روز: یکشنبه تاریخ: ۱۴ تیر ۹۴

فرصت = روزهای باقیمانده تا			گزارش							موضوع			وقت مطالعاتی	
پایان تابستان	تعطیلات فروردین	آزمون سراسری	سایر	کتاب درسی	نمونه	تقریر	قابل تصویری	نست	خلاصه نویسی	شرح	اولیون	فعالیت پیشنهادی		درس
۷۹	۲۵۹	حدوداً ۳۷۶								نوع فعالیت				اول
										زمان				
										نوع فعالیت				دوم
										زمان				

الحمد لله رب العالمین حضرت علی (ع) فرمودند: فاطمه (س) شبی گفت که کسی از اعمال خاتم النبیین در شبهای قدر به غولاب و منبه آفاق غذای کم می‌دهد و او روزی قبل برای احیای شب قدر آماده می‌شود می‌فرمودند که هر کس این سه کار را این شب مکرر و مداوم بکند...														
										نوع فعالیت				اول
										نوع فعالیت				دوم
										نوع فعالیت				سوم

جمع بندی زمان اختصاص یافته برای انجام هر فعالیت

شب قدر - اَنَا أَنْزَلْنَاهُ فِي لَيْلَةِ الْقَدَرِ

روز: **دوشنبه** تاریخ: **۱۵ تیر ۹۴**

فرصت = روزهای باقیمانده تا			گزارش							موضوع			وقت مطالعاتی
پایان تابستان	تعطیلات فروردین	آزمون سراسری	سایر	کتاب درسی	نقشه	فایل تصویری	نقشه	فایل تصویری	شرح	اولین	فعالیت پیشنهادی	درس	
۷۸	۲۵۸	حدوداً ۳۷۵											
یادداشت و تصمیم‌گیری خاص													
.....									نوع فعالیت				اول
.....									نوع فعالیت				دوم
.....									نوع فعالیت				سوم
جمع‌بندی زمان اختصاص یافته برای انجام هر فعالیت													

روز: سه‌شنبه تاریخ: ۱۶ تیر ۹۴

فرصت = روزهای باقیمانده تا			گزارش							موضوع			وقت مطالعاتی
پایان تابستان	تعطیلات فروردین	آزمون سراسری	سایر	کتاب درسی	نمونه	تقریر	قابل تصویری	نقشه	فایل صوتی	شرح	اولویت	فعالیت پیشنهادی	
۷۷	۲۵۷	حدوداً ۳۷۴											
یادداشت و تصمیم‌گیری خاص													
اول			نوع فعالیت										
دوم			نوع فعالیت										
سوم			نوع فعالیت										
جمع‌بندی زمان اختصاص یافته برای انجام هر فعالیت													

شب قدر – وَ مَا أَدْرِيكَ مَا لَيْلَةُ الْقَدَرِ

روز: چهارشنبه تاریخ: ۱۷ تیر ۹۴

فرصت = روزهای باقیمانده تا			گزارش							موضوع			وقت مطالعاتی	
پایان تابستان	تعطیلات فروردین	آزمون سراسری	سایر	کتاب درسی	نمونه	تقریر	قابل تصویری	نست	خلاصه نویسی	شرح	اولین	فعالیت پیشنهادی		درس
۷۶	۲۵۶	حدوداً ۳۷۳												
یادداشت و تصمیم‌گیری خاص														
اول			نوع فعالیت											مطالعاتی
دوم			نوع فعالیت											
سوم			نوع فعالیت											
جمع‌بندی زمان اختصاص یافته برای انجام هر فعالیت														

روز: پنجشنبه تاریخ: ۱۸ تیر ۹۴

فرصت = روزهای باقیمانده تا			گزارش							موضوع			وقت مطالعاتی
پایان تابستان	تعطیلات فروردین	آزمون سراسری	سایر	کتاب درسی	نمونه	تقریر	قابل تصویری	نقشه	فایل صوتی	شرح	اولویت	فعالیت پیشنهادی	
۷۵	۲۵۵	حدوداً ۳۷۲											
یادداشت و تصمیم‌گیری خاص													
اول										نوع فعالیت			
دوم										نوع فعالیت			
سوم										نوع فعالیت			
جمع‌بندی زمان اختصاص یافته برای انجام هر فعالیت													

شب قدر - لَيْلَةُ الْقَدْرِ خَيْرٌ مِنْ أَلْفِ شَهْرٍ

روز: جمعه تاریخ: ۱۹ تیر ۹۴

فرصت = روزهای باقیمانده تا		
پایان تابستان	تعطیلات فروردین	آزمون سراسری
۷۴	۲۵۴	حدوداً ۳۷۱

یادداشت و تصمیم‌گیری خاص
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

گزارش							موضوع			وقت مطالعاتی
شرح	کتاب درسی	نمونه	تقریر	قابل تصویری	نقشه	خلاصه نویسی	اولویت	فعالیت پیشنهادی	درس	
نوع فعالیت										اول
زمان										
نوع فعالیت										دوم
زمان										
نوع فعالیت										سوم
زمان										
نوع فعالیت										چهارم
زمان										
نوع فعالیت										پنجم
زمان										
نوع فعالیت										مطالعاتی مستمر
نوع فعالیت										
نوع فعالیت										

--	--	--	--	--	--	--

جمع‌بندی زمان اختصاص یافته برای انجام هر فعالیت

قرار نیست هدف‌ها در دسترس باشند و به سادگی به دست بیایند. دشواری به هدف ارزش و اعتبار می‌بخشد.

روز: **شنبه** تاریخ: **۲۰ تیر ۹۴**

فرصت = روزهای باقیمانده تا		
پایان تابستان	تعطیلات فروردین	آزمون سراسری
۷۳	۲۵۳	حدوداً ۳۷۰

یادداشت و تصمیم‌گیری خاص
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

گزارش							موضوع			وقت مطالعاتی
شرح	کتاب درسی	نمونه	تقریر	قابل تصویری	نقشه	خلاصه نویسی	اولویت	فعالیت پیشنهادی	درس	
نوع فعالیت										اول
زمان										
نوع فعالیت										دوم
زمان										
نوع فعالیت										سوم
زمان										
نوع فعالیت										چهارم
زمان										
نوع فعالیت										پنجم
زمان										
نوع فعالیت										مطالعاتی مستمر
نوع فعالیت										
نوع فعالیت										

--	--	--	--	--	--	--

جمع‌بندی زمان اختصاص یافته برای انجام هر فعالیت

برخی افراد از برنامه و برنامه‌ریزی‌گریزان هستند، در حالی که برنامه داشتن ویژگی انسان‌های کارآمد است.

روز: یکشنبه تاریخ: ۲۱ تیر ۹۴

فرصت = روزهای باقیمانده تا		
بایان تابستان	تعطیلات فروردین	آزمون سراسری
۷۲	۲۵۲	حدوداً ۳۶۹
یادداشت و تصمیم‌گیری خاص		
.....		
.....		
.....		

وقت مطالعاتی		موضوع			گزارش							
		اولویت	فعالیت پیشنهادی	درس	شرح						سایر	
کتاب درسی	جزوه					نقشه	فایل تصویری	نست	خلاصه نویسی			
نوع فعالیت												
دوم												
سوم												
مطالعاتی مستمر		جمع بندی زمان اختصاص یافته برای انجام هر فعالیت										

مهم‌ترین تذکرها براساس کارنامه‌ی مشاوره‌ی آموزشی:

.....

.....

.....

.....

.....

تخمین براساس آزمون سراسری	
نمره	رتبه

برترین رشته‌های معرفی شده در قالب کارنامه‌ی رشته‌های قبلی	رشته	دانشگاه	دوره

مهم‌ترین یافته‌ها و تذکرات شخصی:

.....

.....

.....

.....

.....

عملکرد آزمون				
ردیف	نام درس	تعداد		
		درست	نادرست	نزده
۱	زبان و ادبیات فارسی			
۲	زبان عربی			
۳	فرهنگ و معارف اسلامی			
۴	زبان انگلیسی			
۵	زمین‌شناسی			
۶	ریاضی			
۷	زیست‌شناسی			
۸	فیزیک			
۹	شیمی			
جمع				—
بالاترین نمره		درس		
پایین‌ترین نمره				

آزمون غیر حضوری

روز: دوشنبه تاریخ: ۲۲ تیر ۹۴

فرصت = روزهای باقیمانده تا		
پایان تابستان	تعطیلات فروردین	آزمون سراسری
۷۱	۲۵۱	حدوداً ۳۶۸

[illegible]

وقت مطالعاتی		موضوع			گزارش							
		اولین	فعالیت پیشنهادی	درس	شرح						سایر	
کتاب درسی	جزوه					نمونه	قابل تصویری	تست	خلاصه نویسی			
اول				نوع فعالیت								
				زمان								
دوم				نوع فعالیت								
				زمان								
سوم				نوع فعالیت								
				زمان								
چهارم				نوع فعالیت								
				زمان								
پنجم				نوع فعالیت								
				زمان								
مطالعاتی مستمر	اول											
	دوم											
	سوم											
جمع بندی زمان اختصاص یافته برای انجام هر فعالیت												

موفق‌ها راه‌های گوناگونی را برای رسیدن به توفیق پیموده‌اند. اما نقطه‌ی مشترک تمام آن‌ها این است که مردان کامیاب غالباً از شکست موهی پیروزی چیده‌اند.

روز: سه شنبه تاریخ: ۲۳ تیر ۹۴

فرصت = روزهای باقیمانده تا		
پایان تابستان	تعطیلات فروردین	آزمون سراسری
۷۰	۲۵۰	حدوداً ۳۶۷

[illegible]

وقت مطالعاتی		موضوع			گزارش							
		اولین	فعالیت پیشنهادی	درس	شرح						سایر	
کتاب درسی	جزوه					نمونه	قابل تصویری	تست	خلاصه نویسی			
اول				نوع فعالیت								
				زمان								
دوم				نوع فعالیت								
				زمان								
سوم				نوع فعالیت								
				زمان								
چهارم				نوع فعالیت								
				زمان								
پنجم				نوع فعالیت								
				زمان								
مطالعاتی مستمر	اول											
	دوم											
	سوم											
جمع بندی زمان اختصاص یافته برای انجام هر فعالیت												

موفقیت دور از دسترس نیست، گمان نکن که دیگران تو را به موفقیت می‌رسانند. این تو هستی که باید به سمت آن گام برداری.

روز: **چهارشنبه** تاریخ: **۲۴ تیر ۹۴**

فرست = روزهای باقیمانده تا		
پایان تابستان	تعطیلات فروردین	آزمون سراسری
۶۹	۲۴۹	حدوداً ۳۶۶

[illegible]

گزارش								موضوع			وقت مطالعاتی	
سایر							شرح	اولین	فعالیت پیشنهادی	درس		
	خلاصه نویسی	تست	فایل تصویری	نمونه	جزوه	کتاب درسی						
							نوع فعالیت				اول	
							زمان					
							نوع فعالیت				دوم	
							زمان					
							نوع فعالیت				سوم	
							زمان					
							نوع فعالیت				چهارم	
							زمان					
							نوع فعالیت				پنجم	
							زمان					
							نوع فعالیت				اول	مطالعاتی مستمر
							نوع فعالیت				دوم	
							نوع فعالیت				سوم	
							جمع بندی زمان اختصاص یافته برای انجام هر فعالیت					

اگر چه برای رسیدن به خواسته‌ها و اهداف باید دشواری‌هایی را تحمل کرد اما نرسیده‌ی به خواسته‌ها و اهداف مستمند نیست. بلکه مستمند کسی است که دشواری سختی ندیده باشد.

روز: پنجشنبه تاریخ: ۲۵ تیر ۹۴

فرصت = روزهای باقیمانده تا		
پایان تابستان	تعطیلات فروردین	آزمون سراسری
۶۸	۲۴۸	حدوداً ۳۶۵

یادداشت و تصمیم‌گیری خاص
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

گزارش								موضوع			وقت مطالعاتی		
سایر							شرح	اولین	فعالیت پیشنهادی	درس			
	خلاصه نویسی	تست	فایل تصویری	نمونه	جزوه	کتاب درسی							
							نوع فعالیت				اول		
							زمان						
							نوع فعالیت				دوم		
							زمان						
							نوع فعالیت				سوم		
							زمان						
							نوع فعالیت				چهارم		
							زمان						
							نوع فعالیت				پنجم		
							زمان						
							نوع فعالیت				اول	مطالعاتی مستمر	
							نوع فعالیت						دوم
							نوع فعالیت						سوم

--	--	--	--	--	--	--

جمع‌بندی زمان اختصاص یافته برای انجام هر فعالیت

برخی با درک اندکی سختی و دشواری از پای می‌نشینند در حالی که روزهای سخت ، گام‌های آینده را استوارتر می‌کنند.

روز: **جمعہ** تاریخ: **۲۶ تیر ۹۴**

فرست = روزهای باقیمانده تا		
پایان تابستان	تعطیلات فروردین	آزمون سراسری
۶۷	۲۴۷	حدوداً ۳۶۴

[illegible]

گزارش								موضوع			وقت مطالعاتی	
سایر							شرح	اولین	فعالیت پیشنهادی	درس		
	خلاصه نویسی	تست	فایل تصویری	نمونه	جزوه	کتاب درسی						
							نوع فعالیت				اول	
							زمان					
							نوع فعالیت				دوم	
							زمان					
							نوع فعالیت				سوم	
							زمان					
							نوع فعالیت				چهارم	
							زمان					
							نوع فعالیت				پنجم	
							زمان					
							نوع فعالیت				اول	مطالعاتی مستمر
							نوع فعالیت				دوم	
							نوع فعالیت				سوم	
							جمع بندی زمان اختصاص یافته برای انجام هر فعالیت					

پیروزی ، از شکستی به شکست دیگر رفتن با اوج اشتیاق است.

روز: **شنبه** تاریخ: **۲۷ تیر ۹۴**

وقت مطالعاتی	موضوع			گزارش							
	درس	فعالیت پیشنهادی	اولویت	شرح							سایر
					کتاب درسی	جزوه	تقریر	فایل تصویری	نست	خلاصه نویسی	



مطالعاتی	اول			نوع فعالیت							
	دوم			نوع فعالیت							
	سوم			نوع فعالیت							
جمع بندی زمان اختصاص یافته برای انجام هر فعالیت											

عید سعید فطر خجسته عید اطاعت و بندگی مبارک باد.

روز: یکشنبه تاریخ: ۲۸ تیر ۹۴

فرصت = روزهای باقیمانده تا		
پایان تابستان	تعطیلات فروردین	آزمون سراسری
۶۵	۲۴۵	حدوداً ۳۶۲
یادداشت و تصمیم‌گیری خاص		

وقت مطالعاتی	موضوع			گزارش							
	درس	فعالیت پیشنهادی	اولویت	شرح	کتاب درسی	جزوه	نمونه	فایل تصویری	تست	خلاصه نویسی	سایر

عید رمضان آمد و ماه رمضان رفت
صد شکر که این آمد و صد حیف که آن رفت

عید سعید فطر مبارک

مطالعاتی	اول		نوع فعالیت								
	دوم		نوع فعالیت								
	سوم		نوع فعالیت								

جمع بندی زمان اختصاص یافته برای انجام هر فعالیت

عید سعید فطر خجسته عید اطاعت و بندگی مبارک باد.

روز: دوشنبه تاریخ: ۲۹ تیر ۹۴

فرصت = روزهای باقیمانده تا		
پایان تابستان	تعطیلات فروردین	آزمون سراسری
۶۴	۲۴۴	حدوداً ۳۶۱

[illegible]

گزارش								موضوع			وقت مطالعاتی	
سایر							شرح	اولین	فعالیت پیشنهادی	درس		
	خلاصه نویسی	تست	فایل تصویری	نمونه	جزوه	کتاب درسی						
							نوع فعالیت				اول	
							زمان					
							نوع فعالیت				دوم	
							زمان					
							نوع فعالیت				سوم	
							زمان					
							نوع فعالیت				چهارم	
							زمان					
							نوع فعالیت				پنجم	
							زمان					
							نوع فعالیت				اول	مطالعاتی مستمر
							نوع فعالیت				دوم	
							نوع فعالیت				سوم	
							جمع بندی زمان اختصاص یافته برای انجام هر فعالیت					

شروع کردن ویژگی تمام افراد موفق است.

روز: سه شنبه تاریخ: ۳۰ تیر ۹۴

فرست = روزهای باقیمانده تا		
پایان تابستان	تعطیلات فروردین	آزمون سراسری
۶۳	۲۴۳	حدوداً ۳۶۰

[illegible]

گزارش								موضوع			وقت مطالعاتی	
سایر							شرح	اولین	فعالیت پیشنهادی	درس		
	خلاصه نویسی	تست	فایل تصویری	نمونه	جزوه	کتاب درسی						
							نوع فعالیت				اول	
							زمان					
							نوع فعالیت				دوم	
							زمان					
							نوع فعالیت				سوم	
							زمان					
							نوع فعالیت				چهارم	
							زمان					
							نوع فعالیت				پنجم	
							زمان					
							نوع فعالیت				اول	مطالعاتی مستمر
							نوع فعالیت				دوم	
							نوع فعالیت				سوم	
							جمع بندی زمان اختصاص یافته برای انجام هر فعالیت					

نابغه کسی است که افکارش را از قوه به فعل در می آورد.

روز: **چارشنبه** تاریخ: **۳۱ تیر ۹۴**

فرست = روزهای باقیمانده تا		
پایان تابستان	تعطیلات فروردین	آزمون سراسری
۶۲	۲۴۲	حدوداً ۳۵۹

[illegible]

وقت مطالعاتی		موضوع			گزارش							
		اولویت	فعالیت پیشنهادی	درس	شرح						سایر	
کتاب درسی	جزوه					تقریر	فایل تصویری	تست	خلاصه نویسی			
اول				نوع فعالیت								
				زمان								
دوم				نوع فعالیت								
				زمان								
سوم				نوع فعالیت								
				زمان								
چهارم				نوع فعالیت								
				زمان								
پنجم				نوع فعالیت								
				زمان								
مطالعاتی مستمر	اول											
	دوم											
	سوم											
جمع بندی زمان اختصاص یافته برای انجام هر فعالیت												

نمی‌توان بازگشت و آغاز خوبی داشت. اما می‌توان شروع کرد و پایان خوبی داشت.

روز: پنجشنبه تاریخ: ۹۴ مرداد

فرصت = روزهای باقیمانده تا		
پایان تابستان	تعطیلات فروردین	آزمون سراسری
۶۱	۲۴۱	حدوداً ۳۵۸

[illegible]

گزارش								موضوع			وقت مطالعاتی	
سایر							شرح	اولین	فعالیت پیشنهادی	درس		
	خلاصه نویسی	تست	فایل تصویری	نمونه	جزوه	کتاب درسی						
							نوع فعالیت				اول	
							زمان					
							نوع فعالیت				دوم	
							زمان					
							نوع فعالیت				سوم	
							زمان					
							نوع فعالیت				چهارم	
							زمان					
							نوع فعالیت				پنجم	
							زمان					
							نوع فعالیت				اول	مطالعاتی مستمر
							نوع فعالیت				دوم	
							نوع فعالیت				سوم	
							جمع بندی زمان اختصاص یافته برای انجام هر فعالیت					

حیرانی و سردرگمی مصیبتی طولانی است. پس هدف‌ت را تعریف کن تا سردرگم نباشی.

روز: جمعه تاریخ: ۲ مرداد ۹۴

فرصت = روزهای باقیمانده تا		
بایان تابستان	تعطیلات فروردین	آزمون سراسری
۶۰	۲۴۰	حدوداً ۳۵۷
یادداشت و تصمیم‌گیری خاص		
.....		
.....		
.....		

وقت مطالعاتی		موضوع			گزارش								
		اولویت	فعالیت پیشنهادی	درس	شرح	کتاب درسی	جزوه	تبرین	فایل تصویری	نقشه	خلاصه نویسی	سایر	
مطالعاتی مستمر	اول					نوع فعالیت							
	دوم				نوع فعالیت								
	سوم				نوع فعالیت								
جمع‌بندی زمان اختصاص یافته برای انجام هر فعالیت													

مهم‌ترین تذکرها براساس کارنامه‌ی مشاوره‌ی آموزشی:

.....

.....

.....

.....

.....

تخمین براساس آزمون سراسری	
نمره	رتبه

رشته	دانشگاه	دوره
برترین رشته‌های معرفی شده در قالب کارنامه‌ی رشته‌های قبلی		

مهم‌ترین یافته‌ها و تذکرات شخصی:

.....

.....

.....

.....

.....

عملکرد آزمون				
ردیف	نام درس	تعداد		
		درست	نادرست	نزده
۱	زبان و ادبیات فارسی			
۲	زبان عربی			
۳	فرهنگ و معارف اسلامی			
۴	زبان انگلیسی			
۵	زمین‌شناسی			
۶	ریاضی			
۷	زیست‌شناسی			
۸	فیزیک			
۹	شیمی			
جمع				—
بالاترین نمره		درس		
پایین‌ترین نمره				

آزمون غیر حضوری

روز: **شنبه** تاریخ: **۳ مرداد ۹۴**

فرصت = روزهای باقیمانده تا		
پایان تابستان	تعطیلات فروردین	آزمون سراسری
۵۹	۲۳۹	حدوداً ۳۵۶

یادداشت و تصمیم‌گیری خاص
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

گزارش							موضوع			وقت مطالعاتی
شرح	کتاب درسی	نمونه	تقریر	قابل تصویری	نقشه	خلاصه نویسی	اولویت	فعالیت پیشنهادی	درس	
نوع فعالیت										اول
زمان										
نوع فعالیت										دوم
زمان										
نوع فعالیت										سوم
زمان										
نوع فعالیت										چهارم
زمان										
نوع فعالیت										پنجم
زمان										
نوع فعالیت										اول
نوع فعالیت										دوم
نوع فعالیت										سوم

--	--	--	--	--	--	--

جمع‌بندی زمان اختصاص یافته برای انجام هر فعالیت

ممکن است برای جاودانگی راه‌هایی وجود داشته باشد. اما راهی مطمئن‌تر از دانایی نیست زیرا اهل خرد و فرهنگ همیشه زنده‌اند.

روز: یکشنبه تاریخ: ۴ مرداد ۹۴

فرصت = روزهای باقیمانده تا		
پایان تابستان	تعطیلات فروردین	آزمون سراسری
۵۸	۲۳۸	حدوداً ۳۵۵

[illegible]

وقت مطالعاتی		موضوع			گزارش							
		اولین	فعالیت پیشنهادی	درس	شرح	کتاب درسی	جزوه	تمرین	قابل تصویری	نقشه	فایل	سایر
مطالعاتی مستمر	اول					دوم	سوم	کتاب درسی	جزوه	تمرین	قابل تصویری	
اول					نوع فعالیت							
					زمان							
دوم					نوع فعالیت							
					زمان							
سوم					نوع فعالیت							
					زمان							
چهارم					نوع فعالیت							
					زمان							
پنجم					نوع فعالیت							
					زمان							
مطالعاتی مستمر	اول				نوع فعالیت							
	دوم				نوع فعالیت							
	سوم				نوع فعالیت							

جمع‌بندی زمان اختصاص یافته برای انجام هر فعالیت

هم خودت و هم دیگران را محترم بشمار.

روز: **دوشنبه** تاریخ: **۵ مرداد ۹۴**

فرصت = روزهای باقیمانده تا		
پایان تابستان	تعطیلات فروردین	آزمون سراسری
۵۷	۲۳۷	حدوداً ۳۵۴

یادداشت و تصمیم‌گیری خاص
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

گزارش							موضوع			وقت مطالعاتی
شرح	کتاب درسی	نمونه	تقریر	قابل تصویری	نقشه	خلاصه نویسی	اولویت	فعالیت پیشنهادی	درس	
نوع فعالیت										اول
زمان										
نوع فعالیت										دوم
زمان										
نوع فعالیت										سوم
زمان										
نوع فعالیت										چهارم
زمان										
نوع فعالیت										پنجم
زمان										
نوع فعالیت										مطالعاتی مستمر
نوع فعالیت										
نوع فعالیت										

--	--	--	--	--	--	--

جمع‌بندی زمان اختصاص یافته برای انجام هر فعالیت

انسان‌های سخت‌ماندنی و روزهای سخت رفتنی هستند.

روز: سه شنبه تاریخ: ۶ مرداد ۹۴

فرصت = روزهای باقیمانده تا		
پایان تابستان	تعطیلات فروردین	آزمون سراسری
۵۶	۲۳۶	حدوداً ۳۵۳

[illegible]

وقت مطالعاتی		موضوع			گزارش							
		اولین	فعالیت پیشنهادی	درس	شرح						سایر	
کتاب درسی	جزوه					نمونه	قابل تصویری	تست	خلاصه نویسی			
اول				نوع فعالیت								
				زمان								
دوم				نوع فعالیت								
				زمان								
سوم				نوع فعالیت								
				زمان								
چهارم				نوع فعالیت								
				زمان								
پنجم				نوع فعالیت								
				زمان								
مطالعاتی مستمر	اول											
	دوم											
	سوم											
جمع بندی زمان اختصاص یافته برای انجام هر فعالیت												

در آیین خردمندان ، لازمه‌ی هر کاری اندیشیدن است.

روز: **چهارشنبه** تاریخ: **۷ مرداد ۹۴**

فرصت = روزهای باقیمانده تا		
پایان تابستان	تعطیلات فروردین	آزمون سراسری
۵۵	۲۳۵	حدوداً ۳۵۲

[illegible]

گزارش								موضوع			وقت مطالعاتی	
سایر							شرح	اولین	فعالیت پیشنهادی	درس		
	خلاصه نویسی	تست	فایل تصویری	نمونه	جزوه	کتاب درسی						
							نوع فعالیت				اول	
							زمان					
							نوع فعالیت				دوم	
							زمان					
							نوع فعالیت				سوم	
							زمان					
							نوع فعالیت				چهارم	
							زمان					
							نوع فعالیت				پنجم	
							زمان					
							نوع فعالیت				اول	مطالعاتی مستمر
							نوع فعالیت				دوم	
							نوع فعالیت				سوم	
							جمع بندی زمان اختصاص یافته برای انجام هر فعالیت					

برترین دانش‌ها خدایرستی است.

روز: پنجشنبه تاریخ: ۸ مرداد ۹۴

فرصت = روزهای باقیمانده تا		
پایان تابستان	تعطیلات فروردین	آزمون سراسری
۵۴	۲۳۴	حدوداً ۳۵۱

یادداشت و تصمیم‌گیری خاص
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

گزارش							موضوع			وقت مطالعاتی
شرح	کتاب درسی	نمونه	تقریر	قابل تصویری	نقشه	خلاصه نویسی	اولویت	فعالیت پیشنهادی	درس	
نوع فعالیت										اول
زمان										
نوع فعالیت										دوم
زمان										
نوع فعالیت										سوم
زمان										
نوع فعالیت										چهارم
زمان										
نوع فعالیت										پنجم
زمان										
نوع فعالیت										اول
زمان										
نوع فعالیت										
نوع فعالیت										دوم
نوع فعالیت										سوم

--	--	--	--	--	--	--

جمع‌بندی زمان اختصاص یافته برای انجام هر فعالیت

خودمان مسئول تمام کارهایی هستیم که انجام می‌دهیم.

روز: **جمعه** تاریخ: **۹ مرداد ۹۴**

فرصت = روزهای باقیمانده تا		
پایان تابستان	تعطیلات فروردین	آزمون سراسری
۵۳	۲۳۳	حدوداً ۳۵۰

[illegible]

وقت مطالعاتی		موضوع			گزارش							
		اولین	فعالیت پیشنهادی	درس	شرح						سایر	
کتاب درسی	جزوه					نمونه	قابل تصویری	تست	خلاصه نویسی			
اول				نوع فعالیت								
				زمان								
دوم				نوع فعالیت								
				زمان								
سوم				نوع فعالیت								
				زمان								
چهارم				نوع فعالیت								
				زمان								
پنجم				نوع فعالیت								
				زمان								
مطالعاتی مستمر	اول			نوع فعالیت								
	دوم			نوع فعالیت								
	سوم			نوع فعالیت								
جمع بندی زمان اختصاص یافته برای انجام هر فعالیت												

خطا کردن کاری انسانی و تکرار کردن آن حیوانی است.

روز: **شنبه** تاریخ: **۱۰ مرداد ۹۴**

فرصت = روزهای باقیمانده تا		
پایان تابستان	تعطیلات فروردین	آزمون سراسری
۵۲	۲۳۲	حدوداً ۳۴۹

[illegible]

گزارش								موضوع			وقت مطالعاتی	
سایر							شرح	اولین	فعالیت پیشنهادی	درس		
	خلاصه نویسی	تست	قابل تصویری	تمرین	جزوه	کتاب درسی						
							نوع قابلیت				اول	
							زمان					
							نوع فعالیت				دوم	
							زمان					
							نوع فعالیت				سوم	
							زمان					
							نوع فعالیت				چهارم	
							زمان					
							نوع فعالیت				پنجم	
							زمان					
							نوع فعالیت				اول	مطالعاتی مستمر
							نوع فعالیت				دوم	
							نوع فعالیت				سوم	

جمع‌بندی زمان اختصاص یافته برای انجام هر فعالیت

خودت را بسنج تا پیشرفت کنی.

روز: یکشنبه تاریخ: ۱۱ مرداد ۹۴

فرصت = روزهای باقیمانده تا		
پایان تابستان	تعطیلات فروردین	آزمون سراسری
۵۱	۲۳۱	حدوداً ۳۴۸

[illegible]

گزارش								موضوع			وقت مطالعاتی	
سایر							شرح	اولین	فعالیت پیشنهادی	درس		
	خلاصه نویسی	تست	فایل تصویری	نمونه	جزوه	کتاب درسی						
							نوع فعالیت				اول	
							زمان					
							نوع فعالیت				دوم	
							زمان					
							نوع فعالیت				سوم	
							زمان					
							نوع فعالیت				چهارم	
							زمان					
							نوع فعالیت				پنجم	
							زمان					
							نوع فعالیت				اول	مطالعاتی مستمر
							نوع فعالیت				دوم	
							نوع فعالیت				سوم	
							جمع بندی زمان اختصاص یافته برای انجام هر فعالیت					

از گذشته پیاموز ولی در آن زندگی نکن.

روز: دوشنبه تاریخ: ۱۲ مرداد ۹۴

فرصت = روزهای باقیمانده تا		
پایان تابستان	تعطیلات فروردین	آزمون سراسری
۵۰	۲۳۰	حدوداً ۳۴۷

[illegible]

گزارش								موضوع			وقت مطالعاتی	
سایر							شرح	اولین	فعالیت پیشنهادی	درس		
	خلاصه نویسی	تست	فایل تصویری	نمونه	جزوه	کتاب درسی						
							نوع فعالیت				اول	
							زمان					
							نوع فعالیت				دوم	
							زمان					
							نوع فعالیت				سوم	
							زمان					
							نوع فعالیت				چهارم	
							زمان					
							نوع فعالیت				پنجم	
							زمان					
							نوع فعالیت				اول	مطالعاتی مستمر
							نوع فعالیت				دوم	
							نوع فعالیت				سوم	
							جمع بندی زمان اختصاص یافته برای انجام هر فعالیت					

مهمترین فرق موفق‌ها با دیگران ، پرسیدن است.

روز: سه شنبه تاریخ: ۱۳ مرداد ۹۴

فرصت = روزهای باقیمانده تا		
پایان تابستان	تعطیلات فروردین	آزمون سراسری
۴۹	۲۲۹	حدوداً ۳۴۶

[illegible]

گزارش								موضوع			وقت مطالعاتی	
سایر							شرح	اولین	فعالیت پیشنهادی	درس		
	خلاصه نویسی	تست	فایل تصویری	نمونه	جزوه	کتاب درسی						
							نوع فعالیت				اول	
							زمان					
							نوع فعالیت				دوم	
							زمان					
							نوع فعالیت				سوم	
							زمان					
							نوع فعالیت				چهارم	
							زمان					
							نوع فعالیت				پنجم	
							زمان					
							نوع فعالیت				اول	مطالعاتی مستمر
							نوع فعالیت				دوم	
							نوع فعالیت				سوم	
							جمع بندی زمان اختصاص یافته برای انجام هر فعالیت					

از خطاهایت درس بگیر تا آن‌ها را تکرار نکنی.

روز: **چهارشنبه** تاریخ: **۱۴ مرداد ۹۴**

فرصت = روزهای باقیمانده تا		
پایان تابستان	تعطیلات فروردین	آزمون سراسری
۴۸	۲۲۸	حدوداً ۳۴۵

[illegible]

گزارش								موضوع			وقت مطالعاتی	
سایر							شرح	اولین	فعالیت پیشنهادی	درس		
	خلاصه نویسی	تست	قابل تصویری	تمرین	جزوه	کتاب درسی						
							نوع قابلیت				اول	
							زمان					
							نوع فعالیت				دوم	
							زمان					
							نوع فعالیت				سوم	
							زمان					
							نوع فعالیت				چهارم	
							زمان					
							نوع فعالیت				پنجم	
							زمان					
							نوع فعالیت				اول	مطالعاتی مستمر
							نوع فعالیت				دوم	
							نوع فعالیت				سوم	

جمع‌بندی زمان اختصاص یافته برای انجام هر فعالیت

تو معنی بخش زندگی هستی.

روز: پنجشنبه تاریخ: ۱۵ مرداد ۹۴

فرصت = روزهای باقیمانده تا		
پایان تابستان	تعطیلات فروردین	آزمون سراسری
۴۷	۲۲۷	حدوداً ۳۴۴

[illegible]

وقت مطالعاتی		موضوع			گزارش							
		اولین	فعالیت پیشنهادی	درس	شرح	کتاب درسی	جزوه	نمونه	قابل تصویری	تست	خلاصه نویسی	سایر
اول					نوع فعالیت							
					زمان							
دوم					نوع فعالیت							
					زمان							
سوم					نوع فعالیت							
					زمان							
چهارم					نوع فعالیت							
					زمان							
پنجم					نوع فعالیت							
					زمان							
مطالعاتی مستمر	اول				نوع فعالیت							
	دوم				نوع فعالیت							
	سوم				نوع فعالیت							
جمع بندی زمان اختصاص یافته برای انجام هر فعالیت												

زمان ناخوشی‌ها را به حساب عمر نیاور.

روز: **جمعه** تاریخ: **۱۶ مرداد ۹۴**

فرصت = روزهای باقیمانده تا		
بایان تابستان	تعطیلات فروردین	آزمون سراسری
۴۶	۲۲۶	حدوداً ۳۴۳
یادداشت و تصمیم‌گیری خاص		
.....		
.....		
.....		

وقت مطالعاتی		موضوع						گزارش					
		درس	فعالیت پیشنهادی	اولویت	شرح	کتاب درسی	جزوه	نقشه	فایل تصویری	نست	خلاصه نویسی	سایر	
مطالعاتی مستمر	اول												
	دوم				نوع فعالیت								
	سوم				نوع فعالیت								
					نوع فعالیت								

جمع‌بندی زمان اختصاص یافته برای انجام هر فعالیت

مهم‌ترین تذکرها براساس کارنامه‌ی مشاوره‌ی آموزشی:

.....

.....

.....

.....

.....

تخمین براساس آزمون سراسری	
نمره	رتبه

برترین رشته‌های معرفی شده در قالب کارنامه‌ی رشته‌های قبلی	رشته	دانشگاه	دوره

مهم‌ترین یافته‌ها و تذکرات شخصی:

.....

.....

.....

.....

.....

عملکرد آزمون				
ردیف	نام درس	تعداد		
		درست	نادرست	نزده
۱	زبان و ادبیات فارسی			
۲	زبان عربی			
۳	فرهنگ و معارف اسلامی			
۴	زبان انگلیسی			
۵	زمین‌شناسی			
۶	ریاضی			
۷	زیست‌شناسی			
۸	فیزیک			
۹	شیمی			
جمع				—
بالاترین نمره		درس		
پایین‌ترین نمره				

دومین آزمون حضوری - ۵۰٪ مباحث و موضوعات درسی پایه‌ی سوم دبیرستان

روز: **شنبه** تاریخ: **۱۷ مرداد ۹۴**

فرصت = روزهای باقیمانده تا		
پایان تابستان	تعطیلات فروردین	آزمون سراسری
۴۵	۲۲۵	حدوداً ۳۴۲

[illegible]

وقت مطالعاتی		موضوع			گزارش							
		اولین	فعالیت پیشنهادی	درس	شرح						سایر	
کتاب درسی	جزوه					تمرین	قابل تصویری	نقشه	خلاصه نویسی			
اول				نوع فعالیت								
				زمان								
دوم				نوع فعالیت								
				زمان								
سوم				نوع فعالیت								
				زمان								
چهارم				نوع فعالیت								
				زمان								
پنجم				نوع فعالیت								
				زمان								
مطالعاتی مستمر	اول											
	دوم											
	سوم											

جمع‌بندی زمان اختصاص یافته برای انجام هر فعالیت

زینت افسان سه چیز است. علم ، محبت ، آزادی

روز: یکشنبه تاریخ: ۱۸ مرداد ۹۴

فرصت = روزهای باقیمانده تا		
پایان تابستان	تعطیلات فروردین	آزمون سراسری
۴۴	۲۲۴	حدوداً ۳۴۱

[illegible]

گزارش								موضوع			وقت مطالعاتی	
سایر							شرح	اولین	فعالیت پیشنهادی	درس		
	خلاصه نویسی	تست	فایل تصویری	نمونه	جزوه	کتاب درسی						
							نوع فعالیت				اول	
							زمان					
							نوع فعالیت				دوم	
							زمان					
							نوع فعالیت				سوم	
							زمان					
							نوع فعالیت				چهارم	
							زمان					
							نوع فعالیت				پنجم	
							زمان					
							نوع فعالیت				اول	مطالعاتی مستمر
							نوع فعالیت				دوم	
							نوع فعالیت				سوم	
							جمع بندی زمان اختصاص یافته برای انجام هر فعالیت					

خرد برترین هدیه‌ی الهی است.

روز: **دوشنبه** تاریخ: **۱۹ مرداد ۹۴**

فرصت = روزهای باقیمانده تا		
پایان تابستان	تعطیلات فروردین	آزمون سراسری
۴۳	۲۲۳	حدوداً ۳۴۰

یادداشت و تصمیم‌گیری خاص
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

گزارش							موضوع			وقت مطالعاتی
شرح	کتاب درسی	نمونه	تقریر	قابل تصویری	نقشه	خلاصه نویسی	اولویت	فعالیت پیشنهادی	درس	
نوع فعالیت										اول
زمان										
نوع فعالیت										دوم
زمان										
نوع فعالیت										سوم
زمان										
نوع فعالیت										چهارم
زمان										
نوع فعالیت										پنجم
زمان										
نوع فعالیت										اول
نوع فعالیت										دوم
نوع فعالیت										سوم

--	--	--	--	--	--	--

جمع‌بندی زمان اختصاص یافته برای انجام هر فعالیت

دشواری‌ها را مانند لباس ، با بی‌احتیایی تحمل کن .

روز: سه شنبه تاریخ: ۲۰ مرداد ۹۴

فرصت = روزهای باقیمانده تا		
پایان تابستان	تعطیلات فروردین	آزمون سراسری
۴۲	۲۲۲	حدوداً ۳۳۹

[illegible]

گزارش								موضوع			وقت مطالعاتی	
سایر							شرح	اولین	فعالیت پیشنهادی	درس		
	خلاصه نویسی	نقشه	قابل تصویری	تمرین	جزوه	کتاب درسی						
							نوع فعالیت				اول	
							زمان					
							نوع فعالیت				دوم	
							زمان					
							نوع فعالیت				سوم	
							زمان					
							نوع فعالیت				چهارم	
							زمان					
							نوع فعالیت				پنجم	
							زمان					
							نوع فعالیت				اول	
							نوع فعالیت					
							نوع فعالیت					
							نوع فعالیت				دوم	مطالعاتی مستمر
							نوع فعالیت				سوم	

جمع‌بندی زمان اختصاص یافته برای انجام هر فعالیت

آهسته‌تر، آنان که تند می‌دوند، زودتر به زمین می‌خورند.

روز: **چهارشنبه** تاریخ: **۲۱ مرداد ۹۴**

فرصت = روزهای باقیمانده تا		
پایان تابستان	تعطیلات فروردین	آزمون سراسری
۴۱	۲۲۱	حدوداً ۳۳۸

[illegible]

گزارش								موضوع			وقت مطالعاتی	
سایر							شرح	اولین	فعالیت پیشنهادی	درس		
	خلاصه نویسی	تست	فایل تصویری	نمونه	جزوه	کتاب درسی						
							نوع فعالیت				اول	
							زمان					
							نوع فعالیت				دوم	
							زمان					
							نوع فعالیت				سوم	
							زمان					
							نوع فعالیت				چهارم	
							زمان					
							نوع فعالیت				پنجم	
							زمان					
							نوع فعالیت				اول	مطالعاتی مستمر
							نوع فعالیت				دوم	
							نوع فعالیت				سوم	
							جمع بندی زمان اختصاص یافته برای انجام هر فعالیت					

هرآنچه گذشت ، مقدمه است.

روز: **پنجشنبه** تاریخ: **۲۲ مرداد ۹۴**

فرصت = روزهای باقیمانده تا		
پایان تابستان	تعطیلات فروردین	آزمون سراسری
۴۰	۲۲۰	حدوداً ۳۳۷

[illegible]

گزارش								موضوع			وقت مطالعاتی	
سایر							شرح	اولین	فعالیت پیشنهادی	درس		
	خلاصه نویسی	تست	فایل تصویری	نمونه	جزوه	کتاب درسی						
							نوع فعالیت				اول	
							زمان					
							نوع فعالیت				دوم	
							زمان					
							نوع فعالیت				سوم	
							زمان					
							نوع فعالیت				چهارم	
							زمان					
							نوع فعالیت				پنجم	
							زمان					
							نوع فعالیت				اول	مطالعاتی مستمر
							نوع فعالیت				دوم	
							نوع فعالیت				سوم	
							جمع بندی زمان اختصاص یافته برای انجام هر فعالیت					

ما محکوم به زمان هستیم و زمان محکوم به گذشتن.

روز: **جمعه** تاریخ: **۲۳ مرداد ۹۴**

فرصت = روزهای باقیمانده تا		
پایان تابستان	تعطیلات فروردین	آزمون سراسری
۳۹	۲۱۹	حدوداً ۳۳۶

[illegible]

گزارش								موضوع			وقت مطالعاتی	
سایر							شرح	اولین	فعالیت پیشنهادی	درس		
	خلاصه نویسی	تست	فایل تصویری	نمونه	جزوه	کتاب درسی						
							نوع فعالیت				اول	
							زمان					
							نوع فعالیت				دوم	
							زمان					
							نوع فعالیت				سوم	
							زمان					
							نوع فعالیت				چهارم	
							زمان					
							نوع فعالیت				پنجم	
							زمان					
							نوع فعالیت				اول	مطالعاتی مستمر
							نوع فعالیت				دوم	
							نوع فعالیت				سوم	
							جمع بندی زمان اختصاص یافته برای انجام هر فعالیت					

آسایش زمان نمی‌شناسد. هرگاه خسته شدی ییاسای.

روز: **شنبه** تاریخ: **۲۴ مرداد ۹۴**

فرصت = روزهای باقیمانده تا		
پایان تابستان	تعطیلات فروردین	آزمون سراسری
۳۸	۲۱۸	حدوداً ۳۳۵

یادداشت و تصمیم‌گیری خاص
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

گزارش								موضوع			وقت مطالعاتی		
سایر							شرح	اولین	فعالیت پیشنهادی	درس			
	خلاصه نویسی	تست	فایل تصویری	نمونه	جزوه	کتاب درسی							
							نوع فعالیت				اول		
							زمان						
							نوع فعالیت				دوم		
							زمان						
							نوع فعالیت				سوم		
							زمان						
							نوع فعالیت				چهارم		
							زمان						
							نوع فعالیت				پنجم		
							زمان						
							نوع فعالیت				اول	مطالعاتی مستمر	
							نوع فعالیت						دوم
							نوع فعالیت						سوم

--	--	--	--	--	--	--

جمع‌بندی زمان اختصاص یافته برای انجام هر فعالیت

حسادت بر دوست ، از آفات دوستی است.

روز: یکشنبه تاریخ: ۲۵ مرداد ۹۴

فرصت = روزهای باقیمانده تا		
پایان تابستان	تعطیلات فروردین	آزمون سراسری
۳۷	۲۱۷	حدوداً ۳۳۴

یادداشت و تصمیم‌گیری خاص
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

گزارش							موضوع			وقت مطالعاتی
شرح	کتاب درسی	نمونه	تقریر	قابل تصویری	نقشه	خلاصه نویسی	اولویت	فعالیت پیشنهادی	درس	
نوع فعالیت										اول
زمان										
نوع فعالیت										دوم
زمان										
نوع فعالیت										سوم
زمان										
نوع فعالیت										چهارم
زمان										
نوع فعالیت										پنجم
زمان										
نوع فعالیت										مطالعاتی مستمر
نوع فعالیت										
نوع فعالیت										

--	--	--	--	--	--	--

جمع‌بندی زمان اختصاص یافته برای انجام هر فعالیت

ارزش خود را بدان تا نبود نشوی.

روز: **دوشنبه** تاریخ: **۲۶ مرداد ۹۴**

فرست = روزهای باقیمانده تا		
پایان تابستان	تعطیلات فروردین	آزمون سراسری
۳۶	۲۱۶	حدوداً ۳۳۳

[illegible]

گزارش								موضوع			وقت مطالعاتی	
سایر							شرح	اولین	فعالیت پیشنهادی	درس		
	خلاصه نویسی	تست	فایل تصویری	نمونه	جزوه	کتاب درسی						
							نوع فعالیت				اول	
							زمان					
							نوع فعالیت				دوم	
							زمان					
							نوع فعالیت				سوم	
							زمان					
							نوع فعالیت				چهارم	
							زمان					
							نوع فعالیت				پنجم	
							زمان					
							نوع فعالیت				اول	مطالعاتی مستمر
							نوع فعالیت				دوم	
							نوع فعالیت				سوم	
							جمع بندی زمان اختصاص یافته برای انجام هر فعالیت					

اگر درست استفاده کنی ، همیشه وقت هست .

روز: سه شنبه تاریخ: ۲۷ مرداد ۹۴

فرصت = روزهای باقیمانده تا		
پایان تابستان	تعطیلات فروردین	آزمون سراسری
۳۵	۲۱۵	حدوداً ۳۳۲

[illegible]

وقت مطالعاتی		موضوع			گزارش							
		اولین	فعالیت پیشنهادی	درس	شرح						سایر	
کتاب درسی	جزوه					نمونه	قابل تصویری	تست	خلاصه نویسی			
اول				نوع فعالیت								
				زمان								
دوم				نوع فعالیت								
				زمان								
سوم				نوع فعالیت								
				زمان								
چهارم				نوع فعالیت								
				زمان								
پنجم				نوع فعالیت								
				زمان								
مطالعاتی مستمر	اول											
	دوم											
	سوم											
جمع بندی زمان اختصاص یافته برای انجام هر فعالیت												

کاری را که یک نفر توانسته انجام دهد ، تو هم می توانی .

روز: **چهارشنبه** تاریخ: **۲۸ مرداد ۹۴**

فرصت = روزهای باقیمانده تا		
پایان تابستان	تعطیلات فروردین	آزمون سراسری
۳۴	۲۱۴	حدوداً ۳۳۱

[illegible]

وقت مطالعاتی		موضوع			گزارش							
		اولین	فعالیت پیشنهادی	درس	شرح						سایر	
کتاب درسی	جزوه					تمرین	قابل تصویری	نقشه	خلاصه نویسی			
اول				نوع فعالیت								
				زمان								
دوم				نوع فعالیت								
				زمان								
سوم				نوع فعالیت								
				زمان								
چهارم				نوع فعالیت								
				زمان								
پنجم				نوع فعالیت								
				زمان								
مطالعاتی مستمر	اول				نوع فعالیت							
	دوم				نوع فعالیت							
	سوم				نوع فعالیت							

جمع‌بندی زمان اختصاص یافته برای انجام هر فعالیت

هرجا هستی، باهرچه در اختیار داری، کاری انجام بده.

روز: پنجشنبه تاریخ: ۲۹ مرداد ۹۴

فرست = روزهای باقیمانده تا		
پایان تابستان	تعطیلات فروردین	آزمون سراسری
۳۳	۲۱۳	حدوداً ۳۳۰

[illegible]

گزارش								موضوع			وقت مطالعاتی	
سایر							شرح	اولین	فعالیت پیشنهادی	درس		
	خلاصه نویسی	تست	فایل تصویری	نمونه	جزوه	کتاب درسی						
							نوع فعالیت				اول	
							زمان					
							نوع فعالیت				دوم	
							زمان					
							نوع فعالیت				سوم	
							زمان					
							نوع فعالیت				چهارم	
							زمان					
							نوع فعالیت				پنجم	
							زمان					
							نوع فعالیت				اول	مطالعاتی مستمر
							نوع فعالیت				دوم	
							نوع فعالیت				سوم	
							جمع بندی زمان اختصاص یافته برای انجام هر فعالیت					

تجربیات تو ، تجربیات هستند ، نه شخصیت تو .

روز: **جمعه** تاریخ: **۳۰ مرداد ۹۴**

فرصت = روزهای باقیمانده تا		
بایان تابستان	تعطیلات فروردین	آزمون سراسری
۳۲	۲۱۲	حدوداً ۳۲۹
یادداشت و تصمیم‌گیری خاص		
.....		
.....		
.....		

وقت مطالعاتی		موضوع						گزارش					
		درس	فعالیت پیشنهادی	اولویت	شرح	کتاب درسی	جزوه	نقشه	فایل تصویری	نست	خلاصه نویسی	سایر	
مطالعاتی مستمر	اول												
	دوم				نوع فعالیت								
	سوم				نوع فعالیت								
					نوع فعالیت								
جمع‌بندی زمان اختصاص یافته برای انجام هر فعالیت													

مهم‌ترین تذکرها براساس کارنامه‌ی مشاوره‌ی آموزشی:

.....

.....

.....

.....

.....

تخمین براساس آزمون سراسری	
نمره	رتبه

برترین رشته‌های معرفی شده در قالب کارنامه‌ی رشته‌های قبلی	رشته	دانشگاه	دوره

مهم‌ترین یافته‌ها و تذکرات شخصی:

.....

.....

.....

.....

.....

عملکرد آزمون				
ردیف	نام درس	تعداد		
		درست	نادرست	نرده
۱	زبان و ادبیات فارسی			
۲	زبان عربی			
۳	فرهنگ و معارف اسلامی			
۴	زبان انگلیسی			
۵	زمین‌شناسی			
۶	ریاضی			
۷	زیست‌شناسی			
۸	فیزیک			
۹	شیمی			
جمع				—
بالاترین نمره		درس		
پایین‌ترین نمره				

سومین آزمون حضوری - ۷۰٪ مباحث و موضوعات درسی پایه‌ی سوم دبیرستان

روز: **شنبه** تاریخ: **۳۱ مرداد ۹۴**

فرصت = روزهای باقیمانده تا		
پایان تابستان	تعطیلات فروردین	آزمون سراسری
۳۱	۲۱۱	حدوداً ۳۲۸

[illegible]

گزارش								موضوع			وقت مطالعاتی	
سایر							شرح	اولین	فعالیت پیشنهادی	درس		
	خلاصه نویسی	تست	فایل تصویری	نمونه	جزوه	کتاب درسی						
							نوع فعالیت				اول	
							زمان					
							نوع فعالیت				دوم	
							زمان					
							نوع فعالیت				سوم	
							زمان					
							نوع فعالیت				چهارم	
							زمان					
							نوع فعالیت				پنجم	
							زمان					
							نوع فعالیت				اول	مطالعاتی مستمر
							نوع فعالیت				دوم	
							نوع فعالیت				سوم	
							جمع بندی زمان اختصاص یافته برای انجام هر فعالیت					

انسان شکست نمی خورد بلکه دست از تلاش برمی دارد.

روز: یکشنبه تاریخ: شهریور ۹۴

فرصت = روزهای باقیمانده تا		
پایان تابستان	تعطیلات فروردین	آزمون سراسری
۳۰	۲۱۰	حدوداً ۳۲۷

[illegible]

وقت مطالعاتی		موضوع			گزارش							
		اولین	فعالیت پیشنهادی	درس	شرح						سایر	
کتاب درسی	جزوه					نمونه	قابل تصویری	تست	خلاصه نویسی			
اول				نوع فعالیت								
				زمان								
دوم				نوع فعالیت								
				زمان								
سوم				نوع فعالیت								
				زمان								
چهارم				نوع فعالیت								
				زمان								
پنجم				نوع فعالیت								
				زمان								
مطالعاتی مستمر	اول											
	دوم											
	سوم											
جمع بندی زمان اختصاص یافته برای انجام هر فعالیت												

اراده‌ی آهنین، زمین خوردن هفت باره و برخاستن هشت باره است.

روز: **دوشنبه** تاریخ: **۲ شهریور ۹۴**

فرصت = روزهای باقیمانده تا		
پایان تابستان	تعطیلات فروردین	آزمون سراسری
۲۹	۲۰۹	حدوداً ۳۲۶

[illegible]

گزارش								موضوع			وقت مطالعاتی	
سایر							شرح	اولین	فعالیت پیشنهادی	درس		
	خلاصه نویسی	تست	فایل تصویری	نمونه	جزوه	کتاب درسی						
							نوع فعالیت				اول	
							زمان					
							نوع فعالیت				دوم	
							زمان					
							نوع فعالیت				سوم	
							زمان					
							نوع فعالیت				چهارم	
							زمان					
							نوع فعالیت				پنجم	
							زمان					
							نوع فعالیت				اول	مطالعاتی مستمر
							نوع فعالیت				دوم	
							نوع فعالیت				سوم	
							جمع بندی زمان اختصاص یافته برای انجام هر فعالیت					

دیگران را رها کن. بهترین رقیب خودت باش.

روز: **سه شنبه** تاریخ: **۳ شهریور ۹۴**

فرصت = روزهای باقیمانده تا		
پایان تابستان	تعطیلات فروردین	آزمون سراسری
۲۸	۲۰۸	حدوداً ۳۲۵

[illegible]

گزارش								موضوع			وقت مطالعاتی	
سایر							شرح	اولین	فعالیت پیشنهادی	درس		
	خلاصه نویسی	تست	فایل تصویری	نمونه	جزوه	کتاب درسی						
							نوع فعالیت				اول	
							زمان					
							نوع فعالیت				دوم	
							زمان					
							نوع فعالیت				سوم	
							زمان					
							نوع فعالیت				چهارم	
							زمان					
							نوع فعالیت				پنجم	
							زمان					
							نوع فعالیت				اول	مطالعاتی مستمر
							نوع فعالیت				دوم	
							نوع فعالیت				سوم	
							جمع بندی زمان اختصاص یافته برای انجام هر فعالیت					

کشنده ترین کلمه اضطراب است آن را نادیده بگیر.

روز: **چارشنبه** تاریخ: **۴ شهریور ۹۴**

فرصت = روزهای باقیمانده تا		
پایان تابستان	تعطیلات فروردین	آزمون سراسری
۲۷	۲۰۷	حدوداً ۳۲۴

[illegible]

گزارش								موضوع			وقت مطالعاتی	
سایر							شرح	اولین	فعالیت پیشنهادی	درس		
	خلاصه نویسی	تست	فایل تصویری	نمونه	جزوه	کتاب درسی						
							نوع فعالیت				اول	
							زمان					
							نوع فعالیت				دوم	
							زمان					
							نوع فعالیت				سوم	
							زمان					
							نوع فعالیت				چهارم	
							زمان					
							نوع فعالیت				پنجم	
							زمان					
							نوع فعالیت				اول	مطالعاتی مستمر
							نوع فعالیت				دوم	
							نوع فعالیت				سوم	
							جمع بندی زمان اختصاص یافته برای انجام هر فعالیت					

عادات‌های خوب را در خودت پرورش بده.

روز: پنجشنبه تاریخ: ۵ شهریور ۹۴

فرصت = روزهای باقیمانده تا		
پایان تابستان	تعطیلات فروردین	آزمون سراسری
۲۶	۲۰۶	حدوداً ۳۲۳

[illegible]

وقت مطالعاتی		موضوع			گزارش							
		اولین	فعالیت پیشنهادی	درس	شرح						سایر	
کتاب درسی	جزوه					نمونه	قابل تصویری	تست	خلاصه نویسی			
اول				نوع فعالیت								
				زمان								
دوم				نوع فعالیت								
				زمان								
سوم				نوع فعالیت								
				زمان								
چهارم				نوع فعالیت								
				زمان								
پنجم				نوع فعالیت								
				زمان								
مطالعاتی مستمر	اول											
	دوم											
	سوم											
جمع بندی زمان اختصاص یافته برای انجام هر فعالیت												

چهارچشمی رو به جلو حرکت کن و گوشه‌ی چشمی هم به آینده‌ی عقب داشته باش.

روز: جمعہ تاریخ: ۶ شہریور ۹۴

فرصت = روزهای باقیمانده تا		
پایان تابستان	تعطیلات فروردین	آزمون سراسری
۲۵	۲۰۵	حدوداً ۳۲۲

[illegible]

گزارش								موضوع			وقت مطالعاتی	
سایر							شرح	اولین	فعالیت پیشنهادی	درس		
	خلاصه نویسی	تست	فایل تصویری	نمونه	جزوه	کتاب درسی						
							نوع فعالیت				اول	
							زمان					
							نوع فعالیت				دوم	
							زمان					
							نوع فعالیت				سوم	
							زمان					
							نوع فعالیت				چهارم	
							زمان					
							نوع فعالیت				پنجم	
							زمان					
							نوع فعالیت				اول	مطالعاتی مستمر
							نوع فعالیت				دوم	
							نوع فعالیت				سوم	
							جمع بندی زمان اختصاص یافته برای انجام هر فعالیت					

وقت از بین رفتنی است. در خرج کردن آن حساس باش.

روز: **شنبه** تاریخ: **۷ شهریور ۹۴**

فرست = روزهای باقیمانده تا		
پایان تابستان	تعطیلات فروردین	آزمون سراسری
۲۴	۲۰۴	حدوداً ۳۲۱

[illegible]

گزارش								موضوع			وقت مطالعاتی	
سایر							شرح	اولین	فعالیت پیشنهادی	درس		
	خلاصه نویسی	تست	فایل تصویری	نمونه	جزوه	کتاب درسی						
							نوع فعالیت				اول	
							زمان					
							نوع فعالیت				دوم	
							زمان					
							نوع فعالیت				سوم	
							زمان					
							نوع فعالیت				چهارم	
							زمان					
							نوع فعالیت				پنجم	
							زمان					
							نوع فعالیت				اول	مطالعاتی مستمر
							نوع فعالیت				دوم	
							نوع فعالیت				سوم	
							جمع بندی زمان اختصاص یافته برای انجام هر فعالیت					

مأموریت ما در زندگی با انگیزه زیستن است.

روز: یکشنبه تاریخ: ۸ شهریور ۹۴

فرست = روزهای باقیمانده تا		
پایان تابستان	تعطیلات فروردین	آزمون سراسری
۲۳	۲۰۳	حدوداً ۳۲۰

[illegible]

گزارش								موضوع			وقت مطالعاتی	
سایر							شرح	اولین	فعالیت پیشنهادی	درس		
	خلاصه نویسی	تست	فایل تصویری	نمونه	جزوه	کتاب درسی						
							نوع فعالیت				اول	
							زمان					
							نوع فعالیت				دوم	
							زمان					
							نوع فعالیت				سوم	
							زمان					
							نوع فعالیت				چهارم	
							زمان					
							نوع فعالیت				پنجم	
							زمان					
							نوع فعالیت				اول	مطالعاتی مستمر
							نوع فعالیت				دوم	
							نوع فعالیت				سوم	
							جمع بندی زمان اختصاص یافته برای انجام هر فعالیت					

تنها فرق بین موفّقیت و شکست ، نوع نگاه است.

روز: دوشنبه تاریخ: ۹ شهریور ۹۴

فرست = روزهای باقیمانده تا		
پایان تابستان	تعطیلات فروردین	آزمون سراسری
۲۲	۲۰۲	حدوداً ۳۱۹

[illegible]

گزارش								موضوع			وقت مطالعاتی	
سایر							شرح	اولین	فعالیت پیشنهادی	درس		
	خلاصه نویسی	تست	فایل تصویری	نمونه	جزوه	کتاب درسی						
							نوع فعالیت				اول	
							زمان					
							نوع فعالیت				دوم	
							زمان					
							نوع فعالیت				سوم	
							زمان					
							نوع فعالیت				چهارم	
							زمان					
							نوع فعالیت				پنجم	
							زمان					
							نوع فعالیت				اول	مطالعاتی مستمر
							نوع فعالیت				دوم	
							نوع فعالیت				سوم	
							جمع بندی زمان اختصاص یافته برای انجام هر فعالیت					

برای آینده تصمیم بگیر ولی برای آن زندگی نکن.

روز: سه شنبه تاریخ: ۱۰ شهریور ۹۴

فرصت = روزهای باقیمانده تا		
پایان تابستان	تعطیلات فروردین	آزمون سراسری
۲۱	۲۰۱	حدوداً ۳۱۸

وقت مطالعاتی		موضوع			گزارش							
		اولین	فعالیت پیشنهادی	درس	شرح						سایر	
کتاب درسی	جزوه					تمرین	قابل تصویری	نقشه	خلاصه نویسی			
اول				نوع فعالیت								
				زمان								
دوم				نوع فعالیت								
				زمان								
سوم				نوع فعالیت								
				زمان								
چهارم				نوع فعالیت								
				زمان								
پنجم				نوع فعالیت								
				زمان								
مطالعاتی مستمر	اول				نوع فعالیت							
	دوم				نوع فعالیت							
	سوم				نوع فعالیت							

جمع‌بندی زمان اختصاص یافته برای انجام هر فعالیت

اگر می‌خواهی چیزی را بیاموزی در آن غوطه‌ور شو.

روز: چهارشنبه تاریخ: ۱۱ شهریور ۹۴

فرصت = روزهای باقیمانده تا		
پایان تابستان	تعطیلات فروردین	آزمون سراسری
۲۰	۲۰۰	حدوداً ۳۱۷

یادداشت و تصمیم‌گیری خاص
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

گزارش							موضوع			وقت مطالعاتی
شرح	کتاب درسی	نمونه	تقریر	فایل تصویری	نقشه	خلاصه نویسی	اولویت	فعالیت پیشنهادی	درس	
نوع فعالیت										اول
زمان										
نوع فعالیت										دوم
زمان										
نوع فعالیت										سوم
زمان										
نوع فعالیت										چهارم
زمان										
نوع فعالیت										پنجم
زمان										
نوع فعالیت										مطالعاتی مستمر
نوع فعالیت										
نوع فعالیت										

--	--	--	--	--	--	--

جمع‌بندی زمان اختصاص یافته برای انجام هر فعالیت

شرایط تسلیم می‌شوند اگر اهل تصمیم باشی.

روز: **پنجشنبه** تاریخ: **۱۲ شهریور ۹۴**

فرصت = روزهای باقیمانده تا		
پایان تابستان	تعطیلات فروردین	آزمون سراسری
۱۹	۱۹۹	حدوداً ۳۱۶

[illegible]

وقت مطالعاتی		موضوع			گزارش							
		اولین	فعالیت پیشنهادی	درس	شرح						سایر	
کتاب درسی	جزوه					نمونه	قابل تصویری	تست	خلاصه نویسی			
اول				نوع فعالیت								
				زمان								
دوم				نوع فعالیت								
				زمان								
سوم				نوع فعالیت								
				زمان								
چهارم				نوع فعالیت								
				زمان								
پنجم				نوع فعالیت								
				زمان								
مطالعاتی مستمر	اول											
	دوم											
	سوم											
جمع بندی زمان اختصاص یافته برای انجام هر فعالیت												

گاهی متوقف شو و به تغییر خودت پرداز.

روز: جمعه تاریخ: ۱۳ شهریور ۹۴

فرصت = روزهای باقیمانده تا		
بایان تابستان	تعطیلات فروردین	آزمون سراسری
۱۸	۱۹۸	حدوداً ۳۱۵
یادداشت و تصمیم‌گیری خاص		
.....		
.....		
.....		

وقت مطالعاتی		موضوع			گزارش							
		اولویت	فعالیت پیشنهادی	درس	شرح						سایر	
کتاب درسی	جزوه					تبرین	فایل تصویری	نست	خلاصه نویسی			
مطالعاتی مستمر	اول				نوع فعالیت							
	دوم				نوع فعالیت							
	سوم				نوع فعالیت							
جمع بندی زمان اختصاص یافته برای انجام هر فعالیت												

مهم‌ترین تذکرها براساس کارنامه‌ی مشاوره‌ی آموزشی:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

مهم‌ترین یافته‌ها و تذکرات شخصی:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

تخمین براساس آزمون سراسری	
رتبه	نمره

برترین رشته‌های معرفی شده در قالب کارنامه‌ی رشته‌های قبلی	رشته	دانشگاه	دوره

عملکرد آزمون				
ردیف	نام درس	تعداد		
		درست	نادرست	نزده
۱	زبان و ادبیات فارسی			
۲	زبان عربی			
۳	فرهنگ و معارف اسلامی			
۴	زبان انگلیسی			
۵	زمین‌شناسی			
۶	ریاضی			
۷	زیست‌شناسی			
۸	فیزیک			
۹	شیمی			
جمع				—
بالاترین نمره		درس		
پایین‌ترین نمره				

چهارمین آزمون حضوری - ۹۰٪ مباحث و موضوعات درسی پایه‌ی سوم دبیرستان

روز: **شنبه** تاریخ: **۱۴ شهریور ۹۴**

فرست = روزهای باقیمانده تا		
پایان تابستان	تعطیلات فروردین	آزمون سراسری
۱۷	۱۹۷	حدوداً ۳۱۴

گزارش								موضوع			وقت مطالعاتی	
سایر							شرح	اولین	فعالیت پیشنهادی	درس		
	خلاصه نویسی	تست	فایل تصویری	نمونه	جزوه	کتاب درسی						
							نوع فعالیت				اول	
							زمان					
							نوع فعالیت				دوم	
							زمان					
							نوع فعالیت				سوم	
							زمان					
							نوع فعالیت				چهارم	
							زمان					
							نوع فعالیت				پنجم	
							زمان					
							نوع فعالیت				اول	مطالعاتی مستمر
							نوع فعالیت				دوم	
							نوع فعالیت				سوم	
							جمع بندی زمان اختصاص یافته برای انجام هر فعالیت					

بازی زندگی « دوئل » نیست ، « دو امدادی » است.

روز: یکشنبه تاریخ: ۱۵ شهریور ۹۴

فرصت = روزهای باقیمانده تا		
پایان تابستان	تعطیلات فروردین	آزمون سراسری
۱۶	۱۹۶	حدوداً ۳۱۳

وقت مطالعاتی		موضوع			گزارش							
		اولین	فعالیت پیشنهادی	درس	شرح						سایر	
کتاب درسی	جزوه					تمرین	قابل تصویری	نقشه	خلاصه نویسی			
اول				نوع فعالیت								
				زمان								
دوم				نوع فعالیت								
				زمان								
سوم				نوع فعالیت								
				زمان								
چهارم				نوع فعالیت								
				زمان								
پنجم				نوع فعالیت								
				زمان								
مطالعاتی مستمر	اول											
	دوم											
	سوم											

جمع‌بندی زمان اختصاص یافته برای انجام هر فعالیت

«کلاه سر خود» نگذار، حتی برای «سرگرمی.»»

روز: دوشنبه تاریخ: ۱۶ شهریور ۹۴

فرصت = روزهای باقیمانده تا		
پایان تابستان	تعطیلات فروردین	آزمون سراسری
۱۵	۱۹۵	حدوداً ۳۱۲

گزارش								موضوع			وقت مطالعاتی	
سایر							شرح	اولین	فعالیت پیشنهادی	درس		
	خلاصه نویسی	تست	فایل تصویری	نمونه	جزوه	کتاب درسی						
							نوع فعالیت				اول	
							زمان					
							نوع فعالیت				دوم	
							زمان					
							نوع فعالیت				سوم	
							زمان					
							نوع فعالیت				چهارم	
							زمان					
							نوع فعالیت				پنجم	
							زمان					
							نوع فعالیت				اول	مطالعاتی مستمر
							نوع فعالیت				دوم	
							نوع فعالیت				سوم	
							جمع بندی زمان اختصاص یافته برای انجام هر فعالیت					

اگر مشق شب را درست انجام دهی ، روز خوبی خواهی داشت.

روز: سه شنبه تاریخ: ۱۷ شهریور ۹۴

فرصت = روزهای باقیمانده تا		
پایان تابستان	تعطیلات فروردین	آزمون سراسری
۱۴	۱۹۴	حدوداً ۳۱۱

گزارش								موضوع			وقت مطالعاتی	
سایر							شرح	اولین	فعالیت پیشنهادی	درس		
	خلاصه نویسی	تست	فایل تصویری	نمونه	جزوه	کتاب درسی						
							نوع فعالیت				اول	
							زمان					
							نوع فعالیت				دوم	
							زمان					
							نوع فعالیت				سوم	
							زمان					
							نوع فعالیت				چهارم	
							زمان					
							نوع فعالیت				پنجم	
							زمان					
							نوع فعالیت				اول	مطالعاتی مستمر
							نوع فعالیت				دوم	
							نوع فعالیت				سوم	
							جمع بندی زمان اختصاص یافته برای انجام هر فعالیت					

اگر نمی‌توانی «جا خالی بده» اما اگر پذیرفتی «شانه خالی نکن.»

روز: **چهارشنبه** تاریخ: **۱۸ شهریور ۹۴**

فرصت = روزهای باقیمانده تا		
پایان تابستان	تعطیلات فروردین	آزمون سراسری
۱۳	۱۹۳	حدوداً ۳۱۰

گزارش								موضوع			وقت مطالعاتی	
سایر							شرح	اولین	فعالیت پیشنهادی	درس		
	خلاصه نویسی	تست	فایل تصویری	نمونه	جزوه	کتاب درسی						
							نوع فعالیت				اول	
							زمان					
							نوع فعالیت				دوم	
							زمان					
							نوع فعالیت				سوم	
							زمان					
							نوع فعالیت				چهارم	
							زمان					
							نوع فعالیت				پنجم	
							زمان					
							نوع فعالیت				اول	مطالعاتی مستمر
							نوع فعالیت				دوم	
							نوع فعالیت				سوم	
							جمع بندی زمان اختصاص یافته برای انجام هر فعالیت					

از گذشته ات «پرسش» کن چرا که در آینده باید «پاسخگو» باشی.

روز: **پنجشنبه** تاریخ: **۱۹ شهریور ۹۴**

فرصت = روزهای باقیمانده تا		
پایان تابستان	تعطیلات فروردین	آزمون سراسری
۱۲	۱۹۲	حدوداً ۳۰۹

گزارش								موضوع			وقت مطالعاتی	
سایر							شرح	اولین	فعالیت پیشنهادی	درس		
	خلاصه نویسی	تست	قابل تصویری	تمرین	جزوه	کتاب درسی						
							نوع قابلیت				اول	
							زمان					
							نوع فعالیت				دوم	
							زمان					
							نوع فعالیت				سوم	
							زمان					
							نوع فعالیت				چهارم	
							زمان					
							نوع فعالیت				پنجم	
							زمان					
							نوع فعالیت				اول	مطالعاتی مستمر
							نوع فعالیت				دوم	
							نوع فعالیت				سوم	

جمع‌بندی زمان اختصاص یافته برای انجام هر فعالیت

وقتی «با عجله حرکت می‌کنید» ... تجربه‌های پشت سر را نمی‌بینید.

روز: جمعه تاریخ: ۲۰ شهریور ۹۴

فرصت = روزهای باقیمانده تا		
بایان تابستان	تعطیلات فروردین	آزمون سراسری
۱۱	۱۹۱	حدوداً ۳۰۸
یادداشت و تصمیم‌گیری خاص		
.....		
.....		
.....		

وقت مطالعاتی		موضوع			گزارش							
		اولویت	فعالیت پیشنهادی	درس	شرح						سایر	
کتاب درسی	جزوه					نقشه	فایل تصویری	تست	خلاصه نویسی			
نوع فعالیت												
دوم												
سوم												
مطالعاتی مستمر		جمع‌بندی زمان اختصاص یافته برای انجام هر فعالیت										

مهم‌ترین تذکرها براساس کارنامه‌ی مشاوره‌ی آموزشی:

.....

.....

.....

.....

.....

تخمین براساس آزمون سراسری	
نمره	رتبه

برترین رشته‌های معرفی شده در قالب کارنامه‌ی رشته‌های قبلی	رشته	دانشگاه	دوره

مهم‌ترین یافته‌ها و تذکرات شخصی:

.....

.....

.....

.....

.....

عملکرد آزمون				
ردیف	نام درس	تعداد		
		درست	نادرست	نرده
۱	زبان و ادبیات فارسی			
۲	زبان عربی			
۳	فرهنگ و معارف اسلامی			
۴	زبان انگلیسی			
۵	زمین‌شناسی			
۶	ریاضی			
۷	زیست‌شناسی			
۸	فیزیک			
۹	شیمی			
جمع				—
بالاترین نمره		درس		
پایین‌ترین نمره				

آزمون غیر حضوری

روز: **شنبه** تاریخ: **۲۱ شهریور ۹۴**

فرصت = روزهای باقیمانده تا		
پایان تابستان	تعطیلات فروردین	آزمون سراسری
۱۰	۱۹۰	حدوداً ۳۰۷

[illegible]

وقت مطالعاتی		موضوع			گزارش							
		اولین	فعالیت پیشنهادی	درس	شرح						سایر	
کتاب درسی	جزوه					تمرین	قابل تصویری	نقشه	خلاصه نویسی			
اول				نوع فعالیت								
				زمان								
دوم				نوع فعالیت								
				زمان								
سوم				نوع فعالیت								
				زمان								
چهارم				نوع فعالیت								
				زمان								
پنجم				نوع فعالیت								
				زمان								
مطالعاتی مستمر	اول											نوع فعالیت
	دوم											نوع فعالیت
	سوم											نوع فعالیت

جمع‌بندی زمان اختصاص یافته برای انجام هر فعالیت

دوست ناباب را زیر سؤال می‌بریم که خودمان مجبور به پاسخگویی نباشیم.

روز: یکشنبه تاریخ: ۲۲ شهریور ۹۴

فرصت = روزهای باقیمانده تا		
پایان تابستان	تعطیلات فروردین	آزمون سراسری
۹	۱۸۹	حدوداً ۳۰۶

گزارش								موضوع			وقت مطالعاتی	
سایر							شرح	اولین	فعالیت پیشنهادی	درس		
	خلاصه نویسی	تست	فایل تصویری	نمونه	جزوه	کتاب درسی						
							نوع فعالیت				اول	
							زمان					
							نوع فعالیت				دوم	
							زمان					
							نوع فعالیت				سوم	
							زمان					
							نوع فعالیت				چهارم	
							زمان					
							نوع فعالیت				پنجم	
							زمان					
							نوع فعالیت				اول	مطالعاتی مستمر
							نوع فعالیت				دوم	
							نوع فعالیت				سوم	
							جمع بندی زمان اختصاص یافته برای انجام هر فعالیت					

استفاده از تجارب دیگران ، تجارت بدون سرمایه گذاری است.

روز: دوشنبه تاریخ: ۲۳ شهریور ۹۴

فرصت = روزهای باقیمانده تا		
پایان تابستان	تعطیلات فروردین	آزمون سراسری
۸	۱۸۸	حدوداً ۳۰۵

گزارش								موضوع			وقت مطالعاتی	
سایر							شرح	اولین	فعالیت پیشنهادی	درس		
	خلاصه نویسی	تست	فایل تصویری	نمونه	جزوه	کتاب درسی						
							نوع فعالیت				اول	
							زمان					
							نوع فعالیت				دوم	
							زمان					
							نوع فعالیت				سوم	
							زمان					
							نوع فعالیت				چهارم	
							زمان					
							نوع فعالیت				پنجم	
							زمان					
							نوع فعالیت				اول	مطالعاتی مستمر
							نوع فعالیت				دوم	
							نوع فعالیت				سوم	
							جمع بندی زمان اختصاص یافته برای انجام هر فعالیت					

کسی که خود را بالاتر از دیگران می بیند ، از ارتفاع بالاتری زمین می خورد.

روز: **سه شنبه** تاریخ: **۲۴ شهریور ۹۴**

فرست = روزهای باقیمانده تا		
پایان تابستان	تعطیلات فروردین	آزمون سراسری
۷	۱۸۷	حدوداً ۳۰۴

وقت مطالعاتی		موضوع			گزارش							
		درس	فعالیت پیشنهادی	اولین	شرح	کتاب درسی	جزوه	تمرین	فایل تصویری	نقشه	خلاصه نویسی	سایر
اول	دوم					سوم	چهارم	پنجم	اول	دوم	سوم	

زمان را نمی‌توان خرید، ولی می‌توان خوب خرج کرد.

روز: **چهارشنبه** تاریخ: **۲۵ شهریور ۹۴**

فرصت = روزهای باقیمانده تا		
پایان تابستان	تعطیلات فروردین	آزمون سراسری
۶	۱۸۶	حدوداً ۳۰۳

گزارش								موضوع			وقت مطالعاتی	
سایر							شرح	اولین	فعالیت پیشنهادی	درس		
	خلاصه نویسی	تست	فایل تصویری	نمونه	جزوه	کتاب درسی						
							نوع فعالیت				اول	
							زمان					
							نوع فعالیت				دوم	
							زمان					
							نوع فعالیت				سوم	
							زمان					
							نوع فعالیت				چهارم	
							زمان					
							نوع فعالیت				پنجم	
							زمان					
							نوع فعالیت				اول	مطالعاتی مستمر
							نوع فعالیت				دوم	
							نوع فعالیت				سوم	
							جمع بندی زمان اختصاص یافته برای انجام هر فعالیت					

اگر کامل نیستیم ، آن چه را که داریم در حدّ کمال به کار ببریم .

روز: پنجشنبه تاریخ: ۲۶ شهریور ۹۴

فرصت = روزهای باقیمانده تا		
پایان تابستان	تعطیلات فروردین	آزمون سراسری
۵	۱۸۵	حدوداً ۳۰۲

گزارش								موضوع			وقت مطالعاتی	
سایر							شرح	اولین	فعالیت پیشنهادی	درس		
	خلاصه نویسی	تست	فایل تصویری	نمونه	جزوه	کتاب درسی						
							نوع فعالیت				اول	
							زمان					
							نوع فعالیت				دوم	
							زمان					
							نوع فعالیت				سوم	
							زمان					
							نوع فعالیت				چهارم	
							زمان					
							نوع فعالیت				پنجم	
							زمان					
							نوع فعالیت				اول	مطالعاتی مستمر
							نوع فعالیت				دوم	
							نوع فعالیت				سوم	
							جمع بندی زمان اختصاص یافته برای انجام هر فعالیت					

گذشته را بازبینی کن ، آینده را ارزیابی کن تا حال را ارزان از دست ندهی .

روز: جمعه تاریخ: ۲۷ شهریور ۹۴

فرصت = روزهای باقیمانده تا		
بایان تابستان	تعطیلات فروردین	آزمون سراسری
۴	۱۸۴	حدوداً ۳۰۱

یادداشت و تصمیم‌گیری خاص

ارزیابی پایانی:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

مهم‌ترین تذکرها براساس کارنامه‌ی مشاوره‌ی آموزشی:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

مهم‌ترین یافته‌ها و تذکرات شخصی:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

تخمین براساس آزمون سراسری	
نمره	رتبه

دوره	دانشگاه	رشته

پرترین رشته‌های معرفی شده در قالب کارنامه‌ی رشته‌های قبولی

عملکرد آزمون				
ردیف	نام درس	تعداد		
		درست	نادرست	نزده
۱	زبان و ادبیات فارسی			
۲	زبان عربی			
۳	فرهنگ و معارف اسلامی			
۴	زبان انگلیسی			
۵	زمین‌شناسی			
۶	ریاضی			
۷	زیست‌شناسی			
۸	فیزیک			
۹	شیمی			
جمع				
بالاترین نمره		درس		
پایین‌ترین نمره				

پنجمین آزمون حضوری – ۱۰۰٪ مباحث و موضوعات درسی پایه‌ی سوم دبیرستان