



برنامه مطالعاتی امتحانات دی ماه / مجتمع آموزشی پژوهان

پایه: هفتم

شرح کار			تاریخ
واحد مطالعه سفید / ۳ ساعت			۱۴۰۴/۰۲/۲۷
واحد مطالعه سفید / ۲ ساعت	شبهه سازی / ۲ ساعت / حل برگه های امتحانی	دوره نهایی / حداقل ۳۰ دقیقه	۱۴۰۴/۰۲/۲۸
واحد مطالعه سفید / ۳ ساعت			۱۴۰۴/۰۲/۲۹
واحد مطالعه سفید / ۲ ساعت	شبهه سازی / ۱ ساعت / حل برگه های امتحانی	دوره نهایی / حداقل ۳۰ دقیقه	۱۴۰۴/۰۲/۳۰
واحد مطالعه سفید / ۲ ساعت	حل تمرین / ۱ ساعت / پرتکرار		۱۴۰۴/۰۲/۳۱
واحد مطالعه سفید / ۲ ساعت	حل تمرین / ۲ ساعت / پرتکرار		۱۴۰۴/۰۳/۰۱
واحد مطالعه سفید / ۲ ساعت	حل تمرین / ۳ ساعت / پرتکرار		۱۴۰۴/۰۳/۰۲
واحد مطالعه سفید / ۴ ساعت	شبهه سازی / ۴ ساعت / حل برگه های امتحانی	دوره نهایی / حداقل ۳۰ دقیقه	۱۴۰۴/۰۳/۰۳
واحد مطالعه سفید / ۴ ساعت			۱۴۰۴/۰۳/۰۴
واحد مطالعه سفید / ۲ ساعت	حل تمرین / ۱ ساعت / پرتکرار		۱۴۰۴/۰۳/۰۵
شبهه سازی / ۳ ساعت / حل برگه های امتحانی	حل تمرین / ۱ ساعت / پرتکرار	دوره نهایی / حداقل ۳۰ دقیقه	۱۴۰۴/۰۳/۰۶
شبهه سازی / ۱ ساعت / حل برگه های امتحانی	واحد مطالعه سفید / ۲ ساعت	دوره نهایی / حداقل ۳۰ دقیقه	۱۴۰۴/۰۳/۰۷
واحد مطالعه سفید / ۲ ساعت	حل تمرین / ۲ ساعت / پرتکرار		۱۴۰۴/۰۳/۰۸
واحد مطالعه سفید / ۲ ساعت	حل تمرین / ۳ ساعت / پرتکرار		۱۴۰۴/۰۳/۰۹
شبهه سازی / ۳ ساعت / حل برگه های امتحانی	حل تمرین / ۱ ساعت / پرتکرار	دوره نهایی / حداقل ۳۰ دقیقه	۱۴۰۴/۰۳/۱۰
واحد مطالعه سفید / ۳ ساعت			۱۴۰۴/۰۳/۱۱
شبهه سازی / ۲ ساعت / حل برگه های امتحانی	واحد مطالعه سفید / ۲ ساعت	دوره نهایی / حداقل ۳۰ دقیقه	۱۴۰۴/۰۳/۱۲
استراحت			۱۴۰۴/۰۳/۱۳
واحد مطالعه سفید / ۲ ساعت	حل تمرین / ۲ ساعت / پرتکرار		۱۴۰۴/۰۳/۱۴
واحد مطالعه سفید / ۲ ساعت	حل تمرین / ۲ ساعت / پرتکرار		۱۴۰۴/۰۳/۱۵
واحد مطالعه سفید / ۲ ساعت	حل تمرین / ۳ ساعت / پرتکرار		۱۴۰۴/۰۳/۱۶
شبهه سازی / ۳ ساعت / حل برگه های امتحانی	حل تمرین / ۱ ساعت / پرتکرار	دوره نهایی / حداقل ۳۰ دقیقه	۱۴۰۴/۰۳/۱۷
واحد مطالعه سفید / ۳ ساعت			۱۴۰۴/۰۳/۱۸
واحد مطالعه سفید / ۲ ساعت	حل تمرین / ۲ ساعت / پرتکرار		۱۴۰۴/۰۳/۱۹
شبهه سازی / ۳ ساعت / حل برگه های امتحانی	حل تمرین / ۱ ساعت / پرتکرار	دوره نهایی / حداقل ۳۰ دقیقه	۱۴۰۴/۰۳/۲۰

نکات مهم	واحد سفید مطالعه ویژه مطالعه تکمیلی است و شما می توانید در ساعات مطالعه سفید، زمان بیشتری را به هر درسی که احساس می کنید نیاز بیشتری به مطالعه آن دارید، اختصاص دهید. (به خصوص برای امتحاناتی که فکر می کنید فرجه داخل برنامه کوتاه است و آن امتحان به زمان بیشتری برای مطالعه نیاز دارد.)
	در زمان امتحانات پاکس های مطالعاتی، ۹۰ دقیقه ای و ۶۰ دقیقه ای هستند. بعد از هر ۹۰ دقیقه یا ۶۰ دقیقه مطالعه، ۵ دقیقه استراحت کنید. بعد از دو یا سه واحد مطالعه، استراحتی یک ساعته داشته باشید.
	منابع اصلی برای مطالعه، جزوه معلم و کتاب درسی مدرسه هستند. منابع مناسب برای حل تمرین کتابهای پرتکرار و نمونه سوالات معلم هستند. منبع مناسب برای شبیه سازی فضای امتحان، برگه های نمونه سوالات پایان ترم مدارس هستند.
	دوره نهایی شامل بررسی خلاصه نویسی ها و بررسی مهم ترین نکات است.
	در صورتی که نیاز به ایجاد تغییراتی در برنامه داشتید و هر سوالی در زمینه اجرای برنامه برایتان پیش آمد، از طریق ارسال پیام در تلگرام اقدام کنید.