ایـران تحصـیل
irantahsil.org

جدول ثبت مطالعه و عملکرد هفتگی

کیفیت یادگیری و علت عقب‌ماندگی را در کنار ساعت مطالعه ثبت کنید.

نام: _____ **هفته و تاریخ:** _____ **هدف اصلی:** _____

روز	هدف	مطالعه مفید ⏱دقیقه	میزان انجام	اصلاح فردا
شنبه				
یکشنبه				
دوشنبه				
سه‌شنبه				
چهارشنبه				
پنجشنبه				
جمعه				

ایران تحصیل، قالب آموزشی قابل چاپ، فعالیت‌ها را متناسب با زمان آزاد و سطح درسی شخصی‌سازی کنید.