

توجه

- از این فهرست به عنوان راهنمای مطالعه استفاده کنید.
- اولویت‌های مطالعه را تعیین کنید. در هر نوبت مطالعه مشخص کنید کدام موضوع برایتان ضروری‌تر و مهم‌تر است.
- میزان تسلط و نیاز آموزشی خود را در نظر بگیرید. (با در نظر گرفتن کارنامه‌ها و خودارزیابی‌تان)
- قبل از هر بار مطالعه، تسلط خودتان را با توجه به خودارزیابی‌تان و بر اساس جعبه ابزار کارنامه رنگ‌آمیزی کنید.

ارزیابی پیشرفت

مسلط	نسبتاً مسلط	مسلط نیستم	نام مبحث	تعداد تست	شماره صفحه	آزمون ۱: ۴ مبحث / ۸۰ تست
آبی	سبز	زرد				
آبی	سبز	زرد	مجموعه، الگو و دنباله	۲۰	۹	ریاضی
آبی	سبز	زرد	ترسیم‌های هندسی و استدلال	۲۰	۱۱	هندسه
آبی	سبز	زرد	فیزیک و اندازه‌گیری	۲۰	۱۳	فیزیک
آبی	سبز	زرد	کیهان زادگاه الفبای هستی	۲۰	۱۶	شیمی
۴ مبحث				۸۰ تست		جمع ۴ درس

مسلط	نسبتاً مسلط	مسلط نیستم	نام مبحث	تعداد تست	شماره صفحه	آزمون ۲: ۶ مبحث / ۸۰ تست
آبی	سبز	زرد				
آبی	سبز	زرد	مجموعه، الگو و دنباله / مثلثات	۲۰	۱۹	ریاضی
آبی	سبز	زرد	ترسیم‌های هندسی و استدلال / قضیه تالس، تشابه و کاربردهای آن	۲۰	۲۱	هندسه
آبی	سبز	زرد	ویژگی‌های فیزیکی مواد	۲۰	۲۴	فیزیک
آبی	سبز	زرد	کیهان زادگاه الفبای هستی	۲۰	۲۷	شیمی
۶ مبحث				۸۰ تست		جمع ۴ درس

مسلط	نسبتاً مسلط	مسلط نیستم	نام مبحث	تعداد تست	شماره صفحه	آزمون ۳: ۷ مبحث / ۸۰ تست
آبی	سبز	زرد				
آبی	سبز	زرد	مثلثات / توان‌های گویا و عبارتهای جبری	۲۰	۳۰	ریاضی
آبی	سبز	زرد	قضیه تالس، تشابه و کاربردهای آن	۲۰	۳۲	هندسه
آبی	سبز	زرد	ویژگی‌های فیزیکی مواد / کار، انرژی و توان	۲۰	۳۵	فیزیک
آبی	سبز	زرد	کیهان زادگاه الفبای هستی / رد پای گازها در زندگی	۲۰	۳۸	شیمی
۷ مبحث				۸۰ تست		جمع ۴ درس

مسلط	نسبتاً مسلط	مسلط نیستم	نام مبحث	تعداد تست	شماره صفحه	آزمون ۴: ۵ مبحث / ۸۰ تست
آبی	سبز	زرد				
آبی	سبز	زرد	توان‌های گویا و عبارتهای جبری / معادله‌ها و نامعادله‌ها	۲۰	۴۱	ریاضی
آبی	سبز	زرد	قضیه تالس، تشابه و کاربردهای آن	۲۰	۴۳	هندسه
آبی	سبز	زرد	کار، انرژی و توان	۲۰	۴۶	فیزیک
آبی	سبز	زرد	رد پای گازها در زندگی	۲۰	۴۹	شیمی
۵ مبحث				۸۰ تست		جمع ۴ درس

مسلط	نسبتاً مسلط	مسلط نیستم	نام مبحث	تعداد تست	شماره صفحه	آزمون ۵: ۱۱ مبحث / ۸۰ تست
آبی	سبز	زرد				
آبی	سبز	زرد	مجموعه، الگو و دنباله / مثلثات / توان‌های گویا و عبارتهای جبری / معادله‌ها و نامعادله‌ها	۲۰	۵۲	ریاضی
آبی	سبز	زرد	ترسیم‌های هندسی و استدلال / قضیه تالس، تشابه و کاربردهای آن	۲۰	۵۴	هندسه
آبی	سبز	زرد	فیزیک و اندازه‌گیری / ویژگی‌های فیزیکی مواد / کار، انرژی و توان	۲۰	۵۷	فیزیک
آبی	سبز	زرد	کیهان زادگاه الفبای هستی / رد پای گازها در زندگی	۲۰	۶۰	شیمی
۱۱ مبحث				۸۰ تست		جمع ۴ درس

مسلط	نسبتاً مسلط	مسلط نیستم	نام مبحث	تعداد تست	شماره صفحه	آزمون ۶: ۴ مبحث / ۴۰ تست
آبی	سبز	زرد	معادله‌ها و نامعادله‌ها	۱۰	۶۳	ریاضی
آبی	سبز	زرد	چند ضلعی‌ها	۱۰	۶۵	هندسه
آبی	سبز	زرد	کار، انرژی و توان	۱۰	۶۷	فیزیک
آبی	سبز	زرد	رد پای گازها در زندگی	۱۰	۶۹	شیمی
			۴ مبحث	۴۰ تست		جمع ۴ درس

مسلط	نسبتاً مسلط	مسلط نیستم	نام مبحث	تعداد تست	شماره صفحه	آزمون ۷: ۴ مبحث / ۴۰ تست
آبی	سبز	زرد	تابع	۱۰	۷۱	ریاضی
آبی	سبز	زرد	چند ضلعی‌ها	۱۰	۷۳	هندسه
آبی	سبز	زرد	دما و گرما	۱۰	۷۵	فیزیک
آبی	سبز	زرد	رد پای گازها در زندگی	۱۰	۷۶	شیمی
			۴ مبحث	۴۰ تست		جمع ۴ درس

مسلط	نسبتاً مسلط	مسلط نیستم	نام مبحث	تعداد تست	شماره صفحه	آزمون ۸: ۴ مبحث / ۴۰ تست
آبی	سبز	زرد	تابع	۱۰	۷۸	ریاضی
آبی	سبز	زرد	چند ضلعی‌ها	۱۰	۸۰	هندسه
آبی	سبز	زرد	دما و گرما	۱۰	۸۲	فیزیک
آبی	سبز	زرد	رد پای گازها در زندگی	۱۰	۸۴	شیمی
			۴ مبحث	۴۰ تست		جمع ۴ درس

مسلط	نسبتاً مسلط	مسلط نیستم	نام مبحث	تعداد تست	شماره صفحه	آزمون ۹: ۴ مبحث / ۴۰ تست
آبی	سبز	زرد	تابع	۱۰	۸۶	ریاضی
آبی	سبز	زرد	چند ضلعی‌ها	۱۰	۸۸	هندسه
آبی	سبز	زرد	دما و گرما	۱۰	۸۹	فیزیک
آبی	سبز	زرد	آب، آهنگ زندگی	۱۰	۹۱	شیمی
			۴ مبحث	۴۰ تست		جمع ۴ درس

مسلط	نسبتاً مسلط	مسلط نیستم	نام مبحث	تعداد تست	شماره صفحه	آزمون ۱۰: ۷ مبحث / ۴۰ تست
آبی	سبز	زرد	معادله‌ها و نامعادله‌ها / تابع	۱۰	۹۳	ریاضی
آبی	سبز	زرد	چند ضلعی‌ها	۱۰	۹۵	هندسه
آبی	سبز	زرد	کار، انرژی و توان / دما و گرما	۱۰	۹۷	فیزیک
آبی	سبز	زرد	رد پای گازها در زندگی / آب، آهنگ زندگی	۱۰	۹۹	شیمی
			۷ مبحث	۴۰ تست		جمع ۴ درس

تابلوی نروزی ۷ فروردین اختصاصی دهم ریاضی

ساعات مطالعه	سکوی مقایسه			چه تعداد سوال را		اطلاعات ضروری	تصمیم گیری	مبحث	کتاب
	هدف گذاری خود را بنویسید	هدف گذاری شما برای آزمون ۷ فروردین	هدف گذاری شما برای آزمون ۲۴ اسفند	تعداد چند تا از ۱۰ تایی شماره آزمون ۶ هجری	سایر منابع				
از روی صفحه ۱۸۲ دفتر برنامه ریزی، میانه مطالعه هفتگی هر درس را پاداشست کنید، سپس برای دوره طلایی هدف گذاری خود را بنویسید.	پیش بینی چند ساعت مطالعه کردید؟	ساعت مطالعه تا کتون	ساعت مطالعه چند ساعت می خواهید مطالعه کردید؟			شماره سوال در کتاب نروزی بعد از تمرین هر سطر، آن را رنگ کنید.	مطالعه کامل و اساسی	مرور و رفع اشکال	رنگ آمیزی کنید با ۴ رنگ آبی (خیلی خوب) سبز (خوب) زرد (متوسط) قرمز (نیاز به تلاش زیاد) (برای رنگ آمیزی کتابها از کارنامه اصلی و برای رنگ آمیزی مجتهدها از کارنامه مجتهدی استفاده کنید)
				۲۶		سوال ۱ تا ۲۰ آزمون اول	مطالعه کامل	مرور	ریاضی ۱ مجموعه، الگو و دنباله مثلثات توان های گویا و عبارات های جبری معادله ها و نامعادله ها
				۱۴		سوال ۸۱ تا ۱۰۰ آزمون دوم	مطالعه کامل	مرور	
				۲۰		سوال ۱۶۱ تا ۱۸۰ آزمون سوم	مطالعه کامل	مرور	
				۵		سوال ۲۶۱ تا ۲۶۰ آزمون چهارم سوال ۳۳۱ تا ۳۴۰ آزمون پنجم	مطالعه کامل	مرور	
				۱۲		سوال ۴۰ تا ۶۰ آزمون اول	مطالعه کامل	مرور	هندسه ۱ ترسیم های هندسی و استدلال قضیه تالس، تشابه و کاربردهای آن
				۱۲		سوال ۱۰۱ تا ۱۳۰ آزمون دوم سوال ۱۸۱ تا ۲۰۰ آزمون سوم	مطالعه کامل	مرور	
				۱۱		سوال ۲۶۱ تا ۲۸۰ آزمون چهارم سوال ۳۳۱ تا ۳۶۰ آزمون پنجم	مطالعه کامل	مرور	
				۱۶		سوال ۶۰ تا ۴۱ آزمون اول	مطالعه کامل	مرور	فیزیک ۱ فیزیک و اندازه گیری ویژگی های فیزیکی مواد کار، انرژی و توان
				۱۰		سوال ۱۴۰ تا ۱۳۰ آزمون دوم	مطالعه کامل	مرور	
				۳۷		سوال ۲۰۱ تا ۲۲۰ آزمون سوم سوال ۲۸۱ تا ۳۰۰ آزمون چهارم سوال ۳۶۱ تا ۳۸۰ آزمون پنجم	مطالعه کامل	مرور	
				۱۲		سوال ۸۰ تا ۶۱ آزمون اول	مطالعه کامل	مرور	شیمی ۱ کیهان زادگاه الفبای هستی کیهان زادگاه الفبای هستی
				۱۲		سوال ۱۶۰ تا ۱۴۰ آزمون دوم سوال ۲۲۱ تا ۲۴۰ آزمون سوم سوال ۳۰۱ تا ۳۲۰ آزمون چهارم سوال ۳۸۱ تا ۴۰۰ آزمون پنجم	مطالعه کامل	مرور	

تابلوی نمره‌وزی ۱۷ فروردین اختصاصی دهم ریاضی

کتاب	مبحث	رنگ آمیزی با علامت برنید	تعمیر گیری	اطلاعات ضروری		تعداد پیمانها در کتاب آبی	تمرین می کنیم؟	چه تعداد سوال را سایر منابع	ساعات مطالعه		
				سوال	کتاب آبی یا مستطی				تعداد چند تا از ۱۰ تا ۱۸ اسفند	مطالعه تا کون	پیشبینی چند ساعت می‌خواهد مطالعه کنید
ریاضی ۱	معادله‌ها و نامعادله‌ها	مروز	مطالعه کامل	فلا مطالعه کامل و اساسی	سوال ۴۰۱ تا ۴۱۰ آزمون هشتم	۱۳			مطالعه تا کون	پیشبینی چند ساعت می‌خواهد مطالعه کنید	اجرای چند ساعت مطالعه کردید
					سوال ۴۱۱ تا ۴۲۰ آزمون هشتم						
هندسه ۱	چند ضلعی‌ها	مروز	مطالعه کامل	فلا مطالعه کامل و اساسی	سوال ۴۸۱ تا ۴۹۰ آزمون هشتم	۱۰			مطالعه تا کون	پیشبینی چند ساعت می‌خواهد مطالعه کنید	اجرای چند ساعت مطالعه کردید
					سوال ۴۹۱ تا ۵۰۰ آزمون هشتم						
فیزیک ۱	کار انرژی و توان	مروز	مطالعه کامل	فلا مطالعه کامل و اساسی	سوال ۵۷۱ تا ۵۸۰ آزمون دهم	۱۳			مطالعه تا کون	پیشبینی چند ساعت می‌خواهد مطالعه کنید	اجرای چند ساعت مطالعه کردید
					سوال ۵۸۱ تا ۵۹۰ آزمون دهم						
شیمی ۱	رذپای گازها در زندگی	مروز	مطالعه کامل	فلا مطالعه کامل و اساسی	سوال ۴۰۱ تا ۴۱۰ آزمون هشتم	۲۵			مطالعه تا کون	پیشبینی چند ساعت می‌خواهد مطالعه کنید	اجرای چند ساعت مطالعه کردید
					سوال ۴۱۱ تا ۴۲۰ آزمون هشتم						
شیمی ۱	آب، آهنک زندگی	مروز	مطالعه کامل	فلا مطالعه کامل و اساسی	سوال ۵۱۱ تا ۵۲۰ آزمون هشتم	۹			مطالعه تا کون	پیشبینی چند ساعت می‌خواهد مطالعه کنید	اجرای چند ساعت مطالعه کردید
					سوال ۵۲۱ تا ۵۳۰ آزمون هشتم						