

آکادمی دورخیز

جدول برنامه ریزی کنکور - روزانه

برنامه مطالعاتی روز

زمان	تعداد تست/سوال	حجم مطالعه	درس

آکادمی دورخیز

هدف‌گذاری سبک زندگی

مدت زمان	فعالیت	ساعت	فعالیت
	گوشی موبایل		ساعت بیداری
	تفریح، TV، گیم		ساعت خواب
			مدت خواب

برنامه مطالعاتی روز

درس	حجم مطالعه	تعداد تست/سوال	زمان

آکادمی دورخیز
هدف‌گذاری سبک زندگی

فعالیت	ساعت	فعالیت	مدت زمان
ساعت بیداری		گوشی موبایل	
ساعت خواب		تفریح، TV، گیم	
مدت خواب			

برنامه مطالعاتی روز

درس	حجم مطالعه	تعداد تست/سوال	زمان



هدف‌گذاری سبک زندگی

فعالیت	ساعت	فعالیت	مدت زمان
ساعت بیداری		گوشی موبایل	
ساعت خواب		تفریح، TV، گیم	
مدت خواب			

برنامه مطالعاتی روز

درس	حجم مطالعه	تعداد تست/سوال	زمان



هدف‌گذاری سبک زندگی

فعالیت	ساعت	فعالیت	مدت زمان
ساعت بیداری		گوشی موبایل	
ساعت خواب		تفریح، TV، گیم	
مدت خواب			

برنامه مطالعاتی روز

زمان	تعداد تست/سوال	حجم مطالعه	درس



هدف‌گذاری سبک زندگی

مدت زمان	فعالیت	ساعت	فعالیت
	گوشی موبایل		ساعت بیداری
	تفریح، TV، گیم		ساعت خواب
			مدت خواب

برنامه مطالعاتی روز

درس	حجم مطالعه	تعداد تست/سوال	زمان

آکادمی دورخیز
هدف‌گذاری سبک زندگی

فعالیت	ساعت	فعالیت	مدت زمان
ساعت بیداری		گوشی موبایل	
ساعت خواب		تفریح، TV، گیم	
مدت خواب			

برنامه مطالعاتی روز

درس	حجم مطالعه	تعداد تست/سوال	زمان



هدف‌گذاری سبک زندگی

فعالیت	ساعت	فعالیت	مدت زمان
ساعت بیداری		گوشی موبایل	
ساعت خواب		تفریح، TV، گیم	
مدت خواب			