

فرم آنالیز آموزشی روزانه				تاریخ و روز :
اقدامات صورت گرفته		بله	خیر	تصمیم برای فردا
1	آیا درس تخصصی روز رو مطالعه کردم؟			
2	آیا سر کلاس همه مطالب رو یاد گرفتم؟			
3	آیا حین مطالعه نکات مهم رو مشخص کردم؟			
4	آیا امروز مشغول تست زنی تکالیف درس فردا بودم؟			
5	آیا امروز سر کلاس کاملاً توجه و تمرکز لازم رو داشتم؟			
6	آیا امروز اوقات تلف شده م رو مدیریت کردم؟			
7	آیا امروز پذیرای حرف های منفی و ناامیدکننده دیگران بودم؟			
8	آیا سوالات و تست هایی که بلد نبودم رو از دبیرم پرسیدم؟			
9	آیا تست های مهم، وقت گیر و اشتباه رو در کتابم علامت زدم؟			
10	آیا خلاصه نویسی و نکته برداری رو انجام دادم؟			
11	آیا زمان های استراحتم در منزل طبق قاعده صورت گرفت؟			
12	آیا امروز دفتر برنامه ریزی م رو کامل کردم؟			
13	آیا امروز مطالعات دروس رو طبق روش انجام دادم؟			
14	آیا براساس برنامه قبلی(پیش بینی) میدونستم امروز نوبت مطالعه چه درسیه؟			
15	آیا امروز حداقل تعداد تست رو برای دروس پیش بینی شده زدم؟			
16	آیا امروز برنامه ثابت هر شب رو انجام دادم؟			
17	آیا امروز ساعت خواب شب و روزم رو تونستم مدیریت کنم؟			
18	آیا امروز تا حدی که میتونستم مطالعه و تست زنی رو انجام دادم؟			
19	آیا امروز بخشی از تست های تکلیفی داده شده رو طبق قاعده 30% کار کردم؟			
20	آیا تست زنی امروز م طبق قاعده تست های آموزشی و زمانی بود؟			
21	آیا امروز صبحانه و تغذیه های بین مطالعات رو لحاظ کردم؟			