



جدول الـ ٣٠ يوم للاستيب

خطة ٣٠ يوم • ٣٠ أقسام كل يوم: قراءة، قواعد، استماع – اكتب عدد التدريبات اللي خلّصتها

مو مستواك ضعيف، الطريقة هي اللي ناقصة. رتب ٣٠ يوم،
وافتك من الستيب.

الأسبوع ١

اليوم	قراءة	قواعد	استماع	تم
١				☐
٢				☐
٣				☐
٤				☐
٥				☐
٦				☐
٧				☐

الأسبوع ٢

اليوم	قراءة	قواعد	استماع	تم
١				☐
٢				☐
٣				☐
٤				☐
٥				☐
٦				☐
٧				☐

الأسبوع ٣

اليوم	قراءة	قواعد	استماع	تم
١				☐
٢				☐
٣				☐
٤				☐
٥				☐
٦				☐
٧				☐

الأسبوع ٤

اليوم	قراءة	قواعد	استماع	تم
١				☐
٢				☐
٣				☐
٤				☐
٥				☐
٦				☐
٧				☐

سجل في قائمة الانتظار

ما تحب تمشي لحالك؟ في البرنامج الشامل للاستيب: خطة على درجتك المستهدفة، تكتيكات للقراءة وإدارة الوقت، وتدريب على شكل الاختبار الحقيقي.