



أول منصة عربية للتحضير الذكي لاختبار الآيلتس

مورد مجاني قابل للطباعة والتحميل

Reading · Listening · Writing · Speaking

خطة مذاكرة الآيلتس في 3 شهور

12 أسبوعاً من التدريب المتدرج – من المبتدئ إلى Band 7+

7+

Band المستهدف

3

مراحل متدرجة

84

يوم تدريب

12

أسبوعاً

كيف تستخدم هذه الخطة؟

فلسفة الخطة – التدرّج الثلاثي

1 الشهر الأول البناء والتأسيس اكتشف الاختبار، حدّد نقاط ضعفك، وابن عادة يومية ثابتة	2 الشهر الثاني التعمق والتكثيف عالج نقاط الضعف، أتقن الاستراتيجيات، وارفح مستوى مفرداتك	3 الشهر الثالث المحاكاة والصقل محاكاة مكثّفة يومية، تثبيت الدرجة، والاستعداد النفسي الكامل
---	---	--

إيقاع الأسبوع الثابت

الأيام	النشاط
الأحد – الأربعاء	تدريب مهارات + Cambridge Tests
الخميس	Mock Test كامل في ظروف الاختبار الحقيقية
الجمعة	تصحيح شامل + تحليل الأخطاء + إرسال Writing
السبت	مراجعة خفيفة – مفردات + استماع ممتع + راحة

توزيع وقتك اليومي

القسم	الشهر 1	الشهر 2	الشهر 3
القرأة Reading	30 دق	45 دق	60 دق
الاستماع Listening	25 دق	35 دق	40 دق
الكتابة Writing	30 دق	40 دق	60 دق
المحادثة Speaking	15 دق	20 دق	20 دق

القسم	الشهر 1	الشهر 2	الشهر 3
المجموع	100 دق	140 دق	180 دق

5 قواعد ذهبية للخطة الثلاثية

- 1 لا تتجاوز الأسابيع
الأسبوع 5 لا معنى له بدون الأسابيع 1-4.
- 2 Mock Test أسبوعياً
يوم الخميس اختبار حقيقي كامل، بدون استثناء.
- 3 سجّل كل درجة
تتبع تقدمك بصفحة التتبع في نهاية هذا الدليل.
- 4 صحّح يوم الجمعة
لا تنتقل للأسبوع جديد دون فهم أخطاء الأسبوع الماضي.
- 5 يوم السبت للراحة
الدماغ يحتاج للراحة ليتعلم، لا تتجاهل هذا.

نصيحة

اطبع صفحة كل شهر وعُلقها في غرفتك – الرؤية اليومية للهدف تضاعف الالتزام.

البناء والتأسيس

الهدف: فهم بنية الاختبار الكاملة، تحديد نقاط الضعف، وبناء عادة يومية

المستهدف: الوصول إلى Band 5.5 في جميع الأقسام

خطة الأسابيع 4-1

الأسبوع	القراءة R	الاستماع L	الكتابة W	المحادثة S
الأسبوع 1 – التشخيص وفهم البنية	تعرف على أنواع أسئلة القراءة الستة – Cambridge 19 Passage 1	Cambridge Test 1 كاملاً – لاحظ أين تخطئ	اكتب Task 2 حراً 40 دقيقة – لا تصحح الآن	سجل إجابات Part 1 كاملة – 5 أسئلة
الأسبوع 2 – بناء عادة يومية	Passage يومية – Skimming & Scanning مع التوقيت	Cambridge Test 2 + Dictation 3 دقائق يومية	Task 1 يومية: أو Bar Chart Line Graph	Part 2 يومية: Describe a Place, Person, Event
الأسبوع 3 – تعمق في استراتيجيات القراءة	Passages 2 يومية – True/False + Matching Headings	Section 4 فقط يومية – الأصعب، ركز وحل	Task 2: Opinion + Discussion Essay – نموذجان هذا الأسبوع	Part 3: موضوعات Technology, Education, Environment
الأسبوع 4 – أول Mock كامل ونقطة تقييم	Mock Reading كامل – 60 دقيقة – Cambridge Test 3	Mock Listening كامل – 40 دقيقة بشروط حقيقية	Mock Writing كامل: Task 1 + Task 2 في 60 دقيقة	Speaking Mock – مسجل 15 دقيقة – قيم بالمعايير الأربعة

إيقاع الأسبوع – الشهر الأول

اليوم	القراءة R	الاستماع L	الكتابة W	المحادثة S
الأحد	Passage + تحليل الأخطاء	Cambridge Section 1&2	Task 1: Graph أو Chart	Part 1: أسئلة يومية
الاثنين	Passage + مفردات جديدة	Cambridge Section 3&4	راجع Task 1 من أمس	Part 2: Describe بطاقة مذكرة

اليوم	القراءة R	الاستماع L	الكتابة W	المحادثة S
الثلاثاء	Passage صعب + استراتيجية	Dictation 3 دقائق	Task 2: اكتب بدون توقف	Part 3: نقاش موضوع عام
الأربعاء	Passages 2 بالتوقيت	Cambridge Test كامل	صحح Task 2 من أمس	تمرين Paraphrasing
الخميس	Mock Reading كامل	Mock Listening كامل	Mock Writing كامل	Mock Speaking مسجل
الجمعة	تصحيح + تحليل أخطاء	تصحيح + spelling	أرسل J GoIELTS	استمع + قيم نفسك
السبت	قراءة حرة ممتعة	TED Talk 15 دقيقة	اقرأ نماذج Band 7+	تحدث حراً 10 دقائق

التعمق والتكثيف

الهدف: رفع الدقة، تنويع المفردات، وإتقان استراتيجيات كل قسم

المستهدف: الوصول إلى Band 6.0-6.5 في جميع الأقسام

خطة الأسابيع 5-8

الأسبوع	القراءة R	الاستماع L	الكتابة W	المحادثة S
الأسبوع 5 – تقوية نقاط الضعف	لنركز على النوع الذي أخطأت فيه أكثر – 3 Passages يومية	Cambridge Tests 4+5 – Prediction Strategy	Task 2: Problem & Solution + Advantages/Disadvantages	Paraphrasing – أعد صياغة كل إجابة بطريقتين
الأسبوع 6 – رفع مستوى المفردات	مقالات علمية واجتماعية إنجليزية 30 دقيقة يومية	BBC News + TED Talks + 20 دقيقة + Cambridge Test 6	– Lexical Resource ابدل 5 كلمات عادية بمتقدمة في كل مقال	سجل وقيم – Vocabulary Range – هل تكرر نفس الكلمات؟
الأسبوع 7 – إتقان التوقيت	Passage في 17 دق – 2 في 20 – 3 في 23	تدرب على الكتابة بسرعة – لا تفكر، اكتب فوراً	Task 1 في 18 دقيقة – Task 2 في 38 دقيقة	إجابة فورية – لا صمت بعد السؤال مباشرة
الأسبوع 8 – Mock الثاني ونقطة قياس	Mock Cambridge Test 7 – قارن بالشهر الأول	Mock كامل – هل تحسن عدد الإجابات الصحيحة؟	Mock كامل – أرسل للتصحيح – قارن بأول مقال كتبته	Mock مسجل – قارن بتسجيل الأسبوع 4

مهام خاصة بالشهر الثاني

1. أنه Cambridge Tests 4 حتى 7 كاملة.
2. ابن قاموسك الشخصي – 10 كلمات جديدة يومية.
3. استهدف نوعاً مختلفاً من Task 2 كل أسبوع.
4. تدرب مع شريك أو بتطبيقات Speaking.
5. قارن Mock #2 ب Mock #1 – هل تحسنت درجتان؟

أنواع Task 2 التي يجب أن تتقنها

النوع	المطلوب
Opinion Essay	هل تتفق أم لا؟ – أوضح موقفك من البداية
Discussion Essay	ناقش وجهتي نظر ثم أعط رأيك
Problem & Solution	صف مشكلة وقدم حلاً عملياً
Advantages & Disadvantages	وازن بين الإيجابيات والسلبيات
Two-part Question	سؤالان مختلفان في نفس الموضوع
Direct Question	3-4 أسئلة مباشرة في موضوع واحد

المحاكاة والصقل النهائي

الهدف: محاكاة مكثفة، تثبيت الدرجة، والاستعداد النفسي ليوم الاختبار

المستهدف: تثبيت Band 7.0 وما فوق – والاستعداد الكامل

خطة الأسابيع 9-12

الأسبوع	القراءة R	الاستماع L	الكتابة W	المحادثة S
الأسبوع 9 – محاكاة كل يومياً	Mock Reading يومياً – الضغط: 58 دقيقة بدل 60	Mock Listening يومياً – لركز على accuracy لا speed	Task 2 يومياً – تنوع في أنواع المقالات الستة	Mock Speaking يومياً – ارفع مستوى التعقيد اللغوي
الأسبوع 10 – صقل نقاط الضعف الأخيرة	راجع كل أخطاء Reading خلال 3 أشهر – أي نمط؟	لركز على Section 4 Academic – الأصعب في الاختبار	لركز على Grammar Range – تنوع في تراكيب الجملة	Pronunciation – نطق 20 كلمة صعبة يوميًا
الأسبوع 11 – اختبارات كاملة يومية	Cambridge Academic Tests – اختبار جديد كل يومين	Cambridge Academic Tests – لركز على weak sections	Mock كامل يومي – تصحيح ذاتي مع rubric يوميًا	Mock مسجل يوميًا – ارفع الدرجة المستهدفة
الأسبوع 12 – المراجعة النهائية والاستعداد	قراءة خفيفة – Passage واحد يوميًا	استماع ممتع – 15 BBC أو Podcast دقيقة يوميًا	اقرأ أفضل مقالاتك من الشهرين – ذكر نفسك بإنجازاتك	تمرين الثقة: تحدث أمام المرآة 10 دقائق – أنت مستعد

الأسبوع الأخير – ماذا تفعل وماذا تتجنب

افعل ✓	تجنب ✗
✓ راجع ملاحظاتك القديمة	✗ تعلم استراتيجيات جديدة
✓ نم مبكرًا كل ليلة	✗ اختبارات جديدة مرهقة
✓ تحدث إنجليزية بشكل طبيعي	✗ حفظ مقالات كاملة

افعل ✓	تجنب ✗
✓ ذكر نفسك بما تحسن	✗ القلق والمقارنة بالآخرين
✓ استمتع بيوم الاختبار	✗ تغيير روتينك المعتاد

Checklist يوم الاختبار

- ☐ الهوية الوطنية / الجواز صالح
- ☐ تأكيد موعد الاختبار وعنوان المركز
- ☐ قلمان رصاص معدل وممحاة
- ☐ ماء ووجبة خفيفة قبل الاختبار
- ☐ النوم مبكراً – 8 ساعات على الأقل
- ☐ الوصول قبل 30 دقيقة من الموعد
- ☐ تنفس عميق – الاسترخاء يرفع الأداء

اختبر درجتك النهائية الآن

تصحيح فوري بالذكاء الاصطناعي بدقة ± 0.5 Band

goielts.ai/mock-test

صفحة التتبع الشاملة – 3 شهور

سجّل كل درجة هنا – هذه الصفحة هي مقياس نجاحك

تتبع الدرجات – 4 نقاط قياس

Overall	Speaking	Writing	Listening	Reading	نقطة القياس
—	—	—	—	—	نهاية الشهر 1
—	—	—	—	—	نهاية الشهر 2
—	—	—	—	—	نهاية الشهر 3
—	—	—	—	—	يوم الاختبار الحقيقي

أهدافي الشخصية

درجتي الحالية قبل البدء

الدرجة المستهدفة

تاريخ الاختبار المحدد

الغرض (ابتعاث / جامعة / هجرة)

القسم الأضعف عندي

جاهز للاختبار الحقيقي؟

اختبر درجتك النهائية بنظام تصحيح الذكاء الاصطناعي بدقة ± 0.5 Band – مجاناً على goielts.ai/mock-test

اختبر درجتك النهائية الآن

تصحيح فوري بالذكاء الاصطناعي بدقة ± 0.5 Band

goielts.ai/mock-test

goIELTS.ai · خطة مذاكرة الآيلتس في 3 شهور · 2026