



أول منصة عربية للتحضير الذكي لاختبار الآيلتس

مورد مجاني – قابل للطباعة والتحميل

# خطة مذاكرة الآيلتس في شهر واحد

28 يوماً من التدريب المنظم والمتدرج  
Reading · Listening · Writing · Speaking

100%

مجاني

2-3

ساعة يومياً

4

أسابيع متدرجة

28

يوم تدريب

GoIELTS.ai – جميع الحقوق محفوظة © 2026 – يُمنع إعادة النشر أو البيع دون إذن

# كيف تستخدم هذا الجدول؟

هذا الجدول مبني على مبدأ **التدرج المنظم** – كل أسبوع يبني على السابق. لا تقفز إلى الأسبوع الثالث إن لم تُنه الأول؛ التسلسل هو مفتاح النجاح. ضع علامة ✓ على كل يوم تُنجزه. إذا فاتك يوم – تابع من حيث توقفت، لا تبدأ من الصفر.

## نظرة سريعة – الأسابيع الأربعة

| الأسبوع                      | الهدف                  |
|------------------------------|------------------------|
| الأسبوع 1 – التأسيس والتشخيص | اكتشف مستواك الحقيقي   |
| الأسبوع 2 – بناء المهارات    | قوِّ نقاط ضعفك المحددة |
| الأسبوع 3 – التدريب المكثف   | محاكاة حقيقية مكثفة    |
| الأسبوع 4 – المراجعة والثقة  | تثبيت واستعداد نهائي   |

## توزيع وقتك اليومي – 2 إلى 3 ساعات

| القسم      | الوقت اليومي | وزنه في الاختبار |
|------------|--------------|------------------|
| القراءة R  | 45-60 دقيقة  | 25%              |
| الاستماع L | 30-40 دقيقة  | 25%              |
| الكتابة W  | 40-50 دقيقة  | 25%              |
| المحادثة S | 15-20 دقيقة  | 25%              |

## 3 قواعد ذهبية للنجاح

### الانتظام فوق الكمية

ساعة يومياً أقوى من 7 ساعات مرة في الأسبوع. التراكم المنتظم هو سر التحسن الحقيقي.

### لا تتجاهل الضعف

إذا فشلت في قسم عدة مرات – خصص له وقتاً إضافياً. اعرف نقاط ضعفك وتعامل معها مباشرة.

### Mock Test كل أسبوع

الاختبار التجريبي أفضل أداة لقياس تقدمك. لا تتخطى أسبوعاً بدون محاكاة حقيقية.

### ابدأ كل يوم باختبار تجريبي مجاني على GoIELTS

تصحيح فوري بالذكاء الاصطناعي بدقة  $\pm 0.5$  Band

[goielts.ai/mock-test](https://goielts.ai/mock-test)

# الأسبوع الأول – التأسيس والتشخيص

الأيام 1-7 · فهم بنية الاختبار + تحديد مستواك الحالي

| اليوم        | القراءة                                                           | الاستماع                                                         | الكتابة                                                         | المحادثة                                                         | ✓                        |
|--------------|-------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|--------------------------|
| 1 – الأحد    | اقرأ Passage 1 من<br>Cambridge 19<br>وقت نفسك 20<br>دقيقة         | Listening Test 1<br>Section 1&2 – ركز<br>على completion<br>tasks | Task 2: Discussion<br>Essay – لا تصحح،<br>فقط اكتب              | أجب على 5 أسئلة<br>Part 1 بصوت عالٍ<br>– سجل نفسك                | <input type="checkbox"/> |
| 2 – الاثنين  | اقرأ Passage 2<br>وحلل أخطاء أمس<br>– فهم أسئلة<br>True/False     | Listening Test 1<br>Section 3&4 – ركز<br>على multiple<br>choice  | صحح مقال أمس<br>بمعايير Grammar<br>Lexical + Band +             | استمع لإجاباتك<br>من أمس – لاحظ<br>الأخطاء وسجل 5<br>جديدة       | <input type="checkbox"/> |
| 3 – الثلاثاء | Passage 3 كاملاً<br>مع التوقيت – 20<br>دقيقة                      | Listening Test 2<br>Section 1&2 – ردد<br>الإجابات بصوت<br>عالٍ   | Task 1: وصف Line<br>Graph – تدرب على<br>كلمات الاتجاهات         | Part 2: تحدث<br>دقيقتين عن مكان<br>تجبه – استخدم<br>بطاقة مذكرة  | <input type="checkbox"/> |
| 4 – الأربعاء | راجع أخطاء<br>القراءة ثلاثة أيام –<br>ابن passage map<br>strategy | Listening Test 2<br>Section 3&4<br>passage map<br>strategy       | Task 2:<br>Advantages /<br>Disadvantages<br>منظم وموقت          | Part 3: ناقش<br>موضوع التعليم<br>لمدة 3 دقائق<br>بصوت عالٍ       | <input type="checkbox"/> |
| 5 – الخميس   | Mock Reading<br>كامل – 3<br>Passages في 60<br>دقيقة مؤقتة         | Mock Listening<br>كامل – 4<br>Sections في 40<br>دقيقة            | Task 1 + Task 2<br>كاملين في 60<br>دقيقة – محاكاة<br>حقيقية     | Speaking Mock<br>أجب على Parts<br>1+2+3 – سجل<br>بالكامل         | <input type="checkbox"/> |
| 6 – الجمعة   | صحح Mock<br>Reading – حلل<br>كل خطأ واكتب<br>السبب                | صحح Listening –<br>استمع للأجزاء<br>التي أخطأت فيها              | أرسل Task 2 لـ<br>GoIELTS للتصحيح<br>– احرص على الـ<br>feedback | استمع لتسجيل<br>Mock Speaking –<br>قيم نفسك<br>بالمعايير الأربعة | <input type="checkbox"/> |
| 7 – السبت    | يوم مراجعة: لا<br>قراءة جديدة –<br>راجع مفردات<br>الأسبوع فقط     | استمع لـ TED Talk<br>15 دقيقة – ركز<br>على النطق<br>والمفردات    | اقرأ 3 نماذج Task 2<br>مصححة – لاحظ<br>البنية والمفردات         | تحدث 10 دقائق<br>بالإنجليزية حراً –<br>أي موضوع – لا<br>تتوقف    | <input type="checkbox"/> |

## الأسبوع الثاني – بناء المهارات

الأيام 8-14 · تقوية نقاط الضعف + التعمق في استراتيجيات كل قسم

| اليوم         | القراءة                                                  | الاستماع                                               | الكتابة                                                 | المحادثة                                               | ✓                        |
|---------------|----------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|--------------------------|
| 8 – الأحد     | Skimming & Scanning<br>Passage كامل في 15 دقيقة          | تدرب على توقع الإجابة قبل سماعها – Prediction Strategy | Task 1: وصف Bar Chart – مقارنة<br>استخدم كلمات المقارنة | Part 1: أسئلة – Work & Study<br>أجب بجملتين على الأقل  | <input type="checkbox"/> |
| 9 – الاثنين   | تدرب على أسئلة Matching – Headings<br>أصعب أسئلة القراءة | تمرين Dictation: اكتب ما تسمعه حرفياً – 3 دقائق        | Task 2: Opinion Essay – مقدمة فقرتان + خاتمة منظمة      | Part 2: موضوع Describe a Person – ابن إجابة 2 دقيقة    | <input type="checkbox"/> |
| 10 – الثلاثاء | Passage 1: Multiple Choice<br>من أي كتاب Cambridge       | Listening مع التركيز على spelling و numbers            | راجع مقال أمس – أصلح grammar وأضف مفردات متقدمة         | تدرب على Paraphrasing – قل الجملة بثلاث طرق مختلفة     | <input type="checkbox"/> |
| 11 – الأربعاء | Passage كامل + تحليل أسئلة Summary Completion            | Cambridge Listening Test 3 Section 1&2                 | Task 1: Process Diagram – فعل سلبي + تسلسل زمني         | Part 3: موضوع – Technology أعط رأيًا معززًا بأسباب     | <input type="checkbox"/> |
| 12 – الخميس   | Reading Mock – كامل موقت – قارن نتيجتك بالأسبوع الأول    | Listening Mock – كامل – هل تحسنت درجتك؟                | Task 2: Discuss – Both Views<br>مقال كامل في 40 دقيقة   | Speaking Mock – كامل مسجل – قارن بتسجيل الأسبوع الماضي | <input type="checkbox"/> |
| 13 – الجمعة   | صحح وحل Mock Reading – ركز على أسئلة أخطاء فيها مرتين    | صحح Listening – اكتب 10 مفردات جديدة من النص           | أرسل Task 2 للتصحيح – قارن Feedback بالأسبوع الأول      | قارن تسجيلي Speaking – كيف تغيرت؟ ما الذي تحسن؟        | <input type="checkbox"/> |
|               |                                                          |                                                        |                                                         |                                                        | تصحيح                    |

| اليوم      | القراءة                                     | الاستماع                                      | الكتابة                                              | المحادثة                                       | ✓                        |
|------------|---------------------------------------------|-----------------------------------------------|------------------------------------------------------|------------------------------------------------|--------------------------|
| 14 – السبت | قراءة حرة: مقال أو خبر بالإنجليزية 20 دقيقة | Podcast 15 أو BBC دقيقة – ركز على الفهم العام | اقرأ 5 خواتيم مقالات Band 8 – لاحظ كيف يُختتم كل نوع | تحدث مع نفسك 15 دقيقة عن أحداث يومك – لا تتوقف | <input type="checkbox"/> |

مراجعة

## الأسبوع الثالث – التدريب المكثف

الأيام 15-21 · محاكاة الاختبار الحقيقي + رفع السرعة والدقة

| اليوم         | القراءة                                               | الاستماع                                                   | الكتابة                                                  | المحادثة                                              | ✓                        |
|---------------|-------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|--------------------------|
| 15 – الأحد    | Cambridge Test 3 Reading كاملاً – لا تقف، لا قاموس    | Cambridge Test 3 Listening كاملاً – ظروف الاختبار الحقيقية | Task 1 + Task 2 في 60 دقيقة – تدرب على الوقت             | Part 1 + 2 + 3 سجل كاملاً                             | <input type="checkbox"/> |
| 16 – الاثنين  | صحح Test 3 Reading – ابن جدول مقارنة مع Tests السابقة | صحح Listening – ركز على الأقسام الأصعب                     | صحح Writing: Lexical Resource – ابدل 10 كلمات بأفضل      | استمع لتسجيل Speaking – لاحظ Fluency هل تحسنت؟        | <input type="checkbox"/> |
| 17 – الثلاثاء | Passage 1 فقط – أجب بدون مراجعة الأسئلة مسبقاً ثم حل  | Listening Section 4 فقط – أصعب قسم – ركز وحل               | Task 2: Problem – Solution Essay – خطط 5 دقائق ثم اكتب   | Part 2: Describe an Achievement – استخدم Past Perfect | <input type="checkbox"/> |
| 18 – الأربعاء | Cambridge Test 4 Reading Passage 2&1                  | Cambridge Test 4 Listening Sections 1-3                    | Task 1: Two + Charts – Bar Pie – وصف مقارن               | Part 3: موضوع – Environment رأي مع دليل ومثال         | <input type="checkbox"/> |
| 19 – الخميس   | Reading Mock: 60 دقيقة في ظروف الاختبار               | Listening Mock: 40 دقيقة – هاتف على الصامت                 | Task 1 Mock: في 20 دقيقة + Task 2 في 40 دقيقة – لا تتوقف | Speaking Mock: 15 دقيقة مسجلة كاملة                   | <input type="checkbox"/> |
| 20 – الجمعة   | تصحیح شامل + رصد نقاط الضعف المتكررة                  | تصحیح شامل + مراجعة spelling                               | أرسل للتصحیح – ركز على Cohesion & Coherence              | قيم Speaking ذاتياً بجدول المعايير الأربعة            | <input type="checkbox"/> |
| 21 – السبت    | راجع 20 كلمة من قائمة المفردات الجديدة                | استمع ل TED عن الابتكار + اكتب ملخصاً بالإنجليزية          | اقرأ نموذج Examiner Report – ماذا يبحث المصحح؟           | تحدث 20 دقيقة – ناقش رأيك في أي قضية اجتماعية         | <input type="checkbox"/> |
|               | مراجعة                                                |                                                            |                                                          |                                                       |                          |

## الأسبوع الرابع – المراجعة النهائية والمحاكاة

الأيام 22-28 · تثبيت الاستراتيجيات + رفع الثقة + الاستعداد النفسي

| اليوم            | القراءة                                                       | الاستماع                                                    | الكتابة                                                       | المحادثة                                                | ✓                        |
|------------------|---------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|--------------------------|
| 22 –<br>الأحد    | Cambridge Test 5<br>Reading Passage<br>1 – بدون ضغط           | Cambridge Test 5<br>Listening Section<br>1 – إجماء خفيف     | Task 2 سبق أن<br>كتبته – أعد كتابته<br>بمفردات مختلفة         | أعد تسجيل Part 2<br>من الأسبوع الأول<br>– قارن الفرق    | <input type="checkbox"/> |
| 23 –<br>الاثنين  | Cambridge Test 5<br>Reading Passage<br>3&2                    | Cambridge Test 5<br>Listening<br>Sections 2-4               | Task 1 مختلف –<br>وصف Map أو<br>Process                       | Part 3: موضوع<br>Education<br>بانجليزية أكثر<br>تعقيداً | <input type="checkbox"/> |
| 24 –<br>الثلاثاء | راجع جميع أخطاء<br>Reading الشائعة<br>خلال الشهر              | راجع Vocabulary<br>الجديدة – كم كلمة<br>حفظت هذا<br>الشهر؟  | اكتب Task 2 كاملاً<br>في 35 دقيقة –<br>ارفع وتيرتك            | Speaking Mock<br>كامل – أجب بجمل<br>أطول وأعقد          | <input type="checkbox"/> |
| 25 –<br>الأربعاء | Reading Mock في<br>55 دقيقة –<br>اضغط على<br>نفسك             | Listening Mock –<br>ركز على أسئلة<br>تخطي عنها              | Task 1 + Task 2<br>في 58 دقيقة –<br>دقيقتان أقل من<br>المعتاد | Speaking Mock –<br>أفضل أداء لك حتى<br>الآن             | <input type="checkbox"/> |
| 26 –<br>الخميس   | تحليل نتائج Mock:<br>ما هو Band<br>المتوقع الآن؟              | تحليل Listening:<br>هل تجاوزت 30<br>إجابة صحيحة من<br>40؟   | أرسل آخر Task 2<br>للتصحيح – قارن<br>مع أول مقال كتبته        | قارن أول تسجيل<br>Speaking بآخره –<br>احتفل بتحسنتك!    | <input type="checkbox"/> |
| 27 –<br>الجمعة   | قراءة خفيفة:<br>مقال سهل 15<br>دقيقة – لا ضغط                 | موسيقى إنجليزية<br>أو Podcast ممتع<br>– استمع بدون<br>تحليل | اقرأ نصائح يوم<br>الاختبار فقط – لا<br>كتابة جديدة            | تحدث 10 دقائق<br>بالإنجليزية عن<br>شيء تحبه –<br>استمتع | <input type="checkbox"/> |
| 28 –<br>السبت    | راجع قائمة<br>المفردات + Tips<br>نهائية – استرح<br>من الكثافة | راجع مقاطع<br>الاستماع القصيرة<br>فقط – احتفظ<br>بثقتك      | اقرأ Checklist يوم<br>الاختبار: القلم،<br>الهوية، الوقت ✓     | تنفس عميق +<br>تأمل ذهني: أنت<br>مستعد                  | <input type="checkbox"/> |
| نهائي            |                                                               |                                                             |                                                               |                                                         |                          |



# متابعة تقدمك أسبوعياً

## الدرجات الأسبوعية

| الأسبوع   | Reading | Listening | Writing | Speaking | Overall |
|-----------|---------|-----------|---------|----------|---------|
| الأسبوع 1 | —       | —         | —       | —        | —       |
| الأسبوع 2 | —       | —         | —       | —        | —       |
| الأسبوع 3 | —       | —         | —       | —        | —       |
| الأسبوع 4 | —       | —         | —       | —        | —       |

## أهدافي الشخصية

درجتي الحالية: \_\_\_\_\_

الدرجة المستهدفة: \_\_\_\_\_

تاريخ الاختبار: \_\_\_\_\_

القسم الأضعف عندي: \_\_\_\_\_

## ملاحظات وأفكاري

---

---

---

---

## أنهيت شهرك؟ جاهز للاختبار الحقيقي!

اختبر درجتك النهائية بنظام تصحيح الذكاء الاصطناعي بدقة  $\pm 0.5$  Band

[goielts.ai/mock-test](https://goielts.ai/mock-test)

GoIELTS.ai · خطة مذاكرة الآيلتس في شهر · 2026