



المستوى	اليوم	السبت							الأحد							الاثنين							الثلاثاء							الأربعاء							الخميس																								
		10	9	8	7	6	5	4	10	9	8	7	6	5	4	10	9	8	7	6	5	4	10	9	8	7	6	5	4	10	9	8	7	6	5	4	10	9	8	7	6	5	4	10	9	8	7	6	5	4											
المجموعة الاولى	الفصل	09:00	09:45	10:30	11:15	12:00	12:55	01:45	02:30	03:15	04:00	04:45	05:30	06:15	07:00	07:45	08:30	09:15	10:00	10:45	11:30	12:15	13:00	13:45	14:30	15:15	16:00	16:45	17:30	18:15	19:00	19:45	20:30	21:15	22:00	22:45	23:30	24:15	25:00	25:45	26:30	27:15	28:00	28:45	29:30	30:15	31:00	31:45	32:30	33:15	34:00										
	1																																																												
	2																																																												
	3																																																												
	4																																																												
المجموعة الثانية	1																																																												
	2																																																												
	3																																																												
	4																																																												
	5																																																												
المجموعة الاولى	1																																																												
	2																																																												
	3																																																												
	4																																																												
	5																																																												
المجموعة الثانية	1																																																												
	2																																																												
	3																																																												
	4																																																												
	5																																																												
المجموعة الاولى	1																																																												
	2																																																												
	3																																																												
	4																																																												
	5																																																												

راحة أسبوعية للمستوى الرابع

راحة أسبوعية للمستوى الثالث

راحة أسبوعية للمستوى الثاني

راحة أسبوعية للمستوى الأول

اليوم	الفترة	المستوى الأول		المستوى الثاني		المستوى الثالث		المستوى الرابع					
		1	2	1	2	1	2	1	2				
الخميس	04:45	راحة اسبوعية								راحة اسبوعية	راحة اسبوعية	راحة اسبوعية	راحة اسبوعية
	04:00												
	03:15												
	02:30												
	01:45												
	01:00												
	12:10												
	11:15												
	10:30												
	09:45												
الاربعاء	04:45	راحة اسبوعية								راحة اسبوعية	راحة اسبوعية	راحة اسبوعية	راحة اسبوعية
	04:00												
	03:15												
	02:30												
	01:45												
	01:00												
	12:10												
	11:15												
	10:30												
	09:45												
الثلاثاء	04:45	راحة اسبوعية								راحة اسبوعية	راحة اسبوعية	راحة اسبوعية	راحة اسبوعية
	04:00												
	03:15												
	02:30												
	01:45												
	01:00												
	12:10												
	11:15												
	10:30												
	09:45												
الاثنين	04:45	راحة اسبوعية								راحة اسبوعية	راحة اسبوعية	راحة اسبوعية	راحة اسبوعية
	04:00												
	03:15												
	02:30												
	01:45												
	01:00												
	12:10												
	11:15												
	10:30												
	09:45												
الاحد	04:45	راحة اسبوعية								راحة اسبوعية	راحة اسبوعية	راحة اسبوعية	راحة اسبوعية
	04:00												
	03:15												
	02:30												
	01:45												
	01:00												
	12:10												
	11:15												
	10:30												
	09:45												
السبت	04:45	راحة اسبوعية								راحة اسبوعية	راحة اسبوعية	راحة اسبوعية	راحة اسبوعية
	04:00												
	03:15												
	02:30												
	01:45												
	01:00												
	12:10												
	11:15												
	10:30												
	09:45												
اليوم	04:45	راحة اسبوعية								راحة اسبوعية	راحة اسبوعية	راحة اسبوعية	راحة اسبوعية
	04:00												
	03:15												
	02:30												
	01:45												
	01:00												
	12:10												
	11:15												
	10:30												
	09:45												

اليوم	الفترة	المستوى الأول	المستوى الثاني	المستوى الثالث	المستوى الرابع
الخميس	10	<p><b>راحة اسبوعيه</b></p>	<p><b>راحة اسبوعيه</b></p>	<p><b>راحة اسبوعيه</b></p>	<p><b>راحة اسبوعيه</b></p>
	9				
	8				
	7				
	6				
	5				
	4				
	3				
	2				
	1				
الاربعاء	10	<p><b>راحة اسبوعيه</b></p>	<p><b>راحة اسبوعيه</b></p>	<p><b>راحة اسبوعيه</b></p>	<p><b>راحة اسبوعيه</b></p>
	9				
	8				
	7				
	6				
	5				
	4				
	3				
	2				
	1				
الثلاثاء	10	<p><b>راحة اسبوعيه</b></p>	<p><b>راحة اسبوعيه</b></p>	<p><b>راحة اسبوعيه</b></p>	<p><b>راحة اسبوعيه</b></p>
	9				
	8				
	7				
	6				
	5				
	4				
	3				
	2				
	1				
الاثنين	10	<p><b>راحة اسبوعيه</b></p>	<p><b>راحة اسبوعيه</b></p>	<p><b>راحة اسبوعيه</b></p>	<p><b>راحة اسبوعيه</b></p>
	9				
	8				
	7				
	6				
	5				
	4				
	3				
	2				
	1				
الاحد	10	<p><b>راحة اسبوعيه</b></p>	<p><b>راحة اسبوعيه</b></p>	<p><b>راحة اسبوعيه</b></p>	<p><b>راحة اسبوعيه</b></p>
	9				
	8				
	7				
	6				
	5				
	4				
	3				
	2				
	1				
السبت	10	<p><b>راحة اسبوعيه</b></p>	<p><b>راحة اسبوعيه</b></p>	<p><b>راحة اسبوعيه</b></p>	<p><b>راحة اسبوعيه</b></p>
	9				
	8				
	7				
	6				
	5				
	4				
	3				
	2				
	1				
اليوم	الفترة	1	2	3	4