شعار مدرسه ما پرورش ،آموزش همگام با هم (برنامه هفتگی دبیرستان دخترانه نمونه دولتی عفاف منطقه ۵ تهران در سال ۹۷/۹۸) تاریخ ۹۷/۶/۳۱

روز	کلاس / ساعت		دهم ریاضی ۱۰۱	دهم تجربی ۱۰۳	دهم تجربی ۱۰۴	یازدهم ریاضی ۲۰۱	یازدهم ریاضی ۲۰۲	یازدهم تجربی ۲۰۳	یازدهم تجربی ۲۰۴	دوازدهم ریاضی ۳۰۱	دوازدهم ریاضی ۳۰۲	دوازدهم تجربی ۳۰۳
شنبه	زنگ نماز از ۱۲/۳۰ تا ۱۳	زنگ اول	دینی اقیصری	زیست علیمرادیان	نگارش محمدپور	فیزیک معمار	هندسه روحانی	شیمی یزدان شناس	عربی مرادی	شیمی تدین	حسابان فرخی	دینی افشار
		زنگ دوم	ریاضی روحانی	تفکر محمدپور	دینی اقیصری	عربی مرادی	حسابان فرخی	زیست علیمرادیان	شیمی یزدان شناس	فیزیک معمار	دینی افشار	شیمی تدین
		زنگ سوم	شیمی یزدان شناس آز شیمی جمشیدی	دینی اقیصری	ریاضی روحانی	فارسی ۲ محمدپور	فیزیک معمار	ریاضی فرخی	زیست علیمرادیان	دینی افشار	شیمی تدین	زبان علم پور
		زنگ چهار	تفکر جمشیدی	شیمی یزدان شناس آزفیزیک معمار	آزفیزیک معمار شیمی یزدان شناس	شیمی تدین	محیط زیست حسامی	زبان علم پور	ریاضی فرخی	هندسه روحانی	سلامت دلشاد	زیست علیمرادیان
یکشنبه	زنگ نماز از ۱۲/۳۰ تا ۱۳	زنگ اول	ریاضی روحانی	عربی مرادی	فیزیک شریفی	تاریخ قنابی	فیزیک معمار	کارآفرینی محمدپور	محیط زیست حسامی	ادبیات خواجه پور	گسسته سلطانی	شیمی تدین
		زنگ دوم	عربی مرادی	ریاضی روحانی	ورزش عربگری	فیزیک معمار	فارسی ۲ محمدپور	زمین شریفی	تاریخ قنابی	شیمی تدین	ادبیات خواجه پور	ریاضی سلطانی
		زنگ سوم	ورزش عربگری	فارسی خواجه پور	فوق ریاضی روحانی	شیمی تدین	تاریخ قنابی	فیزیک شریفی نگارش ۲ محمدپور	نگارش ۲ محمدپور فیزیک غشریفی	گسسته سلطانی	فیزیک معمار	عربی مرادی
		زنگ چهار	آزفیزیک معمار آمادگی جمشیدی	فیزیک شریفی فوق فیزیک شریفی	عربی مرادی	جبر سلطانی	شیمی تدین	تاریخ قنابی	کارآفرینی برار	فوق حسابان فرخی	هندسه روحانی	فیزیک معمار فوق فیزیک معمار
دوشنبه	زنگ نماز از ۱۲/۳۰ تا ۱۳	زنگ اول	هندسه سلطانی	زبان کاشفی	شیمی یزدان شناس	هندسه روحانی	شیمی تدین	ورزش عربگری	فیزیک شریفی	حسابان فرخی	زبان علم پور	فیزیک معمار
		زنگ دوم	فیزیک شریفی	ورزش عربگری	ریاضی روحانی	حسابان فرخی	زبان علم پور	آزفیزیک معمار شیمی یزدان شناس	شیمی یزدان شناس آزفیزیک معمار	زبان کاشفی	شیمی تدین	ریاضی سلطانی
		زنگ سوم	شیمی یزدان شناس	ریاضی روحانی	آمادگی میرزایی	زمین شریفی	جبر سلطانی	ریاضی فرخی	زبان علم پور	زبان کاشفی	ورزش عربگری	زیست علیمرادیان
		زنگ چهار	زبان کاشفی فوق هندسه سلطانی	شیمی یزدان شناس	فوق زیست علیمرادیان	زبان علم پور فوق هندسه روحانی	فوق هندسه روحانی زبان علم پور	فوق فیزیک شریفی	فوق ریاضی فرخی	ورزش عربگری	فوق	اجتماعی میرزایی
سه شنبه	زنگ نماز از ۱۲/۳۰ تا ۱۳	زنگ اول	آمادگی میرزایی	فوق زیست علیمرادیان	تفکر برار پور	زبان علم پور	عربی مرادی	فارسی ۲ محمدپور	زمین شریفی	فیزیک کعمار	حسابان فرخی فوق حسابان فرخی	ادبیات خواجه پور
		زنگ دوم	فارسی ۱خواجه پور	آمادگی میرزایی	زیست علیمرادیان	فوق فیزیک معمار	زمین شریفی	عربی مرادی	فارسی ۲ محمدپور	حسابان فرخی فوق حسابان فرخی	زبان علم پور	سلامت دلشاد
		زنگ سوم	فوق فیزیک شریفی	جغرافی میرزایی	فارسی محمدپور	محیط زیست حسامی	فوق فیزیک معمار	زیست علیمرادیان	ریاضی فرخی	نگارش خواجه پور	عربی مرادی	زبان علم پور
		زنگ چهار	جغرافی میرزایی	نگارش خواجه پور	فیزیک شریفی فوق فیزیک شریفی	حسابان فرخی نگارش ۲ محمد پور	نگارش ۲ محمدپور حسابان فرخی	زبان علم پور فوق زیست علیمرادیان	فوق زیست علیمرادیان زبان علم پور	عربی مرادی	فیزیک معمار	فوق
چهارشنبه	زنگ نماز از ۱۲/۳۰ تا ۱۳	زنگ اول	نگارش خواجه پور	فیزیک شریفی	زیست علیمرادیان	دینی افشار	فوق حسابان فرخی	محیط زیست جمشیدی	ورزش عربگری	اجتماعی میرزایی	مدیریت	فوق
		زنگ دوم	زبان کاشفی	زیست علیمرادیان	جغرافی میرزایی	فوق حسابان فرخی	ورزش عربگری	فیزیک شریفی	دینی افشار	سلامت دلشاد	نگارش خواجه پور	مدیریت
		زنگ سوم	فیزیک شریفی	فوق ریاضی روحانی	زبان کاشفی	ورزش عربگری	دینی افشار	فوق ریاضی فرخی	زیست علیمرادیان	مدیریت	اجتماعی میرزایی	نگارش خواجه پور
		زنگ چهار	فوق ریاضی روحانی	زبان کاشفی آمادگی میرزایی	آمادگی میرزایی زبان کاشفی	کارآفرینی خواجه پور	کارآفرینی برار	دینی افشار	فوق فیزیک شریفی	فوق	فوق حسابان فرخی	ورزش عربگری
پنجشنبه		زنگ اول										
		زنگ دوم										
		زنگ سوم										