كتب IELTS مجانية

The 7-Day Emergency Plan: Last-Week Triage for Band 7.0

ماذا تشخّص، وعلامَ تتدرّب، وماذا تترك في كل يوم من الأيام السبعة التي تسبق اختبارك — ومعه جدول متابعة يومي للطباعة.

freeieltsbooks.net
Free to download, free to pass on · نوفمبر 2026

انقر هنا /https://freeieltsbooks.net/ar/about

المحتويات

The 7-Day Emergency Plan: Last-Week Triage for Band 7.0

Part 1 — لماذا تغيّر سبعة أيام الاستراتيجية

1.1 تحوّل في طريقة التفكير: الادّخار لا التعلّم

1.2 ما يستطيع هذا الأسبوع إصلاحه وما لا يستطيع

Part 2 — ما الذي يتغيّر في 2026

Part 3 — اليوم 7–6: شخّص ولا تخمّن

3.1 لا تتخطَّ التشخيص

3.2 قراءة النتيجة: أين يذهب وقت هذا الأسبوع؟

3.3 قاعدة التوزيع 80/20

Part 4 — اليوم 5–3: التمارين الأعلى عائدًا فقط

4.1 Listening وReading

4.2 Writing

4.3 Speaking

Part 5 — اليوم 2: ثبّت ولا تحشُ

منشور مستقل — غير تابع لـ IELTS Partners ولا معتمَد منها.

5.1 لماذا تكلّف المادة الجديدة الآن أكثر مما تعطي

5.2 ماذا تراجع بدلًا من ذلك

Part 6 — اليوم 1: اليوم السابق

6.1 ترتيبات عملية، لا مذاكرة

6.2 النوم أهم من اختبار تدريبي إضافي

Part 7 — صباح يوم الاختبار

7.1 روتين صباحي قصير

7.2 النمطان أو الثلاثة التي تستحق الذكر هنا

Part 8 — جدول المتابعة للأيام الـ 7، جاهز للطباعة

الخاتمة

منشور مستقل — غير تابع لـ IELTS Partners ولا معتمَد منها.

The 7-Day Emergency Plan: Last-Week Triage for Band 7.0

Free IELTS Books — freeieltsbooks.net آخر تحديث: نوفمبر 2026

عن ماذا يتحدث هذا الكتاب

سبعة أيام لا تكفي لتتحسّن في شيء لا تتقنه أصلًا. لكنها تكفي لتتوقف عن خسارة الدرجات في أشياء تعرفها نصف معرفة.

هذا الكتاب عدٌّ تنازلي، لا دورة دراسية. يخبرك ماذا تفعل في كل يوم من الأيام السبعة التي تسبق اختبارك — ماذا تشخّص، وعلامَ تتدرّب، وماذا تترك، وماذا تفعل صباح الاختبار نفسه — حتى تدخل القاعة بأقوى درجة ممكنة في اليوم الذي تملكه فعلًا، لا بالدرجة التي كانت خطة أطول قد تمنحك إياها.

ما ليس هذا الكتاب

لا يعلّمك Listening ولا Reading ولا Writing ولا Speaking. كل أسلوب يحيلك إليه هذا الكتاب له شرح كامل في مكان آخر على هذا الموقع — *The Band 7.0 Blueprint*، و*The Minimum-Effort Path to 7.0*، و*Listening 7.0: The 30-Correct-Answers Playbook*، و*Reading 7.0: The 30/40 Question-Type Priority Map*، و*Band 7 Writing Task 2*، و*IELTS Speaking: Parts 1, 2 and 3*. مهمة هذا الكتاب الوحيدة أن يخبرك، يومًا بيوم، أيّها تفتح وماذا تفعل بالساعة التي لديك.

ولا يساعدك على أن تقرر هل تحجز الاختبار أصلًا. ففي *The Minimum-Effort Path to 7.0*، في Part 3 منه، قائمة تحقق من الجاهزية لهذا القرار — كُتبت لمن لا يزال أمامه أسابيع أو أشهر يختار منها. أما هذا الكتاب فيفترض أن الاختبار محجوز

منشور مستقل — غير تابع لـ IELTS Partners ولا معتمَد منها.

بالفعل وأنه بعد سبعة أيام. إن كنت ما زلت تقرر هل تحجز، فاقرأ ذلك الكتاب أولًا، لا هذا.

ولا يغني عن شرح كامل لأخطاء يوم الاختبار. يتناول Part 7 من هذا الكتاب الصباح نفسه في صفحتين — بقدر ما يكفي لتدخل دون خطأ تجنيه على نفسك، لا تشخيصًا كاملًا لكل ما قد يسوء في يوم الاختبار. وهناك كتاب مخصص لهذا الموضوع مُخطَّط له على هذا الموقع، وسيُذكر مرة أخرى، باختصار، في الموضع الذي يسلّمك فيه هذا الكتاب إليه.

لمن هذا الكتاب

لمن اختباره بعد سبعة أيام بالضبط، وكان يستعد من قبل، وأمامه الآن نافذة قصيرة محددة لا مفتوحة. إن كان اختبارك أبعد من ذلك، فقواعد التوقف والاختبارات الذاتية في *The Minimum-Effort Path to 7.0* هي الأداة المناسبة لمدة أطول — وعُد إلى هذا الكتاب حين يصبح الرقم سبعة هو ما تراه في تقويمك أنت.

كيف تستخدمه

كل جزء مرحلة من الأسبوع: Part 3 يغطي اليوم 7 واليوم 6، وPart 4 يغطي من اليوم 5 إلى اليوم 3، وPart 5 هو اليوم 2، وPart 6 هو اليوم 1، وPart 7 هو صباح الاختبار نفسه. أما Part 8 فصفحة واحدة للطباعة — جدول متابعة يومًا بيوم تملؤه بالقلم وأنت تمضي في الأسبوع. اقرأ الكتاب مرة واحدة، من أوله إلى آخره، صباح اليوم 7؛ وبعد ذلك افتح اليوم الذي أنت فيه فقط.

ملاحظة صادقة

لا شيء في هذا الكتاب يدّعي أن اتباعه يرفع درجتك. كل عادة وكل تمرين مذكور هنا مطروح على أنه شيء قد يساعدك على الاحتفاظ بالدرجات التي كسبتها بالفعل تحت ضغط الوقت، لا على أنه ضمان. الفجوة الحقيقية في المهارة لا تُسد في أسبوع، وهذا الكتاب لا يتظاهر بغير ذلك. إنه لتضييق الفجوة بين ما تستطيع فعله

منشور مستقل — غير تابع لـ IELTS Partners ولا معتمَد منها.

حقًا وما تُظهره يوم الاختبار، لا لتعليمك شيئًا جديدًا. وحدها النتيجة الرسمية للاختبار تخبرك بدرجتك الفعلية.

© 2026 OurSharedCode — freeieltsbooks.net. هذا الكتاب منشور مستقل، يوزَّع مجانًا لأغراض تعليمية.

IELTS® علامة تجارية مسجَّلة لـ British Council وIELTS Australia Pty Ltd (المملوكة لـ IDP Education) وCambridge English (جزء من Cambridge University Press & Assessment) — ويُشار إليها مجتمعة باسم 'IELTS Partners'. هذا المنشور ومؤلفه غير تابعين لـ IELTS Partners ولا ترعاهما أو تعتمدهما أو تصادق عليهما؛ وتَرِد كلمة 'IELTS' في العنوان والنص فقط لوصف موضوع هذا الكتاب.

جميع الأسئلة والإجابات النموذجية والشروح عمل أصلي للمؤلف؛ ولا يُعاد نشر أي مادة رسمية لاختبار IELTS. لأحدث المعلومات الرسمية عن الاختبار، تفضل بزيارة ielts.org.

يمكنك مشاركة هذا الكتاب بحرّية في صورته الكاملة دون تعديل. ولا يجوز بيعه. التبرعات الطوعية تدعم تكاليف الاستضافة والنطاقات والترجمة فقط؛ لا تُباع أي مواد، ولا صلة للتبرعات بـ IELTS Partners.

Part 1 — لماذا تغيّر سبعة أيام الاستراتيجية



1.1 تحوّل في طريقة التفكير: الادّخار لا التعلّم

حين تكون أمامك أشهر من التحضير، تكون الخطوة الصحيحة غالبًا أن تتعلم شيئًا جديدًا — نوع سؤال لم تتدرّب عليه، أو عادة لم تنتبه إليها بعد. أما حين يتبقى سبعة أيام، فإن هذه الحسبة تنقلب.

يبني *The Minimum-Effort Path to 7.0* طريقته كلها على قاعدة توقف: اعمل على المهارة ما دامت تغيّر نتيجتك، وتوقف حين لا تعود تغيّرها. ذلك الكتاب مكتوب لمن لا يزال أمامه أسابيع أو أشهر. وهذا الكتاب يضغط الفكرة نفسها إلى أقصى حدودها. فالمرشح الذي بقيت له سبعة أيام لا يكاد يملك متسعًا لأي شيء لا يجلب له الدرجات فعلًا، وبشكل موثوق.

وهذا يغيّر ما ينبغي أن تعنيه كلمة «المذاكرة» هذا الأسبوع. المادة الجديدة — نوع سؤال لم تتدرّب عليه قط، أو تركيب نحوي ما زلت غير متمكن منه — عائدها مقارنةً بالوقت الذي تستهلكه أسوأ الآن من أي مرحلة سابقة في تحضيرك. ربما كانت ستؤتي ثمارها لو كان وراءها ثلاثة أسابيع أخرى. لكنها لن تؤتيها بشكل موثوق في ثلاثة أيام.

منشور مستقل — غير تابع لـ IELTS Partners ولا معتمَد منها.

ما يؤتي ثماره هذا الأسبوع هو تثبيت الأشياء التي تعرفها نصف معرفة، حتى تصمد تحت ضغط الوقت. العادة التي تنساها أحيانًا حين تتوتر. نوع السؤال الذي تحسن التعامل معه أربع مرات من خمس. الإجابة التي تستطيع أن تقدّمها، لكن ليس بالسرعة الكافية.

قاعدة هذا الأسبوع: إن كان الأسلوب جديدًا عليك، فاتركه. وإن كان شيئًا تستطيع فعله أحيانًا، فتدرّب عليه حتى تفعله بشكل موثوق. ادّخار ما تملكه بالفعل خير من مدّ يدك إلى ما لا تملكه.

1.2 ما يستطيع هذا الأسبوع إصلاحه وما لا يستطيع

كن صادقًا مع نفسك في نوع الأسبوع الذي تعيشه، لأن الخطة لا تنجح إلا إن كنت صادقًا.

الفجوة الحقيقية في المهارة لا تُسد في سبعة أيام — ألّا تكون قد تدرّبت قط على مقالات Task 2 بتوقيت، أو لم تحاول قط قسمًا من Listening فيه أسئلة تسمية مخطط، أو لم تتحدث قط دقيقتين دون توقف. لا خطة، ولا هذه الخطة، تغيّر ذلك. إن كان هذا وصفك، فالخطة أدناه ما زالت تضيّق الفجوة بين مستواك الحقيقي وأفضل أداء لك في يوم الاختبار. لكنها لن تحوّل مهارة لم تبنها قط إلى مهارة تعتمد عليها.

ما يستطيع هذا الأسبوع إصلاحه أصغر وأكثر شيوعًا: درجات تضيع لا لأنك تفتقر إلى المهارة، بل لأنها لا تظهر بشكل موثوق تحت الضغط، أو تحت ضغط الوقت، أو حين تتوتر. تلك الفجوة — بين ما تستطيع فعله في ساعة تدريب هادئة وما تقدّمه فعلًا يوم الاختبار — هي بالضبط ما يستطيع أسبوع مركّز من التدريب والتثبيت أن يسدّه. وبقية هذا الكتاب مبنية لتلك الفجوة، لا للأخرى.

منشور مستقل — غير تابع لـ IELTS Partners ولا معتمَد منها.

Part 2 — ما الذي يتغيّر في 2026

يشرح *The Band 7.0 Blueprint* صورة طرق أداء الاختبار كاملة في §1.4 منه — اقرأه للقصة كلها: إيقاف الاختبار الورقي في أنحاء العالم ابتداءً من منتصف 2026، وخيار Writing on Paper، ومسار UKVI القائم على الحاسوب وحده، وOne Skill Retake. هذا الكتاب لا يكرر شيئًا من ذلك.

الحقيقة الوحيدة المهمة لخطة من سبعة أيام تحديدًا: **اعرف، اليوم، بأي طريقة ستؤدي الاختبار فعلًا.** الحاسوب أو الورق يغيّر طريقة مراجعتك في اليوم 2 (كتابة على لوحة المفاتيح أم بخط اليد)، وما يجب أن تشمله قائمة الترتيبات العملية في اليوم 1 (هل ستُحضر القلم الذي تفضّله أم تعتمد على القلم الذي يُعطى لك). التأكد من هذا الآن، بدل أن تكتشفه في مركز الاختبار، فحص لا يستغرق خمس دقائق تراجع فيه تأكيد حجزك — افعله اليوم، قبل أن يبدأ Part 3.

منشور مستقل — غير تابع لـ IELTS Partners ولا معتمَد منها.

Part 3 — اليوم 6–7: شخّص ولا تخمّن



3.1 لا تتخطَّ التشخيص

أكبر خطأ في خطة من سبعة أيام أن تقضيها في المهارة التي تشعر براحة أكبر في التدرّب عليها، لا في المهارة التي تكلّفك الدرجات فعلًا. الراحة والكلفة ليستا الشيء نفسه، وتحت موعد حقيقي يزداد الفرق بينهما ولا يقلّ — فالمهارة التي تستمتع بمراجعتها نادرًا ما تكون هي التي تحتاج إلى المراجعة.

لقد بنى *The Minimum-Effort Path to 7.0* بالفعل أسرع تشخيص صادق متاح: اختبار ذاتي لكل مهارة في Part 2 منه، قسم لكل من Listening وReading وWriting وSpeaking. أدِّ الأربعة كلها اليوم، في اليوم 7. تستغرق معًا أقل من ساعتين، وهاتان الساعتان أعلى وقت قيمةً ستقضيه طوال الأسبوع — فهما تقرران أين تذهب الأيام الستة الأخرى. لا تتخطَّ هذه الخطوة لأن لديك حدسًا مسبقًا بمهارتك الضعيفة. الحدس يخطئ كثيرًا بما يكفي، والحدس الخاطئ هذا الأسبوع يكلّفك الأسبوع كله.

منشور مستقل — غير تابع لـ IELTS Partners ولا معتمَد منها.

3.2 قراءة النتيجة: أين يذهب وقت هذا الأسبوع؟

بعد أن تنتهي من الاختبارات الذاتية الأربعة، اقرأ كل نتيجة في ضوء ما يعرفه هذا الموقع بالفعل عن بنية تلك المهارة.

Listening. إن كانت نتيجة اختبارك الذاتي تشير إلى نوع سؤال محدد لا إلى ضعف عام، فإن *Listening 7.0: The 30-Correct-Answers Playbook* ينظّم شرحه كله حول أنواع الأسئلة الرسمية الستة — ابحث عن النوع الذي تخطئ فيه واذهب مباشرة إلى قسمه في اليوم 5، بدل مراجعة الأنواع الستة كلها.

Reading. يرتّب *Reading 7.0: The 30/40 Question-Type Priority Map* أنواع أسئلة Reading الرسمية الأحد عشر بحسب عدد الدرجات التي تحملها عادةً. إن أشار اختبارك الذاتي إلى أكثر من نوع ضعيف، فاستعمل هذا الترتيب لتختار: النوع الأعلى عائدًا في القائمة يستحق من وقت اليوم 5 أكثر مما يستحقه النوع الأدنى، حتى لو بدا الأدنى أكثر إلحاحًا.

Writing. يعرض *Band 7 Writing Task 2* معايير التصحيح الأربعة، ويضع إجابة band 6 مقابل إجابة band 7، معيارًا بمعيار. إن خسرت مقالة اختبارك الذاتي درجات في عدة معايير، فلا تحاول إصلاح الأربعة هذا الأسبوع — ابحث عن المعيار الوحيد الأقل درجة واجعله هدف هذا الأسبوع، بمنطق «ارفع الحد الأدنى، لا السقف» نفسه الذي يطبّقه *The Minimum-Effort Path to 7.0* على المهارات كاملة.

Speaking. إن طابق تسجيل اختبارك الذاتي واحدًا من الأنماط التسعة في *The 9 Wrong Speaking Habits*، فتلك العادة هي هدفك في اليوم 5. وإن لم يطابق أيًّا من التسعة، فالأرجح أن الفجوة في الطلاقة أو التنوّع لا في عادة واحدة يمكن تسميتها، والتدرّب العام على Part 2/3 من *IELTS Speaking: Parts 1, 2 and 3* هو الاستعمال الأفضل للوقت.

3.3 قاعدة التوزيع 80/20

ينهي معظم المرشحين اليوم 7 ولديهم مهارتان أضعف من البقية، لا مهارة واحدة. ومع بقاء خمسة أيام، قاوم الرغبة في تقسيم الوقت المتبقي بينهما بالتساوي.

منشور مستقل — غير تابع لـ IELTS Partners ولا معتمَد منها.

ضع الجزء الأكبر من الأسبوع في المهارة الأقرب من بين الاثنتين إلى بلوغ الدرجة التي تستهدفها. فالمهارة التي تفصلها عن الخط عادة صغيرة واحدة تعطي عادةً درجات أكثر في كل ساعة تدريب من مهارة متأخرة أكثر — وهو منطق «اصرف الوقت المحدود حيث يؤتي ثماره» نفسه الذي يدافع عنه ترتيب العائد في *Reading* *7.0* على مستوى نوع السؤال، مطبَّقًا هنا على مستوى أعلى، مستوى المهارة كاملة. ليست هذه قاعدة عن أي المهارتين أهم بوجه عام. إنها قاعدة عن أي المهارتين أرجح أن تتحرك فعلًا في الأيام الخمسة المتبقية لك.

إن كانت المهارتان على البعد نفسه تقريبًا من الخط، فقسّم الوقت بالتساوي واجعل اليوم 5 نقطة الفحص — والمهارة التي تستجيب للتدريب أسرع تأخذ الحصة الأكبر من اليوم 4 واليوم 3.

منشور مستقل — غير تابع لـ IELTS Partners ولا معتمَد منها.

Part 4 — اليوم 5–3: التمارين الأعلى عائدًا فقط

ثلاثة أيام، كتلة تدريب واحدة لكل يوم، مبنية مباشرة على ما أشار إليه تشخيص Part 3. لا شيء هنا أسلوب جديد — كل إصلاح إحالة مسمّاة إلى شرح كامل موجود بالفعل في مكان آخر على هذا الموقع. هذا الجزء قائمة مهام للساعة التي لديك، لا درس.

4.1 Listening وReading

يتشارك Listening وReading آلية 30/40 نفسها وتشخيص اليوم 7 نفسه، ولذلك يتشاركان يوم التدريب هنا أيضًا — قسّم وقت اليوم بينهما بالنسبة نفسها التي أعطتهما إياها قاعدة التوزيع في Part 3.3، بدل أن تقسمه نصفين تلقائيًا.

التمرين. عُد إلى الأسئلة نفسها التي أخطأت فيها في اختبارك الذاتي في Part 3. ولكل سؤال منها، أعد قراءة مدخل الفخ والأسلوب الخاص بنوع ذلك السؤال — القسم الخاص بالنوع في *Listening 7.0* إن كان الخطأ في Listening، ومدخل Part 4 في *Reading 7.0* (الدليل الكامل أو المختصر، بحسب النوع) إن كان الخطأ في Reading. ثم أعد حل الأسئلة التي أشار إليها الاختبار الذاتي تحديدًا، لا مجموعة تدريب كاملة جديدة. الغرض من هذا التمرين ليس مزيدًا من التعرّض للمهارة بوجه عام؛ بل أن تتحقق هل تسمية الفخ تغيّر وقوعك فيه مرة ثانية.

إن أوقعك الفخ نفسه مرة أخرى، فتلك معلومة مفيدة، لا فشل — إنها تخبرك أن العادة تحتاج إلى تكرار واحد آخر في اليوم 4، بمجموعة مختلفة من الأسئلة من النوع نفسه، لا بالأسئلة نفسها بعد أن حفظتها.

4.2 Writing

التمرين. اكتب مقالة Task 2 كاملة بتوقيت، من نوع السؤال الذي أشار إليه Part 3.2 على أنه الأضعف عندك، في ظروف حقيقية — الدقائق الـ 40 الفعلية، وطريقة

منشور مستقل — غير تابع لـ IELTS Partners ولا معتمَد منها.

الأداء الفعلية التي تأكدت منها في Part 2 (كتابة على لوحة المفاتيح دون مدقق إملائي، أو بخط اليد، مطابقةً لما ستفعله في يوم الاختبار).

صحّحها بنفسك فورًا بعد ذلك مقابل جدول band 6 مقابل band 7 في *Band 7 Writing Task 2*، معيارًا بمعيار، مع التركيز على المعيار الوحيد الذي حدّده Part 3.2 هدفًا لك فقط. لا تحاول إصلاح كل معيار في مقالة واحدة هذا الأسبوع — فذلك خطأ تشتيت الجهد نفسه الذي يحذّر منه *The Minimum-Effort Path to 7.0* في المهارات كاملة، يحدث هنا داخل مقالة واحدة. مقالة واحدة، معيار واحد، تصحيح ذاتي صادق واحد.

Speaking 4.3

التمرين. سجّل نفسك وأنت تجيب عن موضوع Part 2 كامل وعن سؤالي متابعة على الأقل من Part 3، مستعملًا موضوعًا من *IELTS Speaking: Parts 1, 2 and 3* لم تتمرّن عليه تحديدًا من قبل — فالإجابة المحفوظة تخبرك بمدى إتقانك لأداء نص جاهز، لا بطريقة كلامك الفعلية تحت الضغط.

استمع إلى التسجيل مرة واحدة، منتبهًا تحديدًا للعادة التي أشار إليها Part 3.2. إن طابق اختبارك الذاتي واحدة من العادات التسع في *The 9 Wrong Speaking Habits*، فذلك الكتاب يعرض بديل band 7 بجوار نسخة band 6 من اللحظة نفسها — تدرّب على إنتاج ذلك البديل في الإجابة التالية، لا على ملاحظة العادة بعد وقوعها فحسب. وإن لم تطابق أي عادة محددة، فاستعمل التسجيل لتفحص الطلاقة والتنوّع بدلًا من ذلك: كم مرة تتوقف لتبحث عن كلمة، وهل تبقى إجاباتك بالطول نفسه تقريبًا وبالقدر نفسه من التفصيل عبر مواضيع مختلفة.

منشور مستقل — غير تابع لـ IELTS Partners ولا معتمَد منها.

Part 5 — اليوم 2: ثبّت ولا تحشُ

5.1 لماذا تكلّف المادة الجديدة الآن أكثر مما تعطي

بحلول اليوم 2، تكون كلفة تعلّم أي شيء غير مألوف من الوقت قد تجاوزت الفائدة المعقولة منه. لم يعد هناك وقت كافٍ لتتدرّب على أسلوب جديد حتى يصمد تحت الضغط — وفي أحسن الأحوال تضيف عادة نصف متعلَّمة تنافس العادات التي تثق بها فعلًا، وهذا أسوأ من ألّا تقترب منها أصلًا. ليس هذا تحذيرًا من نفاد طاقتك. إنها قاعدة «توقّف حين يتوقف العائد» نفسها من Part 1.1، وقد بلغت حدّها الأخير والأشد.

5.2 ماذا تراجع بدلًا من ذلك

عُد إلى إجاباتك التي أشرت إليها في أيام التدريب الثلاثة هذا الأسبوع — أسئلة Listening وReading المحددة التي أخطأت فيها مرتين، ومعيار Writing الذي استهدفته، وعادة Speaking التي كنت تعمل عليها. الغرض من اليوم 2 هو التعرّف، لا التدريب الجديد: اقرأ ما أوقعك هذا الأسبوع وتأكد أنك ما زلت قادرًا على تسمية السبب، دون أن تؤدي تمرينًا جديدًا بتوقيت.

إن كنت تحتفظ بملاحظات متواصلة عن أخطائك طوال هذا الأسبوع — ولو غير رسمية — فهذا هو اليوم الذي تعيد فيه قراءتها من أولها إلى آخرها. خمس عشرة دقيقة تراجع فيها أنماط أخطائك أنت تساوي اليوم أكثر من ساعة أخرى من التدريب العام.

اجعل اليوم خفيفًا. مرور قصير واحد على مادة هذا الأسبوع، ثم توقف.

منشور مستقل — غير تابع لـ IELTS Partners ولا معتمَد منها.

Part 6 — اليوم 1: اليوم السابق



6.1 ترتيبات عملية، لا مذاكرة

اليوم ليس يوم مذاكرة. اقضه في الأشياء التي لا علاقة لها بإنجليزيتك، وكل العلاقة لها بأن يمرّ الاختبار بسلاسة.

تأكد من الموقع الدقيق لمركز الاختبار ومن الوقت الذي يستغرقه الوصول إليه فعلًا — لا التقدير الذي وضعته حين حجزت، بل فحص جديد بحسب مواصلات اليوم. جهّز وثائق الهوية التي يطلبها تأكيد حجزك. راجع طريقة الأداء التي تأكدت منها في Part 2 مرة أخيرة، وإن كنت ستكتب بخط اليد ضمن Writing on Paper فتأكد أنك تعرف ما ينبغي إحضاره؛ وإن كنت ستؤدي الاختبار على الحاسوب، فلا شيء تحضره لذلك الجزء سوى نفسك.

لا شيء من هذا يستغرق وقتًا طويلًا، وكله يزيل طريقة قد يسوء بها اليوم لا علاقة لها بإنجليزيتك الفعلية.

6.2 النوم أهم من اختبار تدريبي إضافي

هناك إغراء حقيقي، في الليلة السابقة، أن تؤدي اختبارًا تدريبيًا كاملًا آخر «للاطمئنان فقط». قاومه. الفائدة الإضافية من مجموعة أخرى بتوقيت في هذه المرحلة

منشور مستقل — غير تابع لـ IELTS Partners ولا معتمَد منها.

صغيرة، وهي صغيرة تحديدًا لأنك قضيت بالفعل خمسة أيام مركّزة تجعل مهاراتك الحالية تصمد تحت الضغط — فيوم سادس من التدريب لن يضيف على الأرجح الكثير، أما ليلة نوم سيئة فتكلّفك انتباهًا ورباطة جأش لا يشتريهما أي قدر من التدريب الإضافي.

هذه مقايضة، مطروحة بوضوح، لا حكم على من يذاكر حتى وقت متأخر على أي حال: النوم سيساعدك غدًا على الأرجح أكثر من مقالة تدريبية أخرى أو مجموعة Listening أخرى. اختر النوم.

منشور مستقل — غير تابع لـ IELTS Partners ولا معتمَد منها.

Part 7 — صباح يوم الاختبار

7.1 روتين صباحي قصير

احضر بهامش وقت كافٍ بحيث لا تتحول حافلة متأخرة أو منعطف خاطئ إلى بداية متعجلة — أبكر مما تظن أنك تحتاج. وأنت تنتظر، قم بإحماء خفيف لا بتدريب جديد: اقرأ نصًا قصيرًا واحدًا بالإنجليزية، أو قل بصوت مسموع بضع جمل عن صباحك حتى الآن. الهدف أن تنقل دماغك إلى وضع الإنجليزية، لا أن تحشر جلسة مذاكرة أخرى.

إن لاحظت توترًا يتصاعد في قاعة الانتظار، فهذا طبيعي ولا يحتاج إلى إصلاح — ولا يعني أنك غير مستعد. بضعة أنفاس بطيئة، وتذكير نفسك بأنك أنجزت التحضير هذا الأسبوع بالفعل، يكفيان؛ فهذه ليست لحظة لمراجعة الملاحظات أو لاستعراض أسوأ الاحتمالات.

7.2 النمطان أو الثلاثة التي تستحق الذكر هنا

هذا القسم لمحة قصيرة، لا شرح كامل — فهناك كتاب مخصص لأخطاء يوم الاختبار مُخطَّط له على هذا الموقع وسيتناول الموضوع كما ينبغي. ثلاثة أنماط شائعة بما يكفي لتُذكر هنا باختصار، ولكل منها إصلاح في سطر واحد.

إعادة قراءة سؤال في Reading مرة بعد مرة بدل الانتقال إلى غيره. إن لم يتضح السؤال بعد دقيقة تقريبًا، فضع أفضل تخمين لديك، وعلّمه، وانتقل إلى التالي — إنها عادة التخطي ثم العودة التي يدافع عنها *Reading 7.0* في Part 6 منه، وتستحق أن تتذكرها تحت الضغط الحقيقي لا في التدريب فقط.

نفاد الوقت في آخر سؤال من Speaking لأن إجابة سابقة طالت. أسئلة النقاش في Part 3 يُفترض أن تُجاب بأطوال متقاربة؛ فإن لاحظت أنك تعطي إجابة أطول بكثير مما يتطلبه السؤال، فتلك هي اللحظة لتختمها بإتقان بدل أن تتركها تطول.

منشور مستقل — غير تابع لـ IELTS Partners ولا معتمَد منها.

أن تدع إجابة سيئة واحدة أو سؤالًا فاتك يغيّر طريقة تعاملك مع بقية الاختبار. لحظة ضعف واحدة في أي قسم لا تحدد درجتك الكلية، ومعاملتها كأنها تحددها أرجح أن تكلّفك السؤال التالي من أن تكلّفك السؤال الذي أجبت عنه. لاحظها، ودعها تمضي، وانتقل إلى ما أمامك فعلًا.

منشور مستقل — غير تابع لـ IELTS Partners ولا معتمَد منها.

Part 8 — جدول المتابعة للأيام الـ 7، جاهز للطباعة

اطبع هذه الصفحة، أو انقل الجدول إلى ورقة، واملأه بالقلم وأنت تمضي في الأسبوع. صف واحد لكل يوم. اكتب مهارة اليوم قبل أن تبدأ، وضع علامة في خانة التمرين حين تنتهي منه، وقبل النوم قيّم ثقتك بنفسك من 1 (ما زالت مهزوزة) إلى 5 (ثابتة تحت ضغط الوقت).

اليوم	المهارة المستهدفة	أنجزت التمرين	الثقة (1–5)
اليوم 7		☐	
اليوم 6		☐	
اليوم 5		☐	
اليوم 4		☐	
اليوم 3		☐	
اليوم 2		☐	
اليوم 1		☐	

تقييم الثقة الذي لا يرتفع على مدى الأسبوع يستحق الانتباه في حد ذاته — فهو علامة على أن تعطي تلك المهارة جزءًا أكبر من الوقت المتبقي لك، بمنطق التوزيع نفسه من Part 3.3، مقيسًا على سير الأسبوع الفعلي لا على تخمينك في اليوم 7 وحده.

منشور مستقل — غير تابع لـ IELTS Partners ولا معتمَد منها.

الخاتمة

بدأت هذا الأسبوع ومعك سبعة أيام واختبار محجوز بالفعل. إن اتبعت الخطة، فقد قضيت اليوم 7 تكتشف بالضبط أين سيؤتي وقتك ثماره بدل أن تخمّن، وثلاثة أيام تتدرّب على الإصلاحات الأعلى عائدًا وحدها، واليوم 2 تثبّت بدل أن تحشو، واليوم 1 في الترتيبات العملية والنوم بدل اختبار تدريبي إضافي.

لا شيء من هذا يحل محل أسابيع التحضير التي سبقته. ما يفعله هو أن يضمن ظهور ذلك التحضير فعلًا يوم الاختبار — أن تصبح العادة التي تستطيع فعلها أحيانًا عادة تفعلها بشكل موثوق، تحت ضغط الوقت، حين يكون الأمر مهمًا.

عن التمارين. لا شيء في هذا الكتاب يعلّم أسلوبًا من الصفر — فكل تمرين يحيل إلى شرح كامل منشور بالفعل على هذا الموقع. إن لم يكن تمرين ما واضحًا وحده، فالكتاب الذي يحيل إليه هو مكان الشرح.

عن الوعد. لا شيء هنا مضمون. كل عادة وكل تمرين في هذا الكتاب مطروح على أنه شيء قد يساعدك على الاحتفاظ بالدرجات التي تملكها بالفعل تحت الضغط، لا على أنه مقدار ثابت من تحسّن الدرجة. وحدها النتيجة الرسمية للاختبار تحدد درجتك الفعلية (band).

بالتوفيق في الاختبار، وفي كل ما يكون هذا الاختبار خطوة نحوه.

عن هذه الكتب

انقر هنا /https://freeieltsbooks.net/ar/about

هذا الكتاب مجاني. كُتب ليُعطى، ولك أن تمرّر الملف إلى أي شخص يستعد للاختبار — زميل، أو مجموعة دراسة، أو معلّم. لا تحتاج إلى إذن ولا شيء تدفعه.

مزيد من الكتب المجانية على **freeieltsbooks.net**.

منشور مستقل — غير تابع لـ IELTS Partners ولا معتمَد منها.

عُد الأسبوع المقبل

دوّن العنوان الآن، ما دمت تفكر فيه: **freeieltsbooks.net**

احفظه في مفضلتك، أو اضبط تذكيرًا على هاتفك للأسبوع المقبل — فنحن نضيف مزيدًا من الكتب. ويعرض الموقع تاريخ آخر تحديث، فترى بنظرة واحدة ما تغيّر منذ زيارتك الأخيرة.

لا شيء تشترك فيه ولا بريد إلكتروني تعطيه. التذكير لك، على هاتفك أنت — فتلك وسيلتنا الوحيدة للوصول إليك، ونحن نفضّلها كذلك.

حُدِّثت هذه النسخة في نوفمبر 2026.

انقر هنا /https://freeieltsbooks.net/ar/about

منشور مستقل — غير تابع لـ IELTS Partners ولا معتمَد منها.

كل تمرين وكل أسلوب مذكور في هذا الكتاب يحيل إلى شرح كامل منشور في مكان آخر على هذا الموقع. لا شيء منه ضمان لدرجة بعينها، ووحدها النتيجة الرسمية للاختبار تحدد درجتك (band) الفعلية.