

Suivi de mémorisation du Juz Amma

Académie Quran Web
quranweblearning.com/fr/

Un plan sur 6 mois : 37 sourates, 564 versets. Commencez par la sourate An-Nas et cochez chaque case une fois terminée.

#	Sourate	Versets	Mois	Lue avec l'enseignant	Mémorisée	Révisée
1	An-Nas الناس	6	1	☐	☐	☐
2	Al-Falaq الفلق	5	1	☐	☐	☐
3	Al-Ikhlâs الإخلاص	4	1	☐	☐	☐
4	Al-Masad المسد	5	1	☐	☐	☐
5	An-Nasr النصر	3	1	☐	☐	☐
6	Al-Kafirun الكافرون	6	1	☐	☐	☐
7	Al-Kawthar الكوثر	3	1	☐	☐	☐
8	Al-Ma'un الماعون	7	1	☐	☐	☐
9	Quraysh قريش	4	1	☐	☐	☐
10	Al-Fil الفيل	5	1	☐	☐	☐
11	Al-Humazah الهمزة	9	1	☐	☐	☐
12	Al-'Asr العصر	3	1	☐	☐	☐
13	At-Takathur التكاثر	8	1	☐	☐	☐
14	Al-Qari'ah القارعة	11	1	☐	☐	☐
15	Al-'Adiyat العاديات	11	2	☐	☐	☐
16	Az-Zalzalah الزلزلة	8	2	☐	☐	☐
17	Al-Bayyinah البينة	8	2	☐	☐	☐
18	Al-Qadr القدر	5	2	☐	☐	☐
19	Al-'Alaq العلق	19	2	☐	☐	☐
20	At-Tin التين	8	2	☐	☐	☐
21	Ash-Sharh الشرح	8	2	☐	☐	☐
22	Ad-Duha الضحى	11	2	☐	☐	☐
23	Al-Layl الليل	21	3	☐	☐	☐
24	Ash-Shams الشمس	15	3	☐	☐	☐
25	Al-Balad البلد	20	3	☐	☐	☐
26	Al-Fajr الفجر	30	3	☐	☐	☐
27	Al-Ghashiyah الغاشية	26	4	☐	☐	☐
28	Al-A'la الأعلى	19	4	☐	☐	☐
29	At-Tariq الطارق	17	4	☐	☐	☐
30	Al-Buruj البروج	22	4	☐	☐	☐
31	Al-Inshiqaq الانشقاق	25	5	☐	☐	☐
32	Al-Mutaffifin المطففين	36	5	☐	☐	☐
33	Al-Infitar الانفطار	19	5	☐	☐	☐

34	At-Takwir التكوير	29	5	☐	☐	☐
35	'Abasa عبس	42	6	☐	☐	☐
36	An-Nazi'at النازعات	46	6	☐	☐	☐
37	An-Naba' النبأ	40	6	☐	☐	☐

- Deux cours par semaine avec un enseignant, et 10 minutes de révision quotidienne à la maison.
- La révision compte plus que la nouvelle mémorisation : révisez une ancienne sourate chaque semaine.
- Récitez ce que vous avez mémorisé dans vos prières.

Essayez deux cours gratuits avec un enseignant qualifié : quranweblearning.com/fr/

© Académie Quran Web