

<手帳の書き方> 続けるコツは【寝る前に書く】こと

◇必要なもの 5色の蛍光ペン・ボールペン

March 2 ~ March 8 記録 氏名 サンプル

2 Mon		3 Tue		4 Wed		5 Thu		6 Fri	
学校開始予定まで 35日		学校開始予定まで 34日		学校開始予定まで 33日		学校開始予定まで 32日		学校開始予定まで 31日	
今日の予定		今日の予定		今日の予定		今日の予定		今日の予定	
7:00		7:00		7:00		7:00		7:00	
8:00		8:00		8:00	英語ペンゼミ 授業①	8:00	夜にAmazon プライムで	8:00	英語ペンゼミ ワークP.2-5
9:00		9:00		9:00	数学ペンゼミ 授業①	9:00	鬼滅の刃を見ず ぎてしまった ことを反省	9:00	数学ペンゼミ 新中間P.2-4
10:00	英語テスト 直し	10:00		10:00	国語ペンゼミ 授業①	10:00		10:00	英語ペンゼミ ワークP.5-8
11:00	理科テスト 直し	11:00	理科 学校の課題	11:00	社会ペンゼミ 授業①	11:00		11:00	数学 学校の課題
12:00		12:00		12:00		12:00		12:00	
13:00		13:00	数学 学校の課題	13:00	↑ 学校に行く ↓	13:00	社会ペンゼミ ワークP.3-5	13:00	
14:00		14:00		14:00		14:00		14:00	
15:00	英語 学校の課題	15:00	社会 学校の課題	15:00		15:00	社会 学校の課題	15:00	社会 学校の課題
16:00	数学テスト 直し	16:00		16:00		16:00	理科ペンゼミ ワークP.2-4	16:00	理科ペンゼミ ワークP.5-6
17:00	社会テスト 直し	17:00	国語 学校の課題	17:00		17:00		17:00	
18:00		18:00	理科テスト 直し	18:00		18:00		18:00	
19:00	国語テスト 直し	19:00		19:00		19:00		19:00	
20:00		20:00		20:00	理科ペンゼミ 授業①	20:00	国語ペンゼミ ワークP.2-6	20:00	
21:00		21:00		21:00		21:00		21:00	
22:00		22:00		22:00		22:00		22:00	
23:00		23:00		23:00		23:00		23:00	
0:00		0:00		0:00		0:00		0:00	
英語	100分	英語	0分	英語	50分	英語	0分	英語	100分
数学	50分	数学	50分	数学	50分	数学	0分	数学	100分
国語	50分	国語	50分	国語	50分	国語	50分	国語	0分
理科	50分	理科	100分	理科	50分	理科	50分	理科	50分
社会	50分	社会	50分	社会	50分	社会	100分	社会	50分

◇今週やることリスト は通称TO DO LISTと呼ばれ、やらなくてはいけないことをまとめる
ところ。ココを充実させることがとても大事！！

今週の格言		努力する者は夢を語り、怠け者は不満を語る。		
7 Sat	8 Sun	◇今週のやることリスト		
学校開始予定まで 30日	学校開始予定まで 29日	科目	内容	チェック
今日の予定	今日の予定	英語	学校のテスト直し 新ワークP2-8	✓ ✓
			学校のワーク 単語Lesson1	✓
7:00	7:00	数学	学校のテスト直し 新中間P2-7	✓ ✓
8:00	8:00		学校のワーク 教科書の章末問題	✓
9:00	9:00	国語	学校の課題・テスト直し 新ワークP2-11	✓ ✓
10:00	10:00		漢字プリント	✓
11:00	11:00	理科	学校のテスト直し 学校のワーク	✓ ✓
12:00	12:00		新ワークP2-6	✓
13:00	13:00	社会	学校のテスト直し 学校の課題	✓ ✓
14:00	14:00		新ワークP3-5 地理：時差の確認	✓
15:00	15:00	その他	家庭科の宿題	
16:00	16:00		英語：不定詞の復習 数学：1次関数の復習	
17:00	17:00	◇1週間を振り返り		
18:00	18:00	3月から学校が休みになったことはチャンスだと思った。数学が苦手だったので宿題にも時間をかけ間違えた問題は繰り返し解いてみた。ここで今までのことを復習したり、学校の予習を行うことで次のテストに向けてしっかり準備していきたい。来週は国語の漢字を完璧にしようと思う。		
19:00	19:00	◇先生からのコメント		
20:00	20:00	午前中から学習できていてGOODですね。暗記科目は寝る前にもう一度確認すると定着すると言われていました。来週、取り入れてみてはどうだろうか！？数学は間違えた問題を繰り返すことで傾向が見えてくることがあります。1問1問を大事にできるようになるまで行いましょう！		
21:00	21:00	◇勉強時間の記録 学習時間を塗りつぶそう		
		450分 英語		10 15
		500分 数学		10 15
		300分 国語		10 15
		450分 理科		10 15
		400分 社会		10 15
		合計	35 時間	00 分
英語	100 分	英語	100 分	
数学	100 分	数学	150 分	
国語	50 分	国語	50 分	
理科	50 分	理科	100 分	
社会	50 分	社会	50 分	