２０１５年 春休みの計画表＆記録表

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | 目標時刻  までに起きた | 目標時刻  までに寝た | 目標時間  以上勉強した |
| ３月２１日（土） | ○　　　× | ○　　　× | ○　　　× |
| ３月２２日（日） | ○　　　× | ○　　　× | ○　　　× |
| ３月２３日（月） | ○　　　× | ○　　　× | ○　　　× |
| ３月２４日（火） | ○　　　× | ○　　　× | ○　　　× |
| ３月２５日（水） | ○　　　× | ○　　　× | ○　　　× |
| ３月２６日（木） | ○　　　× | ○　　　× | ○　　　× |
| ３月２７日（金） | ○　　　× | ○　　　× | ○　　　× |
| ３月２８日（土） | ○　　　× | ○　　　× | ○　　　× |
| ３月２９日（日） | ○　　　× | ○　　　× | ○　　　× |
| ３月３０日（月） | ○　　　× | ○　　　× | ○　　　× |
| ３月３１日（火） | ○　　　× | ○　　　× | ○　　　× |
| ４月１日（水） | ○　　　× | ○　　　× | ○　　　× |
| ４月２日（木） | ○　　　× | ○　　　× | ○　　　× |
| ４月３日（金） | ○　　　× | ○　　　× | ○　　　× |
| ４月４日（土） | ○　　　× | ○　　　× | ○　　　× |
| ４月５日（日） | ○　　　× | ○　　　× | ○　　　× |
| ４月６日（月） | ○　　　× | ○　　　× | ○　　　× |
| ４月７日（火） | ○　　　× | ○　　　× | ○　　　× |
| ４月８日（水） | ○　　　× | ○　　　× | ○　　　× |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | 目標時刻  までに起きた | 目標時刻  までに寝た | 目標時間  以上勉強した |
| ４月９日（木） | ○　　　× | ○　　　× | ○　　　× |
| ４月１０日（金） | ○　　　× | ○　　　× | ○　　　× |
| ４月１１日（土） | ○　　　× | ○　　　× | ○　　　× |
| ４月１２日（日） | ○　　　× | ○　　　× | ○　　　× |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | 起床時刻 | 就寝時刻 | 勉強時間 |
| 目  標 | （　　）時（　　）分 | （　　）時（　　）分 | （　　）時間  （　　）分 |
| その他の目標 | | | |

（　　　）組（　　　）番　名前（　　　　　　　　　　　　）