

## 20●●年度 冬休みの計画表&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
12月19日(●)	○ ×	○ ×	○ ×
12月20日(●)	○ ×	○ ×	○ ×
12月21日(●)	○ ×	○ ×	○ ×
12月22日(●)	○ ×	○ ×	○ ×
12月23日(●)	○ ×	○ ×	○ ×
12月24日(●)	○ ×	○ ×	○ ×
12月25日(●)	○ ×	○ ×	○ ×
12月26日(●)	○ ×	○ ×	○ ×
12月27日(●)	○ ×	○ ×	○ ×
12月28日(●)	○ ×	○ ×	○ ×
12月29日(●)	○ ×	○ ×	○ ×
12月30日(●)	○ ×	○ ×	○ ×
12月31日(●)	○ ×	○ ×	○ ×
1月1日(●)	○ ×	○ ×	○ ×
1月2日(●)	○ ×	○ ×	○ ×
1月3日(●)	○ ×	○ ×	○ ×
1月4日(●)	○ ×	○ ×	○ ×
1月5日(●)	○ ×	○ ×	○ ×
1月6日(●)	○ ×	○ ×	○ ×
1月7日(●)	○ ×	○ ×	○ ×
1月8日(●)	○ ×	○ ×	○ ×

	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
1月9日(●)	○ ×	○ ×	○ ×
1月10日(●)	○ ×	○ ×	○ ×
1月11日(●)	○ ×	○ ×	○ ×

	起床時刻	就寝時刻	勉強時間
目	( )時	( )時	( )時間
標	( )分	( )分	( )分

その他の目標

( )組 ( )番 名前( )