２０２１ 夏休みの計画表＆記録表

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | | 前日寝た  時刻 | 今日起きた  時刻 | 睡眠時間  合計 | 予定  学習内容 | 目標  勉強時間 | 勉強時間  結果 | 部活動や  その他の予定 | できごと・一言感想 | 自己評価  ５点満点 |
| 7/19 | Mo | 時 分 | 時 分 | 時間 分 |  | 時間 分 | 時間 分 |  |  |  |
| 7/20 | Tu | 時 分 | 時 分 | 時間 分 |  | 時間 分 | 時間 分 |  |  |  |
| 7/21 | We | 時 分 | 時 分 | 時間 分 |  | 時間 分 | 時間 分 |  |  |  |
| 7/22 | Th | 時 分 | 時 分 | 時間 分 |  | 時間 分 | 時間 分 |  |  |  |
| 7/23 | Fr | 時 分 | 時 分 | 時間 分 |  | 時間 分 | 時間 分 |  |  |  |
| 7/24 | Sa | 時 分 | 時 分 | 時間 分 |  | 時間 分 | 時間 分 |  |  |  |
| 7/25 | Su | 時 分 | 時 分 | 時間 分 |  | 時間 分 | 時間 分 |  |  |  |
| 7/26 | Mo | 時 分 | 時 分 | 時間 分 |  | 時間 分 | 時間 分 |  |  |  |
| 7/27 | Tu | 時 分 | 時 分 | 時間 分 |  | 時間 分 | 時間 分 |  |  |  |
| 7/28 | We | 時 分 | 時 分 | 時間 分 |  | 時間 分 | 時間 分 |  |  |  |
| 7/29 | Th | 時 分 | 時 分 | 時間 分 |  | 時間 分 | 時間 分 |  |  |  |
| 7/30 | Fr | 時 分 | 時 分 | 時間 分 |  | 時間 分 | 時間 分 |  |  |  |
| 7/31 | Sa | 時 分 | 時 分 | 時間 分 |  | 時間 分 | 時間 分 |  |  |  |
| 8/1 | Su | 時 分 | 時 分 | 時間 分 |  | 時間 分 | 時間 分 |  |  |  |
| 8/2 | Mo | 時 分 | 時 分 | 時間 分 |  | 時間 分 | 時間 分 |  |  |  |
| 8/3 | Tu | 時 分 | 時 分 | 時間 分 |  | 時間 分 | 時間 分 |  |  |  |
| 8/4 | We | 時 分 | 時 分 | 時間 分 |  | 時間 分 | 時間 分 |  |  |  |
| 8/5 | Th | 時 分 | 時 分 | 時間 分 |  | 時間 分 | 時間 分 |  |  |  |
| 8/6 | Fr | 時 分 | 時 分 | 時間 分 |  | 時間 分 | 時間 分 |  |  |  |
| 8/7 | Sa | 時 分 | 時 分 | 時間 分 |  | 時間 分 | 時間 分 |  |  |  |
| 8/8 | Su | 時 分 | 時 分 | 時間 分 |  | 時間 分 | 時間 分 |  |  |  |

（　　）組（　　）番　名前（　　　　　　　　　　）

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | | | 前日寝た  時刻 | 今日起きた  時刻 | 睡眠時間  合計 | 予定  学習内容 | 目標  勉強時間 | 勉強時間  結果 | 部活動や  その他の予定 | できごと・一言感想 | 自己評価  ５点満点 |
| 8/9 | | Mo | 時 分 | 時 分 | 時間 分 |  | 時間 分 | 時間 分 |  |  |  |
| 8/10 | | Tu | 時 分 | 時 分 | 時間 分 |  | 時間 分 | 時間 分 |  |  |  |
| 8/11 | | We | 時 分 | 時 分 | 時間 分 |  | 時間 分 | 時間 分 |  |  |  |
| 8/12 | | Th | 時 分 | 時 分 | 時間 分 |  | 時間 分 | 時間 分 |  |  |  |
| 8/13 | | Fr | 時 分 | 時 分 | 時間 分 |  | 時間 分 | 時間 分 |  |  |  |
| 8/14 | | Sa | 時 分 | 時 分 | 時間 分 |  | 時間 分 | 時間 分 |  |  |  |
| 8/15 | | Su | 時 分 | 時 分 | 時間 分 |  | 時間 分 | 時間 分 |  |  |  |
| 8/16 | | Mo | 時 分 | 時 分 | 時間 分 |  | 時間 分 | 時間 分 |  |  |  |
| 8/17 | | Tu | 時 分 | 時 分 | 時間 分 |  | 時間 分 | 時間 分 |  |  |  |
| 8/18 | | We | 時 分 | 時 分 | 時間 分 |  | 時間 分 | 時間 分 |  |  |  |
| 8/19 | | Th | 時 分 | 時 分 | 時間 分 |  | 時間 分 | 時間 分 |  |  |  |
| 8/20 | | Fr | 時 分 | 時 分 | 時間 分 |  | 時間 分 | 時間 分 |  |  |  |
| 8/21 | | Sa | 時 分 | 時 分 | 時間 分 |  | 時間 分 | 時間 分 |  |  |  |
| 8/22 | | Su | 時 分 | 時 分 | 時間 分 |  | 時間 分 | 時間 分 |  |  |  |
| 8/23 | | Mo | 時 分 | 時 分 | 時間 分 |  | 時間 分 | 時間 分 |  |  |  |
| 8/24 | | Tu | 時 分 | 時 分 | 時間 分 |  | 時間 分 | 時間 分 |  |  |  |
| 8/25 | | We | 時 分 | 時 分 | 時間 分 |  | 時間 分 | 時間 分 |  |  |  |
| 8/26 | Th | | 時 分 | 時 分 | 時間 分 |  | 時間 分 | 時間 分 |  |  |  |
| 8/27 | Fr | | 時 分 | 時 分 | 時間 分 |  | 時間 分 | 時間 分 |  |  |  |
| 8/28 | Sa | | 時 分 | 時 分 | 時間 分 |  | 時間 分 | 時間 分 |  |  |  |
| 8/29 | Su | | 時 分 | 時 分 | 時間 分 |  | 時間 分 | 時間 分 |  |  |  |
| 8/30 | Mo | | 時 分 | 時 分 | 時間 分 |  | 時間 分 | 時間 分 |  |  |  |
| 8/31 | Tu | | 時 分 | 時 分 | 時間 分 |  | 時間 分 | 時間 分 |  |  |  |