

参考例

高岡市立高岡西部中学校 チャレンジ3週間

○年生 5月○○日(○)の学習予定

朝のチェック	<input type="checkbox"/> 起床 (起床時刻 時 分)
	<input type="checkbox"/> 体温を測る。(°C)
	<input type="checkbox"/> 朝食
	<input type="checkbox"/> 今日の学習予定の確認

学習内容は各教科担当の先生が決めます。
午前中は国語・社会・数学・理科・英語の学習を行います。

今日のめあて

時限	学習内容	自己評価
朝の時間	内容	
1 限目 8:40~9:30	国語「○○について」 教科書P○○ 漢字をノートに○回書く。教科書を見てP○○~P○○を仕上げる。	A・B・C
2 限目 9:40~10:30	社会「○○について」 教科書P○○、資料集P○○を活用してワークシートNO○を仕上げる。	A・B・C
3 限目 10:40~11:30	数学「○○について」 教科書P○○の公式を参考に、ワークP○○を解く。 計算プリントNO○を仕上げる。	A・B・C
4 限目 11:40~12:30	理科「○○について」 教科書P○○、理科便覧P○○を活用して、ワークP○○を仕上げる。	A・B・C

昼休み	<input type="checkbox"/> うがい、手洗い <input type="checkbox"/> 昼食
-----	--

にしまるタイム	学習内容 (自分で決めよう)	A・B・C
---------	----------------	-------



午後から始まる「にしまるタイム」は、音楽、美術、技術・家庭科、保健体育、音楽の課題に取り組んだり、ピアノや読書などの趣味に取り組んだりする時間です。また、部活動のトレーニングに励んでもかまいません。

この午後の時間は、自分自身で計画を立て行動する時間です。

1日を終わったら、必ず振り返りの感想を書くようにしましょう！

1日の振り返り	感想