

デイリー学習コミットメント達成度 記録表 (本校用)

- ・学習に入るときは今日のテーマ目的を決め必ずこの宣言表を書いて写真を撮ってQRコードから提出。→
- ・いっきに決められない場合は早朝、午前、午後と分けて提出してOK。(もちろんまとめてもOK)
- ・勉強を始める前に提出のこと。自分のやることを決めないと達成感がなくなり続かなくなるので注意。
- ・教室割り当て>ZOOMメイン=自学 / 授業ルームA,B/個別A,B=質問・面談/フリールーム



Name

体温	°C
-----------	-----------

月 日 今日のテーマ _____

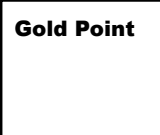
例) 連立方程式の解き方をマスターする。テキスト各教科5Pずつ進める。STテキスト1章おわらす。LFを進める。

	時間	教科	学習内容	達成度%
早朝	～			
	～			
午前	～			
	～			
	～			
	～			
	～			
午後	～			
	～			
	～			
	～			
	～			

📌 今日の反省点をひとつ！

📌 1日のはじめにはルーチンワークをしっかりとしましょう。

提出日でテストの採点を希望の場合は、右のQRコードから写真で送ってください。
(テストはプリント室から取り出せます。 <https://is.gd/uL9p9R> パスexex)



テスト提出はこちらから↓



📌 すぐに取りかかれるように明日の準備をしてから寝ましょう。

朝起きて一番初めにするものを机に出しておく。

睡眠時間 7-8時間 (8時間を超えると寝すぎで、どんなに寝ても眠くなり脳細胞が溶けていきます。)

おすすめ>22:00-5:30 (睡眠時間7時間半)

デイリー学習コミットメント達成度 記録表 (本校用)

- ・学習に入るときは今日のテーマ目的を決め必ずこの宣言表を書いて写真を撮ってQRコードから提出。→
- ・いっきに決められない場合は早朝、午前、午後と分けて提出してOK。(もちろんまとめてもOK)
- ・勉強を始める前に提出のこと。自分のやることを決めないと達成感がなくなり続かなくなるので注意。
- ・教室割り当て>ZOOMメイン=自学 / 授業ルームA,B/個別A,B=質問・面談/フリールーム



Name

体温 °C

月 日 今日のテーマ _____

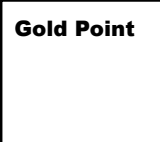
例) 連立方程式の解き方をマスターする。テキスト各教科5Pずつ進める。STテキスト1章おわらす。LFを進める。

	時間	教科	学習内容	達成度%
早朝	～			
	～			
午前	～			
	～			
	～			
	～			
	～			
午後	～			
	～			
	～			
	～			
	～			

📌 今日の反省点をひとつ！

📌 1日のはじめにはルーチンワークをしっかりとしましょう。

提出日でテストの採点を希望の場合は、右のQRコードから写真で送ってください。
(テストはプリント室から取り出せます。 <https://is.gd/uL9p9R> パスexex)



テスト提出はここから↓



📌 すぐに取りかかれるように明日の準備をしてから寝ましょう。

朝起きて一番初めにするものを机に出しておく。

睡眠時間 7-8時間 (8時間を超えると寝すぎで、どんなに寝ても眠くなり脳細胞が溶けていきます。)

おすすめ>22:00-5:30 (睡眠時間7時間半)