**◆スケジュール〔悪い例〕**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 月日 | ／ | ／ | ／ | ／ | ／ | ／ | ／ | ／ | ／ | ／ | ／ |
| 曜日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 | 月 | 火 | 水 | 木 |
| 予定 |  |  |  |  |  |  |  | テスト① | テスト② | テスト③ | テスト④ |
| 6時 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 7時 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 8時 | 学　　　　校 |  |  |  |  |  |  | 学　　　校 |  |  |  |
| 9時 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 10時 |  |  |  |  |  |  | テスト勉強 |  |  |  |  |
| 11時 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 12時 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 13時 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 14時 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 15時 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 16時 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 17時 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 18時 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 19時 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 20時 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 21時 |  | テ　ス　ト　勉　強 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 22時 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 23時 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 24時 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

**◆スケジュール〔良い例〕**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 月日 | ／ | ／ | ／ | ／ | ／ | ／ | ／ | ／ | ／ | ／ | ／ |
| 曜日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 | 月 | 火 | 水 | 木 |
| 予定 |  |  |  |  |  |  |  | テスト① | テスト② | テスト③ | テスト④ |
| 6時 | 朝食 | 朝食 | 朝食 | 朝食 | 朝食 |  |  | 朝食 | 朝食 | 朝食 | 朝食 |
| 7時 |  |  |  |  |  | 朝食 | 朝食 |  |  |  |  |
| 8時 |  | A |  |  |  | 家基教復習 | 数Ⅰ問15-20 |  |  |  |  |
| 9時 |  |  |  |  |  | 数Ⅰ教復習 | ｺﾐｭ英教復習 | 現代社会 | 生物基礎 | ｺﾐｭ英Ⅰ | 国語総合 |
| 10時 |  |  |  |  |  |  |  | 保健 | 家庭基礎 | 数学A |  |
| 11時 |  |  |  |  |  |  |  | 数学Ⅰ |  |  |  |
| 12時 | 学校 | 学校 | 学校 | 学校 | 学校 | 昼食 | 昼食 |  |  |  |  |
| 13時 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 部活動 |
| 14時 |  |  |  |  |  |  | ｺﾐｭ英プ復習 | 家基プ復習 | ｺﾐｭ英プ復習 | 国総教復習 |  |
| 15時 |  |  |  |  |  |  | 生基ワ26-31 | 漢字復習 | 数A問1-５ |  |  |
| 16時 |  |  |  |  |  | C | 数Ⅰ問21-23 |  |  |  |  |
| 17時 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 18時 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 19時 | 夕食 | 夕食 | 夕食 | 夕食 | 夕食 | 夕食 | 夕食 | 夕食 | 夕食 | 夕食 | 夕食 |
| 20時 | 現社教ノ復習 |  | ｺﾐｭ英教復習 | 現社ワ35-39B | 生物教復習 | ｺﾐｭ英教復習 | 現社ワ40-44 | 生基ワ32-36 | ｺﾐｭ英プ復習 | 国総プ復習 |  |
| 21時 | 保健ノ1-5 | 塾 | 数A教復習 | 保健ノ6-10 | 国総プ復習 | 家基プ復習 | 保健ノ復習 | 生物教復習 | 数A問5-9 | 漢字復習 |  |
| 22時 | 数Ⅰ教復習 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 23時 | 入浴・就寝 | 入浴・就寝 | 入浴・就寝 | 入浴・就寝 | 入浴・就寝 | 入浴・就寝 | 入浴・就寝 | 入浴・就寝 | 入浴・就寝 | 入浴・就寝 | 入浴・就寝 |
| 24時 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

決まっている予定を記入（灰色部分）　計画をくわしく（科目，量など）記入　余裕のある計画を立てる（空欄部分）

**◆スケジュール〔修正例〕**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 月日 | ／ | ／ | ／ | ／ | ／ | ／ | ／ | ／ | ／ | ／ | ／ |
| 曜日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 |  |  |  |  |
| 予定 |  |  |  |  |  |  |  | テスト① | テスト② | テスト③ | テスト④ |
| 6時 | 朝食 | 朝食 | 朝食 | 朝食 | 朝食 |  |  | 朝食 | 朝食 | 朝食 | 朝食 |
| 7時 |  |  |  |  |  | 朝食 | 朝食 |  |  |  |  |
| 8時 |  |  |  |  |  | 家基教復習 | 数Ⅰ問15-20 |  |  |  |  |
| 9時 |  |  |  |  |  | 数Ⅰ教復習 | ｺﾐｭ英教復習 | 現代社会 | 生物基礎 | ｺﾐｭ英Ⅰ | 国語総合 |
| 10時 |  |  |  |  |  |  |  | 保健 | 家庭基礎 | 数学A |  |
| 11時 |  |  |  |  |  |  |  | 数学Ⅰ |  |  |  |
| 12時 | 学校 | 学校 | 学校 | 学校 | 学校 | 昼食 | 昼食 |  |  |  |  |
| 13時 |  |  |  |  |  | 数A教復習 |  |  |  |  | 部活動 |
| 14時 |  |  | D |  |  |  | ｺﾐｭ英プ復習 | 家基プ復習 | ｺﾐｭ英プ復習 | 国総教復習 |  |
| 15時 |  |  |  |  |  |  | 生基ワ26-31 | 漢字復習 | 数A問1-５ |  |  |
| 16時 |  |  |  |  |  |  | 数Ⅰ問21-23 |  |  |  |  |
| 17時 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 18時 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 19時 | 夕食 | 夕食 | 夕食 | 夕食 | 夕食 | 夕食 | 夕食 | 夕食 | 夕食 | 夕食 | 夕食 |
| 20時 | 現社教ノ復習 |  | ｺﾐｭ英教復習 | 保健ノ6-10 | 生物教復習 | ｺﾐｭ英教復習 | 保健ノ復習 | 生基ワ32-36 | ｺﾐｭ英プ復習 | 国総プ復習 |  |
| 21時 | 保健ノ1-5 | 塾 | ~~数A教復習~~ | 現社ワ35-39 | 国総プ復習E | 家基プ復習 | 現社ワ40-44 | 生物教復習 | 数A問5-9 | 漢字復習 |  |
| 22時 | 数Ⅰ教復習 |  |  | 35-37 |  |  | 38-44 |  |   |  |  |
| 23時 | 入浴・就寝 | 入浴・就寝 | 入浴・就寝 | 入浴・就寝 | 入浴・就寝 | 入浴・就寝 | 入浴・就寝 | 入浴・就寝 | 入浴・就寝 | 入浴・就寝 | 入浴・就寝 |
| 24時 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

数学Ａ教科書の復習ができなかったので，土曜日の空き時間に変更　　　現代社会ワークが目標まで達さなかったので，木曜日と日曜日の予定を変更