

冬休み自己学習計画表

名前（）

Step 1

【1・2学期のやり残しに取り組もう】

教科	種類	範囲	終わったページをチェックしよう（線で消す・○をつける・色を塗る等）																													
国語	国語の学習 2	P4～71	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30			
			31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57			
			58	59	60	61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71																
	くりかえし漢字	P2～63	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28			
			29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55			
			56	57	58	59	60	61	62	63																						
社会	ワーク地理	P2～80	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28			
			29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55			
			56	57	58	59	60	61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71	72	73	74	75	76	77	78	79	80					
	ワーク歴史	P2～25	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25						
数学	数友	P2～99	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28			
			29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55			
			56	57	58	59	60	61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71	72	73	74	75	76	77	78	79	80	81	82			
			83	84	85	86	87	88	89	90	91	92	93	94	95	96	97	98	99													
理科	理科ワーク	P81～97	81	82	83	84	85	86	87	88	89	90	91	92	93	94	95	96	97													
英語	GET ENGLISH	下巻～P52	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30			
			31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52								

Step 2

【学習予定を立てよう】

- ポイント
- その一 「計画倒れしない」ことが最も重要

・計画で最も大切なのは、無理なく確実に実行できる計画であることです。

「自分が一生懸命がんばって実現したい理想の計画」を立ててしまうと、持続できずに失敗します。

「無理なく実行できる確実な計画」を立てましょう。

○その二 「勉強計画＝タスク管理」である

・タスク管理とは、タスク(＝やること)を特定し、優先順位をつけ、時間どおりに完了する過程のこと。

○その三 努力しないで「ラク」を取る

・「できるだけつらい思いをせずに、労力をかけずに、結果を出すための方法」が学習計画です。自分をしばる鎖ではありません。

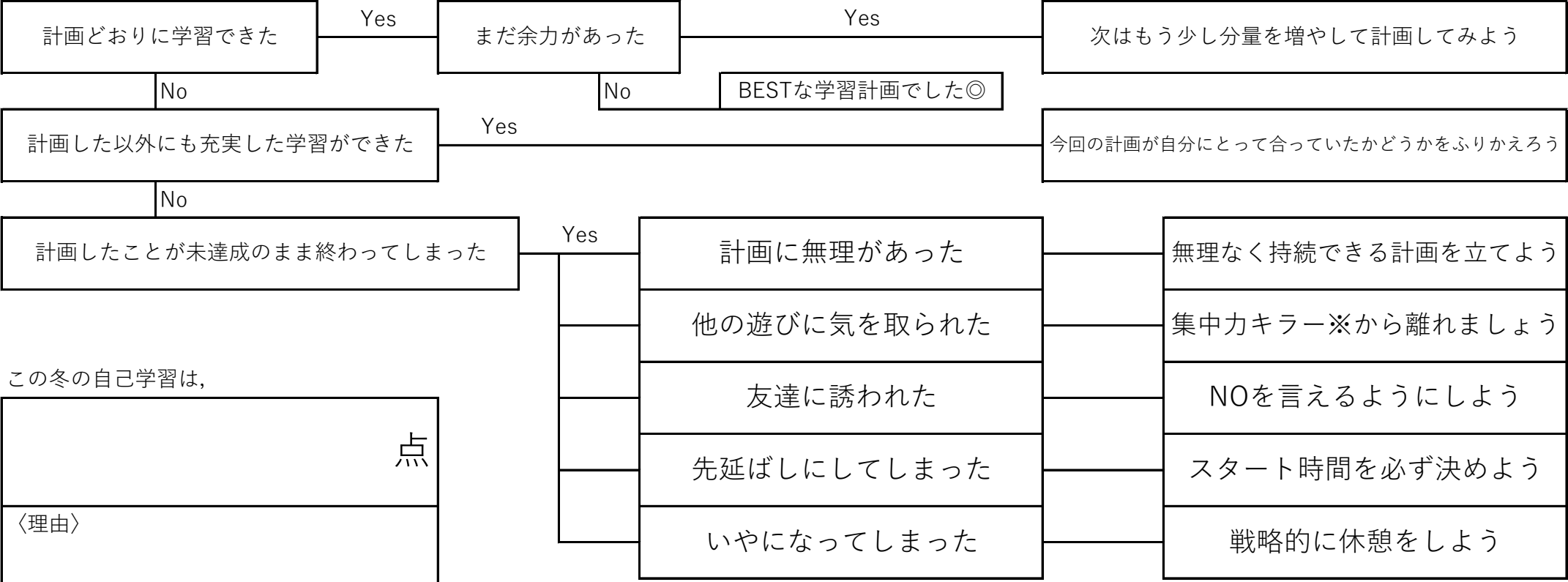
○その四 サボることも「計画」する

・サボること、持続しないこともきちんと想定して計画を立てましょう。楽しいこともどんどん計画しましょう。

引用：みんなチャレブログ

		予定	国語	社会	数学	理科	英語
12月23日	土						
12月24日	日						
12月25日	月						
12月26日	火						
12月27日	水						
12月28日	木						
12月29日	金						
12月30日	土						
12月31日	日						
1月1日	月						
1月2日	火						
1月3日	水						
1月4日	木						
1月5日	金						
1月6日	土						
1月7日	日						
1月8日	月						

Step 3 【自己学習の自己評価をしよう】



この冬の自己学習は、

	点
〈理由〉	

※集中力キラーとは、 スマホ・まんが・テレビなど、 自分の集中を邪魔してくる要素のこと