臨時休校中の生活設計！

年　組　番 名前

めあて	
	＜学　習＞
	＜生　活＞
	＜手伝い＞

☆生活の足跡①：色で見る時間の使い方

時間帯	・就寝：黒　・学習：赤　・部活動，運動：青　・手伝い：黄　・自由・休憩：緑 ・できる限り色でぬること。その他の項目は言葉で記入すること。

基本の生活設計	6 7 8 9 10 11 12 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 1 2	目標学習時間	ネットゲーム	睡眠	手伝い
		h	h	h	回

日	曜	行事と予定	6 7 8 9 10 11 12 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 1 2	学習時間		ネットゲーム	睡眠	手伝い
				1日h	累計h	1日h	1日h	○·×
9	月							
10	火							
11	水							
12	木							
13	金							
14	土							
15	日							
16	月							
17	火							
18	水							
19	木							
20	金							
21	土							
22	日							
23	月							
24	火							
25	水							
26	木							
27	金							
28	土							
29	日							
30	月							
31	火							
1	水							
2	木							
3	金							
4	土							
4	日							
5	月							
6	火							

保護者の方から	

本人の振り返り		担任印	