

はつらつがんばり週間①

毎日、○になるようがんばろう！

年 なまえ

ふりかえる項目		よくできた ○	まあまあできた △	できなかった ×	6/22 木	23 金	24 土	25 日	26 月	27 火	28 水
学 習 面	家庭学習（ 分） *学年のめやす時間を記入する	めやすの時間 取り組んだ		できなかった							
	学習の内容 宿 題	帰ってすぐ取り組んだ		できなかった							
	自主学習	帰ってすぐ取り組んだ		できなかった							
	すららドリル	帰ってすぐ取り組んだ		できなかった							
生 活 面	昨日の寝た時刻（早寝）	1年	9時までねた		9時すぎた						
		4年	9時30分までねた		9時30分すぎた						
		5・6年	10時までねた		10時すぎた						
	早起き	6時30分まで	6時31分～7時 に起きた	7時すぎに起きた							
	（ゲームや動画）メディア接触時間	2時間まで守れた	2～3時間だった	3時間以上だった							
	寝る前30分 メディアを使わない	使わなかった		使った							
 <p>◎担任の先生のサイン</p>											

◆取り組んでみてどうでしたか？

生活リズムを整えよう！

よかったところ
もっとがんばりたいところ

おうちの方から

担任の先生から

