記入例：週間カレンダー

1週間の計画ステップ

1. 月間 マイゴールを確認し、勉強・部活で今週のやることリストを作成する。
2. 勉強・部活以外で、自分のためにできること、人のためにできることを記入する。
3. 教科ごとの勉強の計画を立てる。
4. 「日々の計画」（今日の大切な予定）欄に、すでに決まっているスケジュールを確認し、記入する（学校、クラブ活動、家庭の用事など）。
5. 「日々の計画」（今日の大切なこと）欄に、今週のやることリストを参考にしながら、その日にやるべきことを記入する。
6. 日々の振り返り（達成度、今日のひと言反省、学習記録など）を行う。

目標（マイゴール）達成のために、勉強・部活で行うことを記入します。

今週のやることリストを作成したら、実行できたかどうか○、×、△も記入しましょう。

勉強や部活以外で、自分自身のためになること、自分の成長につながることを記入します。

家族や友人など、人のために、今週どんなことを行うかを計画します。

今週、教科別の勉強計画を立ててみましょう。

目標（マイゴール）達成のために今週やることリスト			
勉強・部活でやること		4月7日(月)	4月8日(火)
○	英単語50個ずつ覚える	9:00 始業式	9:00 入学式
△	数学問題集に取り組む		
○	部活に毎日行く		
		17:00 部活	17:00 部活
		○ 数 問題集	× 数 問題集
		○ 英単語	○ 塾の宿題
自分のためにできること		□	□
○	本を読む	□	□
△	なるべく早寝早起き	□	□
		□	□
人のためにできること		□	□
△	親の家事を手伝う	□	□
○	妹の宿題をみる	□	□
		□	□
教科別の計画と結果			
教科	内容	結果（10点満点）	
国語	古典文法復習	10	
英語	テキストを見る	8	
数学	問題集5ページやる	9	
歴史	プリント覚える	7	

日々の計画（今日の大切な予定）				
4月9日(水)	4月10日(木)	4月11日(金)	4月12日(土)	4月13日(日)
			8:00 部活	
			17:00 →	
			おじいちゃん家	泊まり
16:30 部活	16:30 部活	17:00 部活		17:00 塾
日々の計画（今日の大切なこと）				
○ 数 問題集	○ 数 問題集	× 数 問題集	○ 読書	○ 塾の宿題
○ 英単語	○ 英単語	○ 塾の宿題	□	× 読書
○ 古 文法	△ 歴 プリント	× 古 文法	□	□
□	□	□	□	□
□	□	□	□	□
□	□	□	□	□
□	□	□	□	□
□	□	□	□	□
□	□	□	□	□
日々の振り返り				
英単語を20個覚えた!	妹と一緒に1時間勉強した!	今日は塾の宿題しかできなかった!	おじいちゃんとおばあちゃんと会えてうれしかった!	読書ができなかった!
メモ				
		21日～の課題テスト時間割を確認する		

17：00～塾など、時間が決まっている予定（勉強の予定、友人や家族との約束など）を記入します。

今週やることリストを参考にしながら、その日にやること（勉強や宿題、部活のこと、自分のためになること、人のためになることなど）を計画し、記入しましょう。

日々の計画が実行できたか、□の欄に○、×、△も記入しましょう。

毎日、今日計画していたことができたかどうかや感じたことを振り返りながら記入しましょう。

©Franklin Planner Japan. All Rights Reserved.
©Franklin Planner Japan. All Rights Reserved.
©Franklin Planner Japan. All Rights Reserved.