「自分みがき(家庭学習)」 まんぷく表　＜　 　／　 　（月） ～ 　　／　　　（日）＞　　名前（　　　　　　　　　　　　）

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| おうちの人や先生に確認してもらおう。  印  【まんぷく表  の使い方】  ①　朝に  「目標時間」を決め、  「何時から何時までやるか」を□（しかく）でかこむ。  ②終わったら  「実際にやった時間」を  赤の□（しかく）でかこむ。  ③まんぷく度＜自己評価＞を赤の○（まる）でかこむ。  ※時間数だけでなく、内容もふまえて判断する。  ･･  [まんぷく]  十分できた。  …  [腹八分目]  まあまあできた。  …  [半分以下]  あまりできなかった。  ④「ひとこと」  反省や感想を書く。 | 日にち | | ＜例＞5/4 |  |  |  | 日にち | |  |  |  |  |
| 曜日 | | 月 | 月 | 火 | 水 | 曜日 | | 木 | 金 | 土 | 日 |
| 目標時間 | | ４時間 |  |  |  | 目標時間 | |  |  |  |  |
| ＡＭ ６  ７  ８  ９  １０  １１  １２  ＰＭ １  ２  ３  ４  ５  ６  ７  ８  ９  １０  １１ | ― |  |  |  |  | ＡＭ ６  ７  ８  ９  １０  １１  １２  ＰＭ １  ２  ３  ４  ５  ６  ７  ８  ９  １０  １１ | ― |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | 国語・算数  社会 |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | 自由研究  （ものづくり） |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| まんぷく度 | | ・・ | ・・ | ・・ | ・・ | まんぷく度 | | ・・ | ・・ | ・・ | ・・ |
| ひとこと | | 余分に1時間半もやった。おなかいっぱい。  がんばった。 |  |  | ひとこと |  | |  |  |  |  |

※小学校低学年の人は、おうちの人といっしょにやりましょう！

どれだけ頑張ったか、記録に残そう。自信になるよ 😊