

目標と生活習慣チェック表

今週の学級目標

--

今週の個人目標

--

生活習慣チェック

		／ (月)	／ (火)	／ (水)	／ (木)	／ (金)
1	昨日の学習時間	時間 分	時間 分	時間 分	時間 分	時間 分
2	昨日のメディア時間	時間 分	時間 分	時間 分	時間 分	時間 分
3	昨夜の就寝時刻	:	:	:	:	:
4	今朝の起床時刻	:	:	:	:	:
5	昨日から朝の排便					
6	朝食					
7	提出物					
8	宿題					
9	ハンカチ					
10	ティッシュ					
11	整髪					
12	爪					
13	洗顔					
14	服装					
15	整理・整頓					
16	あいさつ					
印						
17	清掃					
18	チャイム席					
19	歯磨き					
20	係りの仕事					
合計 (16で合格)						
印						

一週間の反省
