



令和2年度 世田谷区立尾山台中学校

せたがやタイム  
生活・学習・運動

月 日 (月) ~ 月 日 (金)

目 標	生活		起床時間 :
	学習		就寝時間 :
	運動		

1 週間の計画 ~時間を大切に使いましょう~ (自己評価…◎○△×)

	午前					午後					自己評価	できたことや 反省点など
	7時		12時			17時						
月												
火												
水												
木												
金												
【今週のふり返し】												
~来週の目標につなげていきましょう~												

【 年 組 番 氏名 】

