

Weekly Miraiz

《 週間未来図：学習計画表 》

氏名 [

] 確認印 []

今週の
目標→

小テスト・宿題・課題・提出物	
学 校	期日
☐	/
☐	/
☐	/
☐	/
☐	/
☐	/
☐	/

Miraiz	期日
☐	/
☐	/
☐	/
☐	/
☐	/
☐	/
☐	/
☐	/

学校と塾それぞれのテスト予定や課題を期日と共に把握しておく

予定されているテスト	目標点

	学校の予定	勉強の予定	1日の計画（勉強時間を塗る）	勉強時間	自己評価		
/	☐	☐	時間	5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24	予定	点数	/100
			予定		:	理由	
			実際		実際		
			他		:		
(月)	☐	☐	時間	5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24	予定	点数	/100
			予定		:	理由	
			実際		実際		
			他		:		
(火)	☐	☐	時間	5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24	予定	点数	/100
			予定		:	理由	
			実際		実際		
			他		:		
(水)	☐	☐	時間	5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24	予定	点数	/100
			予定		:	理由	
			実際		実際		
			他		:		
(木)	☐	☐	時間	5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24	予定	点数	/100
			予定		:	理由	
			実際		実際		
			他		:		
(金)	☐	☐	時間	5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24	予定	点数	/100
			予定		:	理由	
			実際		実際		
			他		:		
(土)	☐	☐	時間	5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24	予定	点数	/100
			予定		:	理由	
			実際		実際		
			他		:		
(日)	☐	☐	時間	5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24	予定	点数	/100
			予定		:	理由	
			実際		実際		
			他		:		
					週合計	:	

計画した勉強時間と、実際の勉強時間を塗り、1週間でどれだけ勉強したかを「見える化」する

「何の科目」の「どのテキスト」の「どの単元」または「どのページ」をやるのかを日別に計画し記入しておく
できたらチェック

学校の予定も合わせて把握しておき、事前に無理がありそうな日は調整しておく

その日をふり返り、計画と実行の差を明らかにして、自分自身をどう評価するか自己採点する

1週間の勉強時間を書く