夏休みの計画表をつくろう

夏休みの宿題や自分の予定などを、下のⒶ～Ⓔの５種類に分けて、ノートやいらない紙などにすべて書きだしましょう。予定を書きだしたら、下の計画表に入れていきます。

予定の分け方

Ⓐ 自分の予定／Ⓑ 家族の予定・家族との予定／Ⓒ 毎日する宿題／Ⓓドリルやプリントの宿題／Ⓔ その他の宿題

日付&曜日	Ⓐ 自分の予定	Ⓑ 家族の予定 家族との予定	Ⓒ 毎日する宿題			Ⓓドリルやプリントの宿題				Ⓔ その他の宿題
／（ ）										
／（ ）										
／（ ）										
／（ ）										
／（ ）										
／（ ）										
／（ ）										
／（ ）										
／（ ）										
／（ ）										
／（ ）										
／（ ）										
／（ ）										
／（ ）										
／（ ）										
／（ ）										
／（ ）										
／（ ）										
／（ ）										
／（ ）										

※ 計画表のつくりかたは、『大人になってこまらない マンガで身につく 自分コントロール』（金の星社）の 82～83 ページにのっています。

夏休みの計画表をつくろう

日付&曜日	Ⓐ自分の予定	Ⓑ家族の予定 家族との予定	Ⓒ毎日する宿題			Ⓓドリルやプリントの宿題				Ⓔその他の宿題
／　（　）										
／　（　）										
／　（　）										
／　（　）										
／　（　）										
／　（　）										
／　（　）										
／　（　）										
／　（　）										
／　（　）										
／　（　）										
／　（　）										
／　（　）										
／　（　）										
／　（　）										
／　（　）										
／　（　）										
／　（　）										
／　（　）										
／　（　）										
／　（　）										
／　（　）										
／　（　）										
／　（　）										
／　（　）										
／　（　）										
／　（　）										
／　（　）										
／　（　）										