

● 本日のタスクリスト

タくましい頭：学力面	スこやかな体：体力面	クじけない心：精神(非認知能力)面

● 本日のスケジュール

	6:00	7:00	8:00	9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00
タ												
ス												
ク												
	18:00	19:00	20:00	21:00	22:00	23:00	24:00	<p>● 本日の振り返り</p> <p>● タスク達成度： %</p> <p style="margin-left: 20px;">タくましい頭： %</p> <p style="margin-left: 20px;">スこやかな体： %</p> <p style="margin-left: 20px;">クじけない心： %</p> <p>● スケジュール： %</p> <p>● クリエイティブ： %</p>		<p>本日の自分に一言</p>		
タ												
ス												
ク												

●本日のタスクリスト

たくましい頭：学力面	スこやかな体：体力面	クじけない心：精神(非認知能力)面
A：英単語50単語暗記 B：一次方程式文章題30問 C：古文テキスト8ページ現代語訳 D：日本史(明治維新)大政奉還の小論文 E：化学実験結果プレゼン資料作成 <div style="border: 1px solid #007bff; border-radius: 10px; padding: 5px; width: fit-content; margin-top: 10px;"> アルファベットでなくてもOK! </div>	ア：早起き・早寝 イ：栄養のある食事 ウ：ゆっくりお風呂 エ：30分ジョギング オ：筋トレ (腕立て30、腹筋50、スクワット50)	1：60分間限定ゲーム(ガマン) 2：30分間限定YouTube(ガマン) 3：○○先生の本(やる気) 4：オンラインおしゃべり(コミュカ) 5：ぼ～っとする(自分見つめ)

●本日のスケジュール

	6:00	7:00	8:00	9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00
タ			ⓑ	ⓑ		D			C	A	E	E
ス	Ⓐ	ⓐ・ⓑ	ⓑ				イ					
ク	実行できたところは○で囲むのもいいね!				1		5	2				3
	18:00	19:00	20:00	21:00	22:00	23:00	24:00	<div style="background-color: #d9ead3; padding: 5px;"> ●本日の振り返り </div> <ul style="list-style-type: none"> ●タスク達成度： 85% <li style="margin-left: 20px;">たくましい頭： 75% <li style="margin-left: 20px;">スこやかな体： 100% <li style="margin-left: 20px;">クじけない心： 80% ●スケジュール： 90% ●クリエイティブ： 50% 		<div style="background-color: #d9ead3; padding: 5px;"> 本日の自分に一言 </div> 日本史の小論イマイチ 英単語は完ぺき! とにかく健康第一! そこはバッチリ!! 明日もガンバロー		
タ				A								
ス	エ	イ		ウ		ア						
ク			4	5	3							