



家庭学習時間記録表

秋田中央高校 進路指導部

年	組	番	氏名
---	---	---	----

月 日	起床時刻	食事時刻			就寝時刻	学習時間の合計 (h)	学習時間の累計 (h)	
		朝食	昼食	夕食				
【例】4月〇日	火	6:30	7:00	12:30	19:00	23:00	6	
【例】4月〇日	水	6:30	7:00	12:00	18:40	23:30	6	12
4月20日	月	:	:	:	:	:		
4月21日	火	:	:	:	:	:		
4月22日	水	:	:	:	:	:		
4月23日	木	:	:	:	:	:		
4月24日	金	:	:	:	:	:		
4月25日	土	:	:	:	:	:		
4月26日	日	:	:	:	:	:		
4月27日	月	:	:	:	:	:		
4月28日	火	:	:	:	:	:		
4月29日	水	:	:	:	:	:		
4月30日	木	:	:	:	:	:		
5月1日	金	:	:	:	:	:		
5月2日	土	:	:	:	:	:		
5月3日	日	:	:	:	:	:		
5月4日	月	:	:	:	:	:		
5月5日	火	:	:	:	:	:		
5月6日	水	:	:	:	:	:		

集計 時間

* 時間を有効に使い、主体的に学習しましょう。

* この記録表をHPでダウンロードし、印刷の上確実に記録を記入してください。印刷ができない場合には、後日登校時に転記できるよう、自分で記録をとっておいてください。

* 時刻は、24時間で記録してください。(例:午後7時→19:00)

* 休憩・中断時間は、学習時間の合計から除いてください。

* 提出日: 令和2年5月7日(木) 担任の先生に提出してください。