

①チーム名を決めて書こう

チーム名：

②メンバーの名前を書こう（すららのハンドルネームでもOK!）

★ (役割)  
★ (役割)

すららカップ期間中（12月1日～1月31日の62日間）にこれをやるぞ！宣言

名前： 宣言：

名前： 宣言：

名前： 宣言：



③目標とする、1人あたりの学習時間をつかもう！

### 【第15回すららカップ参考記録】

全国**1位**：

前回参考記録 173時間50分

全国**2位**：

前回参考記録 119時間34分

全国**3位**：

全国**4位**：前回参考記録 88時間06分

全国**5位**：前回参考記録 83時間45分

全国**6位**：前回参考記録 81時間04分

全国**7位**：前回参考記録 73時間47分

全国**8位**：前回参考記録 73時間29分

全国**9位**：前回参考記録 73時間01分

全国**10位**：前回参考記録 72時間04分

⋮

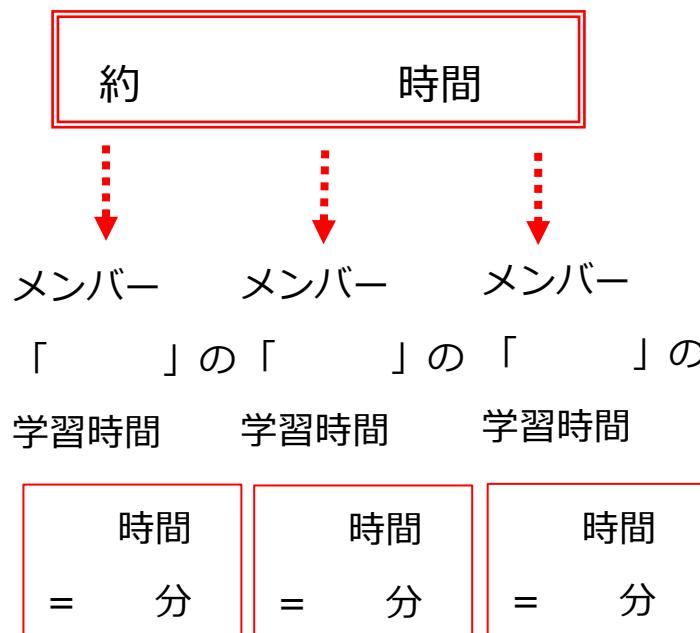
全国**20位**：前回参考記録 52時間12分  
(ここまでが入賞ライン！)

目標は  
 位入賞！

前回参考記録 メンバー人数

時間  分 ×  名  
II

入賞するための  
メンバーの2ヶ月間合計学習時間めやす



1日あたり 1日あたり 1日あたり

時間 =  分     時間 =  分     時間 =  分

この時間が達成できるスケジュールを組もう！

次回の振り返りタイムは

月 日 ( )  
: から : まで

④ 「やるぞ！宣言」と目安の学習時間から、学習するユニットの計画を立てよう！

12月の 目標
------------

メンバー名	日	月	火	水	木	金	土	週の目標合計学習時間	目標まで足りない時間	来週はこうする！	先生印
<b>12月</b>	1	2	3	4	5	6	7				
目標											
目標達成チェック								実際の合計学習時間	今週の一言反省	次回の振り返り日時	
プラスマイナス										日 時から	
	8	9	10	11	12	13	14	週の目標合計学習時間	目標まで足りない時間	来週はこうする！	先生印
目標											
目標達成チェック								実際の合計学習時間	今週の一言反省	次回の振り返り日時	
プラスマイナス										日 時から	
	15	16	17	18	19	20	21	週の目標合計学習時間	目標まで足りない時間	来週はこうする！	先生印
目標											
目標達成チェック								実際の合計学習時間	今週の一言反省	次回の振り返り日時	
プラスマイナス										日 時から	
	22	23	24	25	26	27	28	週の目標合計学習時間	目標まで足りない時間	来週はこうする！	先生印
目標											
目標達成チェック								実際の合計学習時間	今週の一言反省	次回の振り返り日時	
プラスマイナス										日 時から	
	29	30	31					週の目標合計学習時間	目標まで足りない時間	来週はこうする！	先生印
目標											
目標達成チェック								実際の合計学習時間	今週の一言反省	次回の振り返り日時	
プラスマイナス										日 時から	

12月の ふり返り
--------------

1月の 目標・決 意
------------------

先生 より
----------

1月の 目標
-----------

メンバー名	日	月	火	水	木	金	土	週の目標合計学習時間	目標まで足りない時間	来週はこうする！	先生印
<b>1月</b>	日	月	火	水	木	金	土	週の目標合計学習時間	目標まで足りない時間	来週はこうする！	先生印
目標											
目標達成チェック								実際の合計学習時間	今週の一言反省	次回の振り返り日時	
プラスマイナス										日 時から	
	5	6	7	8	9	10	11	週の目標合計学習時間	目標まで足りない時間	来週はこうする！	先生印
目標											
目標達成チェック								実際の合計学習時間	今週の一言反省	次回の振り返り日時	
プラスマイナス										日 時から	
	12	13	14	15	16	17	18	週の目標合計学習時間	目標まで足りない時間	来週はこうする！	先生印
目標											
目標達成チェック								実際の合計学習時間	今週の一言反省	次回の振り返り日時	
プラスマイナス										日 時から	
	19	20	21	22	23	24	25	週の目標合計学習時間	目標まで足りない時間	来週はこうする！	先生印
目標											
目標達成チェック								実際の合計学習時間	今週の一言反省	次回の振り返り日時	
プラスマイナス										日 時から	
	26	27	28	29	30	31		週の目標合計学習時間	目標まで足りない時間	来週はこうする！	先生印
目標											
目標達成チェック								実際の合計学習時間	今週の一言反省	次回の振り返り日時	
プラスマイナス										日 時から	

1月の  
ふり返り

2ヶ月間  
取り組んだ  
感想

先生  
より