

「久美高手帳」で充実した日々を！！

～「自己管理能力の養成」と「より充実した久美高ライフのために」～

久美浜高校では、今年度より「久美高手帳」を導入し、スケジュール管理をしています。

「手帳を使う」ことで、自ら学び・考え・行動できる「自己管理能力」を養い、また、「手帳の記入」を通して、日々の目標や計画を立て、行動を記録し、結果を振り返り、「より充実した久美高ライフを送るツール」として活用していきたいと思います。

☆手帳の使い方は、いろいろです。まずは、こんな所から始めています。☆

7つ道具として

1. SHRで手帳に書く（毎日）

明日の持ち物や予定変更など連絡事項を記入
委員会の集合日時・図書の貸し出し

2. 授業中に書く（毎日）

宿題や持ち物、小テストの実施日程、テスト範囲の記入

3. 係り活動・専門委員会で書く

クラスへの伝達事項を責任を持って記入、クラス代表としての自覚

4. 部活動で書く

ミーティングの内容、試合や練習の日程、連絡事項、
自己の課題や反省（良かった事・悪かったこと）

5. 自宅で手帳に書く

先生への質問や、自宅で次の日の持ち物・宿題の確認をする



6. 「1週間の振り返り」と「新しい目標」の設定

出来たこと、出来なかったことを週単位で振り返り、新しい目標を設定する

7. 学校以外では

友達との約束・待ち合わせ場所・時間

今日したこと、今日の振り返り、日記のように

※定期的なチェックがあります

もちろん私的な内容を書いても構いませんが、先生にも見られることを忘れないように使ってください

<より効果的に使うために、ホームルームでは次のような「手帳学習」も進めています>

「第1回 書くことの大切さを理解する」

「第2回 時間管理の重要性」

「第3回 自分の行動をコントロールする」

「第4回 行動を振り返るそして次にどうするかを考える」