

덕 대치코드

약점보완 1:1 학습관리 워크북 - Part 1

- Level A** 초등 1학년 이상 - 초등 4학년 이하
- Level B** 초등 5학년 이상 - 중등 1학년 이하
- Level C** 중등 2학년 이상 - 고등 1학년 이하
- Level D** 고등학교 2학년 이상

 **대치코드**

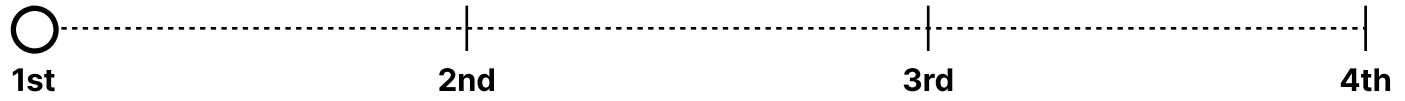
약점보완 1:1 학습관리 Part 1

학생 이름 /

관리 코드 / LM

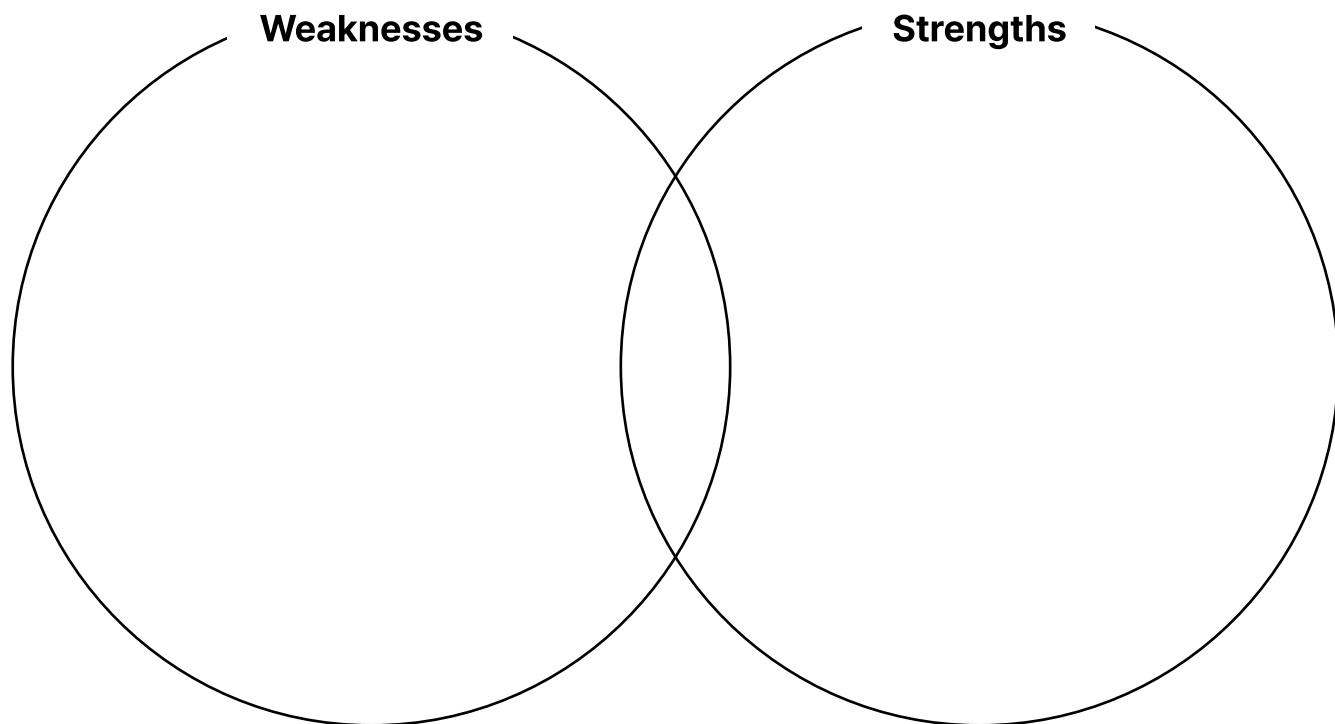
관리 기간 / ~

1. 학습관리 프로그램 일정 관리 - 1개월 차



- 1st - 오프라인 권장 / 학생, 학부모, 학습관리 컨설턴트 필참
- 2nd - 온라인 or 오프라인 선택 / 학생, 학습관리 컨설턴트 필참 (학부모 선택 참여)
- 3rd - 온라인 or 오프라인 선택 / 학생, 학습관리 컨설턴트 필참 (학부모 선택 참여)
- 4th - 오프라인 권장 / 학생, 학부모, 학습관리 컨설턴트 필참

2. 약점 보완 & 강점 강화



Contents sketch

- 3개월 단위
- 1개월 단위

3. 루틴 (Routine) 만들기



루틴, 규칙은 전보다 성장하기 위해 만드는 것입니다.
움직이는 이유로 사용하고, 잡아먹혀서 행동이 둔해지는 것을 경계합니다.

이번 달에 만들고 싶은 루틴

💡 만들고 싶은 루틴이 잘 떠오르지 않을 때는 아래 예시를 참고해서 만들어보세요

- **소재 예시 (What)** 수학, 영어, 운동, 휴식, 말하기, 글쓰기, 미술, 게임, 유튜브, 음악 ...
- **시기 예시 (When)** 매일 1회 30분, 매주 수요일 1시간, 매주 2회 1시간 씩, 격주 1회 3시간 ...
- **방법 예시 (How)** 듣기, 읽기, 말하기, 쓰기, 발표하기, 시험 치기, 녹화하기, 그림그리기 ...

루틴 예시

- 매주 화/금 저녁 8시 영어 과제 30분 이상 진행, 과제 직후 본문 관련 내용 검색
- 격주 수요일 저녁 식후 가족 산책 1시간 내외

4. 학습 습관 개선 매뉴얼



좋은 학습 습관을 만들기 위한 첫 단계는 구체적인 목표 설정과, 작은 행동 시작입니다. 스스로의 상황을 되돌아 보며 점진적으로 강도와 횟수를 늘려나가는 것으로 완성됩니다.

1. 목표 설정 & 구체화

막연한 목표 대신 구체적이고 측정 가능한 목표를 설정합니다.

예를 들어, "책 많이 읽기" 대신 "주 3회 30분 책읽기" 와 같이 설정합니다.

이 때, 목표를 달성 했을 때 나에게 좋은 점을 같이 생각해보면 좋습니다.

"내가 알고 있는 정보가 늘어난다", "내 말의 힘이 강해진다"

"체중 감량에 성공한다" 등의 구체적인 이점입니다.

2. 작은 행동부터 시작

처음부터 큰 목표를 달성하려고 하면 부담스러워 포기하기 쉽습니다.

작은 행동부터 시작해 점진적으로 늘려나가는 것이 좋습니다.

예를 들어, 매일 10분 독서를 목표로 했다면, 처음에는 5분만 읽고 점차 늘려나가는 것이 좋습니다.

이 때, 일상 속에 이미 존재하는 루틴과 이어붙이는 것도 좋은 요령입니다.

3. 환경 조성 직접 하기

습관을 만들기 위한 환경을 조성하는 것은 상당히 중요합니다.

예를 들어, 운동 습관을 만들고 싶다면, 운동복과 운동화를 눈에 잘 띄는 곳에 준비해 둡니다.

그리고 반드시 나한테 도움되는 방향을 **직접 생각해보고** 실행에 옮겨보세요

내가 직접 만든 환경과 규칙이 가장 효과가 좋습니다.

겪어 보면서 지속적으로 생각하고, 계속 발전시켜서 나에게 잘 맞게 만들어야 합니다.

4. 보상과 칭찬

습관을 만들 때, 목표를 달성했을 때 스스로에게 보상을 주고 칭찬해 주는 것이 중요합니다. 예를 들어, 운동 목표를 달성했을 때 좋아하는 음식을 먹거나, 영화를 보는 등으로 보상합니다. 이 또한 직접 설정하는 것이 가장 효과가 좋습니다. 막막한 경우 부모님 두분이 잘 도와주시면 좋는데, '제안'에서 멈추시고 최종 결정은 학생이 직접 하고, 그로 인한 장단점도 몸소 느끼고 생각할 수 있게 기다려주세요.

5. 주변 사람에게 협력 요청하기

가족이나 친구에게 습관 만들기를 도와달라고 부탁하거나, 함께 습관을 만들 사람을 찾는 것도 좋은 방법입니다. 사람들과의 응원과 격려는 습관 형성에 큰 도움이 됩니다.

6. 피드백과 점검

자신의 습관 형성 과정을 주기적으로 점검하고, 필요하다면 전략을 수정합니다. 목표 완료도를 점검하고, 달성하지 못한 부분은 원인을 분석하여 개선합니다. 지금은 혼자서 원인분석, 개선방안 구축에 어려움이 있을 수 있습니다. 막막할 때는 학습관리 컨설턴트와 부모님께 도움을 요청해보세요 :)

7. 꾸준함과 끈기

습관을 만드는 데는 적지 않은 시간이 걸립니다. 꾸준히 실천하고, 예상과 다르더라도 좌절하지 않고 다시 시작하는 것이 가장 중요합니다. 실패라는 인식보다 경험이라는 인식을 지속적으로 되뇌이고, 긍정적인 태도를 유지합시다.

5. 주간 학습 관리

목표 및 성과 중점 주간 계획표 _____ 관리 기간: ~

구분	활동	예상시간	실제시간	완료도 (0~100)
				○○○○○○○○○○○○
				○○○○○○○○○○○○
				○○○○○○○○○○○○
				○○○○○○○○○○○○
				○○○○○○○○○○○○
주간 총 완료도 (%)				%



주간 목표는 학교/학원 숙제 등 타인에게 추천받은 내용과 함께 스스로 해내고 싶은 것, 해보고 싶은 것을 적절히 섞어서 기록하는 것을 추천 합니다. 내가 원하는 것과 세상이 원하는 것, 둘 다 멋지게 완주합시다. 본인이 원하는 게 많다면 학교/학원 숙제는 일일 학습 관리 공간에만 기록하는 것도 좋습니다.

시간 중점 주간 계획표 _____

	일	월	화	수	목	금	토
06:00							
08:00							
10:00							
12:00							
14:00							
16:00							
18:00							
20:00							
22:00							
24:00							
02:00							
04:00							

5. 주간 학습 관리

목표 및 성과 중점 주간 계획표 _____ 관리 기간: ~

구분	활동	예상시간	실제시간	완료도 (0~100)
				○○○○○○○○○○○○
				○○○○○○○○○○○○
				○○○○○○○○○○○○
				○○○○○○○○○○○○
				○○○○○○○○○○○○
주간 총 완료도 (%)				%



주간 목표는 학교/학원 숙제 등 타인에게 추천받은 내용과 함께 스스로 해내고 싶은 것, 해보고 싶은 것을 적절히 섞어서 기록하는 것을 추천 합니다. 내가 원하는 것과 세상이 원하는 것, 둘 다 멋지게 완주합시다. 본인이 원하는 게 많다면 학교/학원 숙제는 일일 학습 관리 공간에만 기록하는 것도 좋습니다.

시간 중점 주간 계획표 _____

	일	월	화	수	목	금	토
06:00							
08:00							
10:00							
12:00							
14:00							
16:00							
18:00							
20:00							
22:00							
24:00							
02:00							
04:00							

일일 학습 관리

기록 날짜: . . / Day +

기록 시작시간:

Yesterday Feedback

어제의 성찰 / 되돌아보기

- 수학이 예상보다 30분 더걸렸다.
- 수학 때문에 영어도 다 못했다.
- 산책이 재밌었다.

오늘의 다짐 / 나아가기

- (후보) 수학 숙제 30분 더 일찍 시작해야지
- (후보) 영어 먼저 해야지
- (후보) 어제보다 더 집중해야지



하루하루의 다짐은 매번 같지 않아도 괜찮아요. 방법이 맞다/틀리다에 얽매이지 말고 직접 지난 일에 대해서 생각하고, 생각한 것을 행동으로 옮기는 과정을 많이 경험하는 것이 핵심입니다.

Today Planning & Check

과목	활동	예상시간	실제시간	완료도	집중도
수학	중1 썬, p38-41, 약 20문제	40분	40분	○○○●○	■■■■■
독서	내 몸 사용설명서, 자기전에 읽기	30분		○○○●○	■■■■■
영어	단어외우기, 30개, 점심먹고	30분	30분	○○○○●	■■■■■
운동	저녁먹고 가족 다같이 산책+러닝	40분	30분	○○○●○	■■■■■
				○○○○○	■■■■■
				○○○○○	■■■■■
평균 완료도 및 집중도, 숫자로 계산 후 기록				%	%



가능한 아침에, 늦어도 점심먹기 전에 오늘의 계획들을 적어보세요
파란색은 진행하기 전에 적고, 빨간색은 진행한 다음 (또는 하루를 끝낼 때) 적어주세요

일일 학습 관리

기록 날짜: . . / Day +

기록 시작시간:

Yesterday Feedback

어제의 성찰 / 되돌아보기

오늘의 다짐 / 나아가기

Today Planning & Check

과목	활동	예상시간	실제시간	완료도	집중도
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
평균 완료도 및 집중도, 숫자로 계산 후 기록				%	%

일일 학습 관리

기록 날짜: . . / Day +

기록 시작시간:

Yesterday Feedback

어제의 성찰 / 되돌아보기

오늘의 다짐 / 나아가기

Today Planning & Check

과목	활동	예상시간	실제시간	완료도	집중도
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
평균 완료도 및 집중도, 숫자로 계산 후 기록				%	%

일일 학습 관리

기록 날짜: . . / Day +

기록 시작시간:

Yesterday Feedback

어제의 성찰 / 되돌아보기

오늘의 다짐 / 나아가기

Today Planning & Check

과목	활동	예상시간	실제시간	완료도	집중도
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
평균 완료도 및 집중도, 숫자로 계산 후 기록				%	%

일일 학습 관리

기록 날짜: . . / Day +

기록 시작시간:

Yesterday Feedback

어제의 성찰 / 되돌아보기

오늘의 다짐 / 나아가기

Today Planning & Check

과목	활동	예상시간	실제시간	완료도	집중도
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
평균 완료도 및 집중도, 숫자로 계산 후 기록				%	%

일일 학습 관리

기록 날짜: . . / Day +

기록 시작시간:

Yesterday Feedback

어제의 성찰 / 되돌아보기

오늘의 다짐 / 나아가기

Today Planning & Check

과목	활동	예상시간	실제시간	완료도	집중도
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
평균 완료도 및 집중도, 숫자로 계산 후 기록				%	%

일일 학습 관리

기록 날짜: . . / Day +

기록 시작시간:

Yesterday Feedback

어제의 성찰 / 되돌아보기

오늘의 다짐 / 나아가기

Today Planning & Check

과목	활동	예상시간	실제시간	완료도	집중도
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
평균 완료도 및 집중도, 숫자로 계산 후 기록				%	%

일일 학습 관리

기록 날짜: . . / Day +

기록 시작시간:

Yesterday Feedback

어제의 성찰 / 되돌아보기

오늘의 다짐 / 나아가기

Today Planning & Check

과목	활동	예상시간	실제시간	완료도	집중도
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
평균 완료도 및 집중도, 숫자로 계산 후 기록				%	%

일일 학습 관리

기록 날짜: . . / Day +

기록 시작시간:

Yesterday Feedback

어제의 성찰 / 되돌아보기

오늘의 다짐 / 나아가기

Today Planning & Check

과목	활동	예상시간	실제시간	완료도	집중도
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
평균 완료도 및 집중도, 숫자로 계산 후 기록				%	%

일일 학습 관리

기록 날짜: . . / Day +

기록 시작시간:

Yesterday Feedback

어제의 성찰 / 되돌아보기

오늘의 다짐 / 나아가기

Today Planning & Check

과목	활동	예상시간	실제시간	완료도	집중도
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
평균 완료도 및 집중도, 숫자로 계산 후 기록				%	%

일일 학습 관리

기록 날짜: . . / Day +

기록 시작시간:

Yesterday Feedback

어제의 성찰 / 되돌아보기

오늘의 다짐 / 나아가기

Today Planning & Check

과목	활동	예상시간	실제시간	완료도	집중도
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
평균 완료도 및 집중도, 숫자로 계산 후 기록				%	%

일일 학습 관리

기록 날짜: . . / Day +

기록 시작시간:

Yesterday Feedback

어제의 성찰 / 되돌아보기

오늘의 다짐 / 나아가기

Today Planning & Check

과목	활동	예상시간	실제시간	완료도	집중도
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
평균 완료도 및 집중도, 숫자로 계산 후 기록				%	%

일일 학습 관리

기록 날짜: . . / Day +

기록 시작시간:

Yesterday Feedback

어제의 성찰 / 되돌아보기

오늘의 다짐 / 나아가기

Today Planning & Check

과목	활동	예상시간	실제시간	완료도	집중도
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
평균 완료도 및 집중도, 숫자로 계산 후 기록				%	%

일일 학습 관리

기록 날짜: . . / Day +

기록 시작시간:

Yesterday Feedback

어제의 성찰 / 되돌아보기

오늘의 다짐 / 나아가기

Today Planning & Check

과목	활동	예상시간	실제시간	완료도	집중도
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
평균 완료도 및 집중도, 숫자로 계산 후 기록				%	%

일일 학습 관리

기록 날짜: . . / Day +

기록 시작시간:

Yesterday Feedback

어제의 성찰 / 되돌아보기

오늘의 다짐 / 나아가기

Today Planning & Check

과목	활동	예상시간	실제시간	완료도	집중도
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
평균 완료도 및 집중도, 숫자로 계산 후 기록				%	%

일일 학습 관리

기록 날짜: . . / Day +

기록 시작시간:

Yesterday Feedback

어제의 성찰 / 되돌아보기

오늘의 다짐 / 나아가기

Today Planning & Check

과목	활동	예상시간	실제시간	완료도	집중도
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
평균 완료도 및 집중도, 숫자로 계산 후 기록				%	%

일일 학습 관리

기록 날짜: . . / Day +

기록 시작시간:

Yesterday Feedback

어제의 성찰 / 되돌아보기

오늘의 다짐 / 나아가기

Today Planning & Check

과목	활동	예상시간	실제시간	완료도	집중도
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
평균 완료도 및 집중도, 숫자로 계산 후 기록				%	%

일일 학습 관리

기록 날짜: . . / Day +

기록 시작시간:

Yesterday Feedback

어제의 성찰 / 되돌아보기

오늘의 다짐 / 나아가기

Today Planning & Check

과목	활동	예상시간	실제시간	완료도	집중도
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
평균 완료도 및 집중도, 숫자로 계산 후 기록				%	%

일일 학습 관리

기록 날짜: . . / Day +

기록 시작시간:

Yesterday Feedback

어제의 성찰 / 되돌아보기

오늘의 다짐 / 나아가기

Today Planning & Check

과목	활동	예상시간	실제시간	완료도	집중도
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
평균 완료도 및 집중도, 숫자로 계산 후 기록				%	%

일일 학습 관리

기록 날짜: . . / Day +

기록 시작시간:

Yesterday Feedback

어제의 성찰 / 되돌아보기

오늘의 다짐 / 나아가기

Today Planning & Check

과목	활동	예상시간	실제시간	완료도	집중도
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
평균 완료도 및 집중도, 숫자로 계산 후 기록				%	%

일일 학습 관리

기록 날짜: . . / Day +

기록 시작시간:

Yesterday Feedback

어제의 성찰 / 되돌아보기

오늘의 다짐 / 나아가기

Today Planning & Check

과목	활동	예상시간	실제시간	완료도	집중도
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
평균 완료도 및 집중도, 숫자로 계산 후 기록				%	%

일일 학습 관리

기록 날짜: . . / Day +

기록 시작시간:

Yesterday Feedback

어제의 성찰 / 되돌아보기

오늘의 다짐 / 나아가기

Today Planning & Check

과목	활동	예상시간	실제시간	완료도	집중도
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
평균 완료도 및 집중도, 숫자로 계산 후 기록				%	%

일일 학습 관리

기록 날짜: . . / Day +

기록 시작시간:

Yesterday Feedback

어제의 성찰 / 되돌아보기

오늘의 다짐 / 나아가기

Today Planning & Check

과목	활동	예상시간	실제시간	완료도	집중도
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
평균 완료도 및 집중도, 숫자로 계산 후 기록				%	%

일일 학습 관리

기록 날짜: . . / Day +

기록 시작시간:

Yesterday Feedback

어제의 성찰 / 되돌아보기

오늘의 다짐 / 나아가기

Today Planning & Check

과목	활동	예상시간	실제시간	완료도	집중도
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
평균 완료도 및 집중도, 숫자로 계산 후 기록				%	%

일일 학습 관리

기록 날짜: . . / Day +

기록 시작시간:

Yesterday Feedback

어제의 성찰 / 되돌아보기

오늘의 다짐 / 나아가기

Today Planning & Check

과목	활동	예상시간	실제시간	완료도	집중도
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
평균 완료도 및 집중도, 숫자로 계산 후 기록				%	%

일일 학습 관리

기록 날짜: . . / Day +

기록 시작시간:

Yesterday Feedback

어제의 성찰 / 되돌아보기

오늘의 다짐 / 나아가기

Today Planning & Check

과목	활동	예상시간	실제시간	완료도	집중도
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
평균 완료도 및 집중도, 숫자로 계산 후 기록				%	%

일일 학습 관리

기록 날짜: . . / Day +

기록 시작시간:

Yesterday Feedback

어제의 성찰 / 되돌아보기

오늘의 다짐 / 나아가기

Today Planning & Check

과목	활동	예상시간	실제시간	완료도	집중도
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
평균 완료도 및 집중도, 숫자로 계산 후 기록				%	%

일일 학습 관리

기록 날짜: . . / Day +

기록 시작시간:

Yesterday Feedback

어제의 성찰 / 되돌아보기

오늘의 다짐 / 나아가기

Today Planning & Check

과목	활동	예상시간	실제시간	완료도	집중도
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
평균 완료도 및 집중도, 숫자로 계산 후 기록				%	%

일일 학습 관리

기록 날짜: . . / Day +

기록 시작시간:

Yesterday Feedback

어제의 성찰 / 되돌아보기

오늘의 다짐 / 나아가기

Today Planning & Check

과목	활동	예상시간	실제시간	완료도	집중도
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
평균 완료도 및 집중도, 숫자로 계산 후 기록				%	%

일일 학습 관리

기록 날짜: . . / Day +

기록 시작시간:

Yesterday Feedback

어제의 성찰 / 되돌아보기

오늘의 다짐 / 나아가기

Today Planning & Check

과목	활동	예상시간	실제시간	완료도	집중도
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
평균 완료도 및 집중도, 숫자로 계산 후 기록				%	%

일일 학습 관리

기록 날짜: . . / Day +

기록 시작시간:

Yesterday Feedback

어제의 성찰 / 되돌아보기

오늘의 다짐 / 나아가기

Today Planning & Check

과목	활동	예상시간	실제시간	완료도	집중도
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
평균 완료도 및 집중도, 숫자로 계산 후 기록				%	%

일일 학습 관리

기록 날짜: . . / Day +

기록 시작시간:

Yesterday Feedback

어제의 성찰 / 되돌아보기

오늘의 다짐 / 나아가기

Today Planning & Check

과목	활동	예상시간	실제시간	완료도	집중도
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
				○○○○○	□□□□□
평균 완료도 및 집중도, 숫자로 계산 후 기록				%	%

1st month Archivement / 1개월 갈무리



스스로를 위한 하루하루가 쌓여 어느새 한달이 지났습니다. 제대로 결과를 마주해봅시다. 결과를 볼 때는 타인을 쳐다보지 마세요. '나의 모습이 어떻게 변화 했는지'를 먼저 보세요.

1개월차 진행 기간 : ~

	Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
Week 1	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
Week 2	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
Week 3	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
Week 4	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
Week 5	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
Week 6	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>

1개월차 총 수행율

1개월차 과제 평균 완료도

/ = %

%

지난 달의 성찰 / 되돌아보기

이번 달의 다짐 / 나아가기

