

テーマ1 効果をもてる学習スタンス

① 学習状況を振り返ろう

- ・ 講義の受講状況
- ・ 1週間の学習状況

② 効率的な学習方法とは

- ・ 学習は規則的に行おう！
- ・ 学習スケジュールの立て方
- ・ スキマ時間の活用法

③ 学習の遅れを取り戻すには

- ・ 受講が遅れている講義についての視聴スケジュールの立て方

④ モチベーションを上げるには

- ・ 数値を目標としよう！

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
6:00							
7:00							
8:00							
9:00							
10:00							
11:00							
12:00							
13:00							
14:00							
15:00							
16:00							
17:00							
18:00							
19:00							
20:00							
21:00							
22:00							
23:00							
0:00							