

자기주도적 학습 능력 향상을 위한 1~6월 계획표

Do list		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
정의적 영역	좋은 글																															
	좋은 생각																															
인지적 영역	전공체육 80점	강의 듣기																														
		노트 정리하기																														
		기출문제 풀기																														
	교육학 20점	강의 듣기 & 교재 읽기																														
노트 정리하기																																
심동적 영역	제지방 ↑ + 체지방 ↓ 40분																															
	육상 보강 운동 5분																															
	체조 보강 운동 5분																															
	구기 종목 및 무용 10분																															
	스트레칭 (항상!)																															
습관	화장실 가기(number two)																															
	취침(낮잠-30분)																															
	식사	아침																														
		점심																														
저녁																																
오늘 공부한 것 생각해 보기 10분																																