ワークシート · Student Wyckoff · 私の一日

小学一年生のできたこと日記：個人用の記録シート

公開日: 2026-10-25

小学校に入った頃は、学んだことを一言書くか絵にするだけで十分です。大人が問いを読み上げても、子ども自身の言葉を残します。自分で通学かばんを準備した、二つの答えを確認したなど、今日の一歩を以前の経験と比べます。この目的に星の数や同級生との比較は必要ありません。

別の印刷用シートには、日付、小さな達成、例や絵、役立った支援、次の一歩があります。これは子どもの個人的な日記です。正式なポートフォリオの項目や評価のルールは学校と確認してください。この任意のシートが自動的に代わりになるわけではありません。

名前 / プロジェクト: _____

空欄に自分の例を書いてください。

日付	できた小さなこと	例・絵	役立ったこと	次に試すこと
例：月曜日	自分で通学かばんを確認した	持ち物リストを見せた	玄関のメモ	明日もう一度確認する

出典

- The Open University - Reflective learning
  https://help.open.ac.uk/strategic-study-techniques/reflective-learning
- UC Berkeley Greater Good in Action - Gratitude Journal
  https://ggia.berkeley.edu/practice/gratitude_journal

- APA Dictionary of Psychology - Self-reflection
  https://dictionary.apa.org/self-reflection
- The Open University - What is reflection?
  https://www.open.edu/openlearn/education-development/learning-how-learn/content-section-9.2
- И. Н. Семенов, К. С. Серегин - Рефлексивность личности и мышления субъекта, НИУ ВШЭ
  https://publications.hse.ru/chapters/751517696

Student Wyckoff · https://studentwyckoffshop.app/ja/blog/2026-10-25/reflection-and-personal-journal#first-school-achievement-journal