

주간 플래너

주는 **분량을 배분하는 단위**입니다. 월요일에 한 번 채우고, 매일은 일간 플래너만 쓰세요.

기간 _____ D- _____ 이번 주 한 문장 _____

이번 주 끝낼 분량 3가지 4개 이상 적으면 대부분 지켜지지 않습니다

1

2

3

요일별 배분 고정 일정(학교·학원·루틴)을 먼저 적고, 남은 칸에만 분량을 넣습니다

	고정 일정	이번 주 분량에서 오늘 할 몫	순공시간	달성
월				
화				
수				
목				
금				
토				
일				

주간 회고 다음 주에 바꿀 것은 하나만 고르세요

총 순공시간

목표 달성률

다음 주에 딱 하나 바꿀 것
