

日期Date

完成奖励Reward

☐

☐

未完成惩罚Punishment

☐

☐

课程学习

☒课程名称1

☐

☐

☐

☒课程名称2

☐

☐

☐

☒课程名称3

☐

☐

☐

☒课程名称4

☐

☐

☐

☒课程名称5

☐

☐

☐

☒课程名称6

☐

☐

☐

☒课程名称7

☐

☐

☐

📖 课外阅读

- ☐
- ☐
- ☐
- ☐

课余生活

☆ 学生会

- ☐
- ☐
- ☐

✍️ 学院组织

- ☐
- ☐
- ☐

💡 社团

- ☐
- ☐
- ☐

👍课后实践活动

☐☐☐