

家庭学習 時間割表(例)

★今週の目標(学習面と生活面の両方記入しましょう)★

- ・決まった時刻に起床・就寝する。
- ・教科書を大きな声で音読する。
- ・e ライブラリの問題で満点を取れるまで繰り返す。

| | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 |
|------------------|---------------------------------------|--|---|--|--|
| 起床時刻 | 7:30 | 6:30 | 7:25 | 6:40 | 7:20 |
| 就寝時刻 | 21:30 | 21:45 | 21:00 | 21:30 | 21:20 |
| 体温 | 36.6℃ | 36.5℃ | 36.7℃ | 36.4℃ | 36.6℃ |
| 8:30 | 「TOKYO おはようスクール」 を視聴する。 | 「TOKYO おはようスクール」 を視聴する。 | 「TOKYO おはようスクール」 を視聴する。 | 「TOKYO おはようスクール」 を視聴する。 | 「TOKYO おはようスクール」 を視聴する。 |
| 9:00 | | | | | |
| 9:05 | 【国語】 教科書を音読する。 | 【社会】 プリントを解く。 | 【理科】 「NHK for school」 を見てノートにまとめる | 【音楽】 クラシックを聴き、 感想を書く。 | 【算数・数学】 e ライブラリを解く。 |
| 9:45 | | | | | |
| 9:50 | 【社会】 教科書を読み、 ノートにまとめる。 | 【外国語】 教科書を音読する。 | 【国語】 漢字の書き取りを行う。 | 【理科】 e ライブラリを解く。 | 【社会】 歴史的人物をノートに まとめる。 |
| 10:30 | | | | | |
| 10:35 | 【算数・数学】 問題をノートに解く。 | 【理科】 教科書を読み、 ノートを作成する。 | 【算数・数学】 東京バージョンドリルを 解く。 | 【外国語】 教科書の単語を覚え る。 | 【体育・保健体育】 教科書を読む。 |
| 11:15 | | | | | |
| 11:20 | 【外国語】 教科書の新出単語をま とめる。 | 【図工・美術】 自画像を描く。 | 【技術・家庭(家庭分野)】 昼食を作り、調理 ノートを作成する。 | 【国語】 読書をして、感想文を 書く。 | 【外国語】 教科書の英文を和訳 する。 |
| 12:00 | | | | | |
| ≪運動≫ 時間 内容 | 13:00~13:40 〔内容〕 ・ストレッチ ・縄跳び | 7:00~8:00 〔内容〕 ・ラジオ体操 ・筋肉トレーニング | 14:30~15:30 〔内容〕 ・ストレッチ ・ボールリフティング | 7:10~8:00 〔内容〕 ・ラジオ体操 ・バット素振り | 15:00~16:00 〔内容〕 ・ストレッチ ・筋肉トレーニング |
| 振り返り ◎ ○ △ | ○ | ◎ | △ | ○ | ◎ |
| 保護者 確認欄 | 印またはサイン | 印またはサイン | 印またはサイン | 印またはサイン | 印またはサイン |

★今週の振り返り★

- ・毎日体を動かすことができた。
- ・歴史上の人物について年表を作成しながら、まとめることができた。

※学習する教科を【 】の中に書き、その下に内容を記入しましょう。

※学習内容や生活面の振り返りを行いましょ。 ◎:よくできた ○:できた △:もう少し

※おうちの方に確認してもらったら確認欄に印またはサインをもらいましょう。