

おうちの
ひとと
いっしょに
きめよう!

1にちの すごしかた

シート

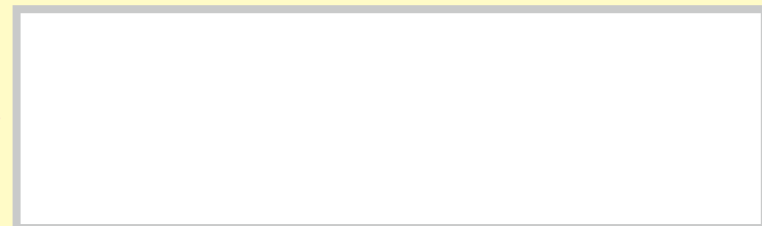
いつ ^{ぜつと}かいや がっこうの しゅくだいを する?
1にちの すごしかたを かんがえて みよう!



5 6 7 8 9 10 11 12 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10(じ)



まいにちの もくひょうや
おうちの ひとからの ^{めっせえじ}メッセージなど
じゆうに かいてね!



「1にちのすごしかたシート」の使い方

1日のタイムスケジュールを保護者の方とお子さまと一緒に書き込むシートです。

1日の過ごし方をお子さま自身が意識し、学習に使える時間の把握や、「次に何をすべきか」を自ら判断する力を身につけるのに役立ちます。

実際の生活時間を意識しながら書き込んでみてください。

習いごとがある日・ない日、平日・休日など、2パターンのタイムスケジュールを設定できるようになっています。パターンに応じて、何の日か書き込んで使ってください。

2パターンで足りない場合やスケジュールが変わった場合などはPDF版をプリントアウトしてお使いください。

※PDF版は右のコードからアクセスできます。



テレビ、ゲーム、読書など趣味の時間も時間を区切って決めておくといでしょう。シートを見ながら「Z会が終わったらテレビだよ」など声かけをすることでモチベーションにつながりますし、終わりの時間が決まっていることでけじめをつけやすくなります。

うちのひと いっしょに きめよう!

1にちのすごしかたシート

いつ ^{ゼット}かいや がっこうの しゅくだいを する?
1にちの すごしかたを かんがえて みよう!

	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10(日)
 ひあのの ひ すいみん	じこ	じこ	じこ	じこ	じこ	じこ	じこ	じこ	じこ	じこ	じこ	じこ	じこ	じこ	じこ	じこ	じこ	じこ
 びようひ すいみん	じこ	じこ	じこ	じこ	じこ	じこ	じこ	じこ	じこ	じこ	じこ	じこ	じこ	じこ	じこ	じこ	じこ	じこ

まいにちの もくひょうや
うちの ひとからの メッセージなど
じゆうに かいてね!

低学年のうちは保護者の方がかわらなくてはならない宿題が多く出ます。極力保護者の方が時間を取れる時間にやりましょう。

適度に休憩時間や趣味の時間などを挟んでゆとりをもたせましょう。

毎日の目標やおうちの人からの応援メッセージを書くなど、自由に使ってください。

書き込んだら、壁などお子さま自身が見えるところに貼って、毎日確認しましょう!