

1年生

かていがくしゅうじかんわりひょう
家庭学習時間割表

例

※書き込んである時間割は、例です。自分で学習の計画を立てて取り組みましょう。

☆今週の目標 (学習面、生活面の両方とも書きましょう。)

がくしゅう：じかんわりをたてて、じかんをまもってがくしゅうする。
せいかつ：はやねはやおきをして、ごはんをしっかりたべる。

まいにち おきた時刻、ねた時刻を
書きましょう。

	月	火	水	木	金
起床時刻	:	:	:	:	:
就寝時刻	:	:	:	:	:
8:30 ~ 9:00	【あさのかつどう】 「TOKYO おはようスクール」を見る。 白丘ストレッチ など				
9:00 ~ 9:30	【しよしゃタイム】 えんぴつのもちかたにきをつけて、せんをかいたり、なまえをかいたりしよう。				
9:40 ~ 10:25	【 】	【 】	あいているところは自分で好きな時間割をたてましょう。 読書、NHK for School を見る、お手伝いなど。		
10:45 ~ 11:30	【さんすう】 がっこうの かだい	【こくご】 がっこうの かだい	【おんがく】 「がんばれがんばれ」 をうたう	【ずこう】 おりがみ えをかく	【さんすう】 がっこうの かだい
11:40 ~ 12:25	【 】	【 】	【 】	【 】	【 】
13:40 ~ 14:25	【たいいく】 がっこうの かだい	【せいかつ】 がっこうの かだい	【たいいく】 がっこうの かだい	【どうとく】 NHK for Schoolを見る	【たいいく】 がっこうの かだい
ふりかえり					
お家の人の サイン					

振り返し ◎：よくできた ○：できた △：もうすこし

ふりかえりをしましょう。
サインもお願いします。

☆今週の目標の振り返し

Blank box for writing the goal of the week.

1年生

かていがくしゅうじかんわりひょう 家庭学習時間割表

※書き込んである時間割は、例です。自分で学習の計画を立てて取り組みましょう。

☆今週の目標（学習面、生活面の両方とも書きましょう。）

がくしゅう： せいかつ：

	月	火	水	木	金
起床時刻	:	:	:	:	:
就寝時刻	:	:	:	:	:
8:30 ～ 9:00	【あさのかつどう】 「TOKYO おはようスクール」を見る。 白丘ストレッチ など				
9:00 ～ 9:30	【しよしゃタイム】 えんぴつのもちかたにきをつけて、せんをかいたり、なまえをかいたりしよう。				
9:40 ～ 10:25	【 】	【 】	【 】	【 】	【 】
10:45 ～ 11:30	【さんすう】 がっこうの かだい	【こくご】 がっこうの かだい	【おんがく】	【ずこう】	【さんすう】 がっこうの かだい
11:40 ～ 12:25	【 】	【 】	【 】	【 】	【 】
13:40 ～ 14:25	【たいいく】 がっこうの かだい	【せいかつ】 がっこうの かだい	【たいいく】 がっこうの かだい	【こくご】 どくしょ	【たいいく】 がっこうの かだい
ふかえり 振り返り					
お家の人の サイン					

振り返り ◎：よくできた ○：できた △：もうすこし

☆今週の目標の振り返り

--

「家庭学習時間割表」の使い方

生活のリズムを整えて、学習習慣をくずさないようにしよう！

- ① 今週の目標を決めて書きましょう。学習面、生活面どちらも一つは書きましょう。
- ② HPにのっている学習課題をやる日時を決めて、書きましょう。
- ③ 空いた時間は、自分でやることを決めましょう。

(例) 【国語】読書タイム 夏目漱石『吾輩は猫である』

【道徳】NHK for School「ココロ部!」を見て、自分の意見を書く。

【家庭科】洋服ダンスの衣替えをする。

お家のお手伝いや読書、様々なコンテンツを利用した学習などに取り組みましょう。

(お手伝いは、お家の人と相談して決めましょう。)

- ④ 一日ごとに振り返りをして、お家の人に見てもらいましょう。金曜日には、その週の振り返りを書きましょ
う。

※低学年の皆さんは、お家の人と相談してスケジュールを組み立てましょうね。

【保護者の皆様へ】

- ・ お子様の生活のリズムを整え、学習習慣を崩さないようにすることが「家庭学習時間割表」の目的です。学校の生活時程に合わせて5時間目まで組んでありますが、お子様が進んで学習に取り組めるように、時間数を減らすなど柔軟にご活用ください。
- ・ お子様の発達段階に応じて、計画や学習への支援をお願いいたします。
- ・ 毎日や週末の振り返りの確認をお願いいたします。