

かていがくしゅうじかんわりひょう  
**家庭学習時間割表**

☆今週の目標（学習面、生活面の両方とも書きましょう。）

--

	月	火	水	木	金
起床時刻	:	:	:	:	:
就寝時刻	:	:	:	:	:
体温	℃	℃	℃	℃	℃
8:45 ~ 9:30	【    】	【    】	【    】	【    】	【    】
9:40 ~ 10:25	【    】	【    】	【    】	【    】	【    】
10:45 ~ 11:30	【    】	【    】	【    】	【    】	【    】
11:40 ~ 12:25	【    】	【    】	【    】	【    】	【    】
13:40 ~ 14:25	【    】	【    】	【    】	【    】	【    】
《運動》 時間 内容					
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（例） 6年生

☆今週の目標（学習面、生活面の両方とも書きましょう。）

<ul style="list-style-type: none"> <li>・決まった時間に起きて、寝る。 ・大きな声で音読する。</li> <li>・決めた時間に課題に取り組む。</li> </ul>
--

	月	火	水	木	金
起床時刻	6:30	6:35	6:42	6:10	6:30
就寝時刻	21:00	20:45	21:38	20:50	21:00
体温	36.2℃	36.1℃	36.5℃	36.4℃	36.2℃
8:45 ～ 9:30	【国語】 課題 詩を楽しもう	【国語】 漢字ドリル	【算数】 計算練習	【家庭科】 お手伝い：洗濯 【国語】音読	【算数】 課題 点対称
9:40 ～ 10:25	【社会】 課題 生活と政治	【算数】 課題 線対称	【国語】 課題 漢字の広場	【国語】 課題 春のいぶき	【理科】 NHK for School 「考えるカラス」
10:45 ～ 11:30	【理科】 NHK for School 「マイクロワールド」	【社会】 課題 生活と日本国憲法	【学活】 NHK for School 「いじめをノックアウト」	【国語】 NHK for School 「わかる国語」	【社会】 NHK for School 「社会にドキリ」
11:40 ～ 12:25	【家庭科】 お手伝い 風呂掃除	【体育】縄跳び 【国語】漢字	【理科】 課題 生き物と食べ物・水	【体育】縄跳び 【国語】漢字	【総合】 NHK for School 「Why!プログラミング」
13:40 ～ 14:25	【道徳】 NHK for School ココロ部！	【国際】 NHK for School 英語ビート	【国語】 読書 「吾輩は猫である」	【国語】 読書 「吾輩は猫である」	【 】
《運動》 時間 内容	7:00～7:30 白丘ストレッチ 縄跳び	11:40～12:00 縄跳び	14:30～15:30 ・ストレッチ ・リフティング	11:40～12:00 縄跳び	7:00～7:30 ・長座体前屈 ・縄跳び
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

<ul style="list-style-type: none"> <li>・毎日体を動かすことができた。</li> <li>・社会の課題がおもしろかったので、自分でさらに詳しく調べることができた。</li> </ul>
---

## 「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 毎日の運動の内容と時間を決めて書きましょう。
- ④ 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。)

- ⑤ 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。