

1日のスケジュール 例

6年 組

今週のめあて

朝、決まった時間に起きて、決まった時間から始められるようにする。

月日	5月11日	5月12日	5月13日	5月14日	5月15日	5月16日	5月17日	
曜日	月	火	水	木	金	土	日	
朝	体操 ストレッチ	体操 ストレッチ	体操 散歩	体操 ストレッチ	体操 読書	体操 読書	体操 散歩	
1時間目 8:45~ 9:30	校庭開放	国語 好きな本を 読む	休日	校庭開放	国語 課題に 取り組む	算数 課題に 取り組む	休日	
2時間目 9:35~ 10:20		算数 課題に 取り組む			道徳 課題に 取り組む	総合 地域のために できることを 考える		
3時間目 10:40~ 11:25	国語 課題に 取り組む	校庭開放		外国語 課題に 取り組む	音楽 好きな音楽 を聴く	社会 課題に 取り組む		
4時間目 11:30~ 12:15	算数 課題に 取り組む			音楽 好きな音楽 を聴く	社会 課題に 取り組む	国語 課題に 取り組む		
	お昼	お昼		お昼	お昼	お昼		お昼
5時間目 13:40~ 14:25	社会 首相や各知事 の発言を聞く	理科 課題に 取り組む		理科 課題に 取り組む	学活 学年目標を 考える	体育 縄跳び 500回		

今週のふり返り

毎朝、起きたらすぐに顔を洗うことで、目を覚ますことができた。

ストレッチは、深く呼吸をすってゆっくりはき出しながら、筋肉や関節をゆっくり伸ばすことを意識してできた。筋肉が喜んでいた。

*取り組む課題によって、「今日はここまでやる」と到達点を決めよう。無理な到達点は設定しないこと！

*楽しい取組み、好きなことをする時間をいれよう。

めあてに向かって
計画的に過ごそう!



1 週間のスケジュール

年 組 名前 _____

今週のめあて

月日	5月18日	5月19日	5月20日	5月21日	5月22日	5月23日	5月24日
曜日	月	火	水	木	金	土	日
朝							
1 時間目 8:45~ 9:30							
2 時間目 9:35~ 10:20							
3 時間目 10:40~ 11:25							
4 時間目 11:30~ 12:15							
5 時間目 13:40~ 14:25							

今週のふり返し


