

家庭生活・家庭学習のすすめ

1. 「早寝」・「早起き」・「朝ご飯」の生活をしよう。



※6年生の睡眠時間のめやすは **8時間** です。

寝る時刻 _____ 時 _____ 分 → 起きる時刻 _____ 時 _____ 分

*自分で起きる習慣を身につけよう。

2. 3つの $\textcircled{\text{あ}}$ （あいさつ・あしもと・あとしまつ）を実行しよう。

※「元気のよいあいさつ」「はきものそろえて」「あとかたづけ」

3. 時間を決めて、家で勉強しよう。

※6年生の家庭学習のめやすは **60分以上** です。

勉強の時間 _____ 時 _____ 分から _____ 時 _____ 分まで

*宿題以外も勉強し、毎日勉強する習慣を身につけよう。



4. 毎日、家のお手伝いをしよう。

わたしのお手伝い → _____ をやります。

*家族の一員として、責任をもとう。

5. 週に一日、ノーテレビ・ノーゲーム・ノーネットデーを作ろう。

わたしのノーテレビ・ノーゲーム・ノーネットデーは _____ 曜日です。

*時間を計画的に使う習慣を身につけよう。

6. 寝る前に、次の日の学校の用意をしよう。

*準備する習慣を身につけよう。

♪ おうちの方へ ♪

小学校6年生は最高学年としての自覚が芽生え、「自分の考え」がもてるようになります。周囲の大人のアドバイスにより、意欲・関心に大きく差が出てきます。また、普段の生活の乱れが気になる時期でもあります。より規則正しい生活を意識して過ごすことで、中学校生活をスムーズにスタートできます。

目をかけ、声をかけてください

- | | | |
|--------------------------------|----------------------------------|---|
| <input type="checkbox"/> 宿題や音読 | <input type="checkbox"/> お便り・連絡帳 | <input type="checkbox"/> 次の日の学校の準備 |
| <input type="checkbox"/> 朝ご飯 | <input type="checkbox"/> 朝の排便 | <input type="checkbox"/> 読書 <input type="checkbox"/> 整理整頓 |

※「よくがんばったね」の一言が、次のやる気につながります！

越生町教育委員会
「よく学び 未来をひらく 越生の子」