

小学生の皆様へ

こんにちは。いつも学校紹介イベントや集いにご参加くださりありがとうございます。
学校説明会は6月27日(土)に予定されていますが、5月中旬には本校登録者全員に、学校紹介パンフレット、リーフレットの両方をお送りします。ぜひ、楽しみにお待ちください。
今日から小学生のみなさんに、ご家庭での学習のお役に立てるような発信をしていきたいと考えています。どうぞご覧ください。

さて、家での生活のリズムは整っていますか。今日は、まず、みなさんに毎日の過ごし方のアドバイスをしたいと思います。


【今日のテーマ】

時間を自分のものにしよう！

誰にとっても1日は24時間。24時間をどのように使うか、一緒に考えてみよう。



ステップ1 起床・就寝・朝食・昼食・夕食・お風呂の時間は決めよう。

 ここは家族と相談ね。

ステップ2 やるべきこと、やりたいことを書き出してみよう。

下の表のように書くといいよ。やる順番を決めるといいよ。

ステップ3 やるべきこと、やりたいことに「かかる時間」はどれくらいかな。

やるべきこと・やりたいこと	かかる時間	回数	順番
〈例〉 <input type="checkbox"/> ピアノの練習	20分	2回	2
<input type="checkbox"/> 算数ドリル	20分	1回	1
<input type="checkbox"/>			
<input type="checkbox"/>			
<input type="checkbox"/>			
<input type="checkbox"/>			
<input type="checkbox"/>			
<input type="checkbox"/>			
<input type="checkbox"/>			

さあ、次はいよいよ、一日の計画をたてるよ。

計画表は次のページを印刷してもいいし、自分のオリジナルのものを作っても
すてきだね。マスが足りなかったら付け足してね！



ステップ4 ステップ3をどの時間にやるか、計画表を書いてみよう。
 計画的にできたら、おうちの方に花丸サインをもらってね。



わたしの一日



	やること	できたらまずは 自分チェック!	
例 7 時 00 分	お花の水やり	○	
時 分			
時 分			

◆計画を立てて時間を大切にすると生まれる4つの「イイコト」◆



1. やりたいことが出来るようになるよ。
2. 自分のことが、自分で決められるようになるよ。
3. まわりのひとに信頼されるようになるよ。
4. 自分の夢をかなえられるようになるよ。

