

5年生 時間割表 氏名 ( )

	27月	28火	29水	30木	1金
8:25 8:40	<b>朝学習</b> (健康観察・朝読書・ストレッチ・時間割の確認・手伝いなど) やることや場所、時間を決めて同じことを毎日続けて生活のリズムをつくろう。				
8:45					
9:30					
9:35					
10:20					
10:20 10:40	中休み・運動 (安全に・手洗い・うがい)		昭和の日 *家族と一緒に一日の計画を立てよう。 *家族のための仕事をしよう。	中休み・運動 (安全に・手洗い・うがい)	
10:45					
11:30					
11:35					
12:20					
12:20 13:30	昼食・お昼休み (安全に・手洗い・うがい)			昼食・お昼休み (安全に・手洗い・うがい)	
13:35 14:20	*読書タイム			*読書タイム	
14:20					
15:05					
	今日のふりかえり	今日のふりかえり		今日のふりかえり	今日のふりかえり

★めあてとふりかえり 5年 組 氏名 ( )

★今週がんばりたいこと (めあて)	
27月	ふりかえり
28火	ふりかえり
29水	お休みの日です。どんなことをしたかな？
30木	ふりかえり
1金	ふりかえり
1週間を 振り返って	ふりかえり
先生より	お休み明けにもってきてくださいね。コメントをして返します♪

5年生のみなさんへ

いつもとちがう生活で大変な思いをしている人もいると思います。でも、みんながいっしょうけんめいがんばろうとしていることをお家の人が教えてくれました。大人でも大変な中、みんなすごいなと思いました。

そこで、時間割を先生たちも考えてみました。1日をどんなふうにごしたらよいかかなやんでいる人はためしにこの時間割ですごしてみてくださいね。また、それぞれの教科の勉強のしかたについて参考にしてくださいね。自分でどんどんやりたい！という人は、白紙の時間割表を使ってくださいね。どんな時間割にしたのかな。今度会う時にみせてください。楽しみにしています！

【時間割の使い方】

- ・ 毎朝確認しよう！できたらしるしをつけてもいいですね。
- ・ むりせず続けることが大事です。勉強の量はお家の人と相談してね。
- ・ 国語と算数は、ふだんの授業でもほぼ毎日あるので入れましょう。
- ・ 時間割は見えるところにはっておくといいです。プリントアウトができないときは、紙に書きうつしてはっておこう。
- ・ 一日の最後に、ふりかえりをしよう。できなかったことよりも、できたことややろうとしたこと(とちゅうでうまくいかなくなくてもだいじょうぶです。)について自分で自分をほめてあげようね。