

まな やく そく かもにし学びの約束



みなさんへ

せい かつ 生活について

これだけはまもろう！

- ① 早ね、早おきをしよう。
- ② 食事をきちんととろう。(1日3食)
- ③ 体をきたえよう。(しっかり外遊びをする)
- ④ テレビ・ゲームの時間をへらそう。

がく しゅう 学習について

- ① 授業中は一生けん命勉強しよう。(チェックシートで振り返る)
☆よく聞く ☆進んで発表する ☆ていねいに書く
- ② 家庭学習を毎日つづけよう。(学年×10分以上)
☆音読 ☆漢字(読み書き) ☆計算
- ③ 自分で好きなことを決めて取り組もう。
☆読書 ☆絵 ☆歌や楽器 ☆スポーツなど

年 組 番

名前

保護者の皆様へ

これだけは、ぜひよろしくお願いします。

- ① 生活リズムを大切にしてください。(睡眠・食事・etc)
- ② お子様との対話やスキンシップを大切にしてください。
- ③ 一日一日を大切にしてください。今から始めましょう。



まな やく そく がつ
学びの約束 ()月をふいかえろう!

()年 ()

1日ごとの生活をふり返ろう		月	火	水	木	金	
よくできた...○ できなかった...×		日	日	日	日	日	
生活について	①早寝、早起きをしよう。						
	☆()時まで起きる。						
	☆計画的に過ごし()時まで寝る。						
	②食事をきちんととろう。						
	☆朝食をきちんと食べた。						
	③体をきたえよう。						
	☆1日1回は外遊びをした。						
	④テレビ・ゲームの時間をへらそう。						
	☆テレビ・ゲームを合わせて						
	()時間()分まで。						
	学習について	①授業中は一生けんめい勉強をしよう。					
		☆よく聞く。					
☆進んで発表する。							
☆ていねいに書く。							
☆学びの達人に1つでも近づけた。							
②家庭学習を毎日つづけよう。							
☆1日()分は集中して勉強する。							
③自分の好きなこと							
()に取り組めた。							

※毎日の生活をふり返って記入し、毎日出しましょう。

家の人のサイン					
先生のサイン					

○早寝・早起き・朝ご飯が大切です。

○起きる時刻のめやす...7時までに

○寝る時刻のめやす...低学年(9時までに) 中学年(9時30分までに) 高学年(10時までに)

○家庭学習のめやす...学年 × 10分以上

☆テレビを消して集中して学習に取り組みましょう!!


