



## [家庭での過ごし方]

○家で過ごす時間が長くなります。生活のリズムが大切です。

**早寝早起き朝ごはん**に心がけましょう。

ゲーム等のやりすぎは、生活のリズムの乱れにつながります。

家族と決めた時間を守りましょう。

○規則正しく過ごすために、**家族と一緒に一日の計画**を立てましょう。

主な家庭学習 ※学年に応じて

- ・自学ノート → 間違えた問題や苦手な教科を中心に
  - ・学校から配布されているドリルやプリント → 基礎基本です。  
正確に、丁寧に
  - ・お手伝い → 家族のために 家族と一緒に
  - ・なわとび → 時間を決めて体を動かそう  
(なわとびカードに色をぬろう)
  - ・音読 → 低学年
  - ・読書 → 時間を有効に たくさん本を読みましょう！
- 