

生活の記録

年 組 番 名前 ()

	5 / (月)	5 / (火)	5 / (水)	5 / (木)	5 / (金)	5 / (土)	5 / (日)
6:00							
7:00							
8:00							
9:00							
10:00							
11:00							
12:00							
13:00							
14:00							
15:00							
16:00							
17:00							
18:00							
19:00							
20:00							
21:00							
21:00							
23:00							
0:00							

【記入上の注意事項】

- 健康的な生活を維持するために、毎日の生活の計画を立てよう。
1日の終わりに、「生活の記録」をつけ、1日の取り組みを振り返りましょう。
- 学習は計画的に行い、**取り組んだ学習内容及び時間**を「生活の記録」に記入しよう。
- 「生活の記録」は、登校再開後に提出します。

【記入例】 生活の記録

年 組 番名前 ()

	5/11 (月)	5/12 (火)	5/13 (水)	5/14 (木)	5/15 (金)	5/16 (土)	5/17 (日)
6:00	起床 朝食準備・朝食	起床・朝食	起床 朝食準備・朝食				
7:00	犬の散歩 ↓ 家事・手伝い (部屋の掃除など)	家事・手伝い 弟妹の世話 ↓ 英語課題 ↓ スタディアプリ	犬の散歩 ↓ 運動(ストレッチ) ↓ 理科課題 (スタディアプリ) ↓ 休憩				
8:00	買い物						
9:00	数学課題 ↓ 昼食準備						
10:00							
11:00							
12:00	昼食	昼食	部屋の掃除 昼食準備 昼食				

- 1日の計画を立て、毎日をも有意義に使おう。
- 学習計画を立て、余裕をもって課題に取り組もう。
- 「生活の記録」は丁寧に記入し、1日を振り返ろう。