

学びっこ通信



冬休みに向けて 生活リズムチェックシート シンプル Version

前号までに11月の生活リズムチェックシートの『家族・児童の声より』よりよい生活リズムを作っていくためのヒントを探してみました。詳しく書いたので文章量が多く、わかりにくかったかもしれません。今回は、それを学習面と生活面について、シンプルに『これをしてみましょう！』を一言にまとめてわかりやすくしました。日々の生活や冬休みの計画に活用してください。

学習面

生活面

1年生	<p>【やる事が明確】になっていること </p> <p>ご家庭でお子さんと一緒に（時間の許す範囲で）問題を選んだり、解いたりしていくことをお願いします。</p>	<p>【デジタル世界へ入り始め…】</p> <p>ゲームはまだやっていない子も多いと思います。始まりが肝心。家庭のルールを決めましょう。</p>
2年生	<p>【自分から進んで】&【習慣化】 </p> <p>「今日は何の勉強をするか」選ぶことができるようになることが習慣化への道です。</p>	<p>【デジタルの世界に突入】【ゲーム】 </p> <p>ゲームを本格的にやり始める頃。約束を家族で話し合ってから、始めるとよいかもしれませんね。</p>
3年生	<p>【習慣と継続】 </p> <p>いつも通り、目標を決め毎日時刻を決めて学習する習慣を身に付ける。</p>	<p>【夜更かし】</p> <p>生活リズムを子ども自身の力で習慣化させる頃。任せっきりにせず、声をかけてください。 </p>
4年生	<p>【学習の工夫と広がり】 </p> <p>宿題や読書以外の学習も自ら考えてできるようになる。</p>	<p>【セルフコントロール】 </p> <p>ゲームにしても、夜更かしにしても習慣の分かれ目は、10歳のこの頃が大事です！まだ間に合いますから、一緒に取り組んでください</p>
5年生	<p>【時間の使い方】</p> <p>【習い事との両立】＝【時間の使い方】の力を身に付ける。限られた時間を自分で計画的に使うこと！ </p>	<p>【スマホ・誘惑との葛藤】 </p> <p>スマホとの今後の付き合いを決める土台となる頃。サポートだより「スマホとの付き合い方」を参考にお子さんとの使い方について納得いくまで話し合ってください。</p>
6年生	<p>【自覚】【メタ認知】 </p> <p>『自分に問いかけ、自分を発見する』こと。</p> <ul style="list-style-type: none"> 『自分の得意なこと』を知る 『どんな学習をしたらいいか、今の自分から考える』 『自分にとってどんな方法が学びやすいか』 <p>まず自覚することから始まります。</p>	<p>【家族との会話・食事の会話で明るい食卓】 </p> <p>会話をすることを本心では望んでいるようです！おうちの方と話すのがたのしい！のです。たくさん会話をしてくださいね！ </p>

