

☆自分でつくろう、時間わり☆

なまえ ()

(1) まい日おきる時こく、ねる時こくをきめよう。

時におきる。



時にねる。



(2) ^{こん}今しゅうの時間わりをつくろう。

◆1日の中に、「学しゅう」「うんどう」「お手つだい」がすべてはいるように時間わりをつくっていこう。

◇くばったプリントを見ながら、何をやるかおうちの人とかんがえましょう。

◇べんきょうの時間は、おうちの人とそうだんしながら、長くしたり、みじかくしたりしましょう。

	月よう日	火よう日	水よう日	木よう日	金よう日
午前8時～ 午前9時					
午前9時～ 午前10時					
午前10時～ 午前11時					
午前11時～ 午前12時					
午前12時 (正午)～	ちゅう食				
午後1時～ 午後2時					
午後2時～ 午後3時					

(3) 一しゅう間をふりかえってかこう。

《自分のふりかえり》 (◎よくできた ○できた △もうすこし)

けいかくどおりできた。	
いっしょうけんめいがんばった。	
しゅうちゅうしてできた。	

○おうちの人から

●先生から