１日の計画表

名前（　　）

今日のめあて

月　日（　）

じこく	学習・運動・遊びなど
	おきる

◆◆◆　保護者，児童の皆さんへ　◆◆◆

ご家庭での生活，家庭学習等のご協力，ありがとうございます。
臨時休業が2回目になり，気が緩んでしまうこともあるのではないでしょうか。
子ども達の心身の成長にとって，登校しているときと同じように，「早寝・早起き・朝ごはん」の生活リズムはとても大切です。
また，学校再開に向けて，心構えも必要です。このシートは，子ども達が1日の計画を自分で立て，生活リズムを意識しながら過ごしてほしいという思いで作成しアップしています。
保護者の方とも相談しながら，計画を立てるのもよいと思います。ご活用ください。
（別紙シートがあります）
なかなか計画通りにいかなくても，自分を振り返り，計画し直す力をつけることも必要です。
対話を大事にしながら，子ども達の生活を見守っていただきますようお願いいたします。

１日のふりかえり