



# 白子町小中げんき君プラン2023



## 生活習慣表

## 学習習慣表

	小学校低学年	小学校中学年	小学校高学年	中学校
<b>あいさつ 思いやり</b>	・身近な人に元気に あいさつをしよう	・自分から進んで元気 にあいさつをしよう	・時と場を考え、心をこめて挨拶をしよう	
	・「ありがとう」「ごめんなさい」を素直に言おう			
<b>身のまわり</b>	・こまめな手洗いを心がけよう(必要に応じたマスク着用)			
	・家族に協力してもらい ながら自分で片づけ よう	・自分のものや自分の場所を使いやすいように 整理整頓しよう	・自分のものは責任を 持って管理しよう	
<b>身だしなみ</b>	・自分の使う場所を心をこめて清掃しよう			・自分の使う場所を心 をこめて手際よく清 掃しよう
	・家族に協力してもらい ながら、身だしなみを 整えよう	・自分で身だしなみを 整えよう	・場にあった服装を心 がけよう	・制服のきまりを徹底 しよう
<b>睡眠</b>	・夜更かしせずに9時までに就寝し、9時 間以上の睡眠をとろう		・宿題や次の日の準備 をすませ、10時まで に就寝しよう	・学習時間を確保しな がらしっかりと睡眠を とり、翌日に疲れを 残さないようにしよう
<b>食事</b>	・好き嫌いをなくしっかりと食べて体を成長させよう(バランスの取れた食事) ・朝昼晩きちんと食べよう ・食事のマナーを身につけよう ・食事の前の手洗いをきちんとしよう			
<b>安全な 生活 マナー</b>	・適度な換気とこまめな手洗い、必要に応じたマスクの着用を心がけよう			
	・交通ルールを守り安全に登下校をしよう (飛び出しをしない) (横断歩道や交差点では左右の安全を 確認してわたろう)	・登校班リーダーとして 下級生の安全に気を 配りながら登下校を しよう	・交通ルールを守り、 自転車で安全に登 下校をしよう	
	・自転車で横断するときは、自転車を降りて、左右をしっかりと確認してから横断しよう ・自転車で乗る時はヘルメットを着用しよう			
	・何かあったら、子ども110番の家や、近くの 店などに助けを求めよう		・学校から示されたマニュアルをもとに不審者や震 災などの危険から身を守る方法を身につけよう	
	・行き先等(誰とどこで・何を・何時まで)を告げ、決められた時刻までに帰宅しよう			
	・公共の場ではルールを守り、周りの人に迷惑をかけないようにしよう			
<b>運動</b>	・適度な運動を心がけよう			

	小学校低学年	小学校中学年	小学校高学年	中学校
	(保護者の支援のもと)		(自ら)	
	・時間割を調べ、学習用具を準備しよう ・提出物を、期限までに提出しよう ・連絡帳や配布物を保護者・家族に見せよう			
<b>家庭で</b>	・次の時間の準備をしてから、休み時間にしよう			・教科連絡の内容を 確認し、授業の準備 をして待とう
<b>授業前 休み時間</b>	・休み時間には、換気をしよう			
	・チャイムが鳴ったら 席に着こう	・時計を意識して席に着き、静かに教科書に目 を通しながら待とう	・移動教室では速やか に行動しよう	
<b>授業の 始め 終り</b>	・「気を付け。これから〇時間目の勉強を始めます。」「はい」 ※学級担任以外の先生には「おねがいします」「ありがとうございました」を言おう			・授業開始時には 「お願いします」 終了時は「ありがとう ございました」を言 おう
<b>聞き方</b>	・話す人を見て、終わりまで静かに聞こう		・話の内容を自分の意 見と比較しながら聞 こう	・必要に応じてメモを とりながら聞こう ・相手の意見を共感 的に受け止め、自分 の考えとの類似点 や相違点を考えなが ら聞こう
	・分からないことは話 が終わってから聞こ う	・相手の考えと同じか 違うか比べながら聞 こう	・意見があるときは肘を伸ばして手を挙げよう	
<b>話し方</b>	・名前を呼ばれたら「はい」と返事をしてその場に立とう ・その場にあった声で、最後まではっきり話そう ・発表するときは、聞いている人の顔を見て話そう			
	・自分が考えたことを 最後まで話そう	・テーマからそれない で前の人との関連 付けをはっきりさせ て話そう	・自分の考えをまとめてわかりやすく話そう ・はっきりした根拠や理由をもって話そう	
<b>書き方</b>	・正しい姿勢で、丁寧に書こう			
	・黒板に書かれたこと を正しく写そう	・黒板に書かれた大事なところをノートに書こう	・板書を工夫してノー トにまとめよう	
<b>家庭学習</b>	・10分×学年			
	・宿題をきちんと行おう	・宿題以外に自学も行おう		・自分で立てた計画に 従って学習を進めよ う ・自分の課題を知り、 予習・復習を毎日続 けよう
		・自分の計画で学習 を進めよう		

