

規則正しい生活リズムの確立と家庭学習習慣定着のための目安表

保育・教育の目的 人格の完成を目指し、幼児・児童・生徒の人間として調和(知・徳・体)のとれた育成を行う。	保育園・幼稚園			小学校						中学校			高等学校						
	年少	年中	年長	1年	2年	3年	4年	5年	6年	1年	2年	3年	1年	2年	3年				
親子のふれあい・親の関わり	①日ごろから、子どもの話をじっくり聞く、同じ目の高さで考える、深い関心を払う。(親に愛されている実感) ②自分で課題を解決していこうとする能力の育成(自立・自律の支援)																		
	①スキンシップ ②一緒に遊ぶ ③絵本などの読み聞かせ ④後片付け ⑤がまんの心を育てる			①一緒に遊ぶ ②会話を楽しむ ③共にする読書 ④共にする課題 ⑤共にする家事						①他の子との比較にとられない心の余裕 ②共に語る将来の生き方			積極的に関わる進学・就職						
早寝・早起き・朝ご飯・歯磨き	家族みんなで「できる」ことを目指して、取り組む。																		
バランスのよい食事	好き嫌いをしないで食べる。						心身の健康を考え、栄養のバランスを考えて三度の食事をとる。												
身だしなみ	自分なりに身だしなみを整える。			TPOに応じた身だしなみの基礎を身につける。						TPOに応じた身だしなみができる。									
手伝い・仕事 家族や地域の中での役割	できることを楽しみながら目標を決めてがんばる。			目標を決めて家族のために頑張る。						家族に貢献し、地域に参加する。			家庭・地域に貢献する。						
礼儀・あいさつ	明るく元気に自分からあいさつができる。			相手の目を見て明るく元気に自分からあいさつができる。			心を込めたあいさつが相手より先に見える。			TPOに応じた相手に好感を与えるあいさつができる。									
聞く態度	だまって、相手の目を見て話をきこうとする。			だまって、相手の目を見て姿勢良く聞くことができる。			相手の目を見て、相手の気持ちを考えながら姿勢良く聞くことができる。			自分の考えと比べながら、うなずいたり、相づちをうったりして聞くことができる。			相手の意図を理解すると共に、自分の考えをより高める気持ちで聞くことができる。						
起床時刻	6:30									定時に自分で起きる。			4点固定 ①起床時刻 ②帰宅時刻 ③家庭学習開始時刻 ④就寝時刻 ※睡眠時間の目安は各自で決める。						
就寝時刻	8:30			9:00			9:30		10:00		11時までには寝る。								
目安とする睡眠時間	10時間(年少児は午睡が必要)			9時間30分			9時間		8時間30分		7時間30分								
テレビを見る時間	時間を決めて見る。ノーテレビ・ノーゲームデーに取り組む。																		
家庭学習時間	/			10分 ~20分		20分 ~30分		30分 ~40分		40分		50分		60分+α		2時間以上		平日と休日を平均した週当たりの1日目標学習時間	
				3時間~4時間		4時間~5時間													
主な学習内容	/			音読、漢字練習、計算練習、自主学習など									予習→授業→復習・自主学習のサイクルを確立			※予習→授業→復習・演習のサイクルを確立 ※資格取得に向けた取り組み			
家庭学習の留意事項				「…しながら」をさける生活をする。			テレビを消して、ふさわしい場所で、毎日学習する。						家庭や自己の生活スタイルに合わせて、学習時間を確保する。(課題提出の厳守)						
その他の取組	/			「学習の手引き」「家庭学習の手引き」の活用									「生活のしおり」「生活ノート」の活用			「生徒手帳」「進路の手引き」「進路ノート」の活用			