

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 【大佐中学校区】（認定こども園・小学校・中学校）

R4年4月 改訂

	認定こども園			小学校						中学校					
	年少	年中	年長	1年	2年	3年	4年	5年	6年	1年	2年	3年			
親子の触れ合い	① 日頃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する。（自立・自律の支援）														
親の係わり	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。 ③ 共に読書をする。 ⑤ 共に家事をする。						② 会話やふれあいを大切にする。 ④ 家庭学習にかかわる。			① 学校生活や進路について話す時間を 持つ。 ② 相互にふれ合う時間を大切にする。		
朝ご飯・ バランスの良い食事	朝ご飯は、必ず食べる。（1日のエネルギー、脳と体）														
	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 家庭や地域の中の役割	① 服をたたむ。 ② 片付ける。 ③ そうきんをしぼる。 ④ ほうきではく。 ⑤ ひもを結ぶ			① 整理整頓をする。 ② 家族の一員として、手伝いをする。						家族の一員として、役割を果たすとともに、 地域の一員として各種行事に参加し貢献しよ うとする。					
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。						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、話を聞こ 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。		相手の気持ちを理解し、自分の考えと 比較しながら聞くことが できる。					
起床時刻	6：30			6：30 （定時に自分で起きる。）						定時に自分で起きる。					
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					
テレビやゲーム ネット、スマホの時間	① 時間を決める（9時まで）。 ② ノーメディアデーに取り組む。（毎月第一水曜日）														
家庭学習時間	親子でいろいろな体験をする。			30分		学年 × 10分 30分 40分 50分 60分				80分		90分		100分	
主な学習内容				音読、漢字練習、計算練習、自主学習（4年以上）など						予習→授業→復習・自主学習のサイクルを 確立する。					
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） ・メール等SNSの利用は9時まで					
その他の取り組み	「園だより」などの活用			「刑部っ子の学び」の活用						「新入生のしおり」「生活ノート」「家庭学 習の手引き」の活用					