

「学ぶ力を高めるウィーク」チェック表

年 組 名 前 ()

☆☆☆家族で話し合っ欲しいこと☆☆☆

寝る時刻 () 時までに布団に入る) 目安：低学年9時より前、高学年9時半より前

起きる時刻 () 時までに布団を出す)

お手伝いできそうなこと ()

本を読む時間 () 分)

アウトメディアタイム(テレビ・ゲーム・スマホ・タブレットなど情報機器に触れる時間は分以内)(ゲームをしない日は) 曜日)

満点は700点!!! (目標点数) 点)

できたところに○をつけましょう

日にち⇒	記入例	/	/	/	/	/	/	/	合計
朝ごはんを食べる	⑩	10	10	10	10	10	10	10	
決めた時刻に寝る	⑩	10	10	10	10	10	10	10	
決めた時刻に起きる	⑩	10	10	10	10	10	10	10	
手伝いをする	⑩	10	10	10	10	10	10	10	
本を読む () 分)	⑩	10	10	10	10	10	10	10	
すすんで宿題や学習に取り組む	⑩	10	10	10	10	10	10	10	
自分で内容を決めて学んだ (自主勉強)	②⑩	20	20	20	20	20	20	20	
アウトメディア達成	②⑩	20	20	20	20	20	20	20	
日々の合計	100								総得点

毎日同じようなことの繰り返しのようですが、少しの意識の違いが大きな差になって表れてくるものです。学校でも、家庭でもこつこつ積み上げていける人になれるといいですね。1週間よくがんばりました!!!