

R2 のうちゅうがっこう 能生中学校区 **かがやきカード** 5/29 (金) ~ 6/7 (日)

ねん 年	くみ 組	ばん 番	名前
---------	---------	---------	----

1 学習する時間のめあて <small>がくしゅう じかん</small> <small>しょうがくせい がくねん ぶんいじょう ちゅうがくせい ぶんいじょう</small> *小学生→学年×10分以上(中学生はプラス60分以上)	ぶんいじょう 分以上
---	----------------------

2 電子メディアを使う合計の時間のめあて <small>でんし つか ごうけい じかん</small> <small>のうちゅうがっこう ぜんぶ じかん</small> *能生中校区のルール:全部で2時間まで <small>にほんしょうにかがつかけていげん じかん ぶん</small> (日本小児科学会提言) ゲームの時間→30分まで	ぜんぶ 全部で	ぶん 分まで
--	-------------------	------------------

3 ねる時刻(布団に入る時刻)のめあて <small>じこく ふとん はい じこく</small> <small>のうちゅうがっこう しょう ねんせい じ しょう ねんせい じ ぶん</small> *能生中校区のルール:小1~3年生→9時 小4~6年生→9時30分	じ 時	ぶん 分
---	---------------	----------------

★ いえ ひと はな あ 家の人と話し合った「メディア しょう じかん い ないメディア使用2時間以内 わがや我が家のルール」をか書きましょう

月 日 (曜)	<small>がくしゅう じかん</small> 学習時間	<small>け</small> テレビを消して <small>がくしゅう じかん</small> 学習できたなら○印	<small>でんし</small> 電子メディア <small>せつよく じかん</small> 接触時間	<small>ねる じこく</small> ねる時刻が <small>まも</small> 守れたら○印	<small>わがや</small> 我が家のルール <small>まも</small> が守れたら○印	保護者 確認印	担任 確認印
5月 29日 (金)	分		分				
5月 30日 (土)	分		分				
5月 31日 (日)	分		分				
6月 1日 (月)	分		分				
6月 2日 (火)	分		分				
6月 3日 (水)	分		分				
6月 4日 (木)	分		分				
6月 5日 (金)	分		分				
6月 6日 (土)	分		分				
6月 7日 (日)	分		分				

右の欄は、保護者が 記入してください。 →	平均の時間	○印数合計	目標時間を 達成できた日	○印数合計	○印数合計	担任の確認印
	分	個	日	個	個	

☆ さいご ひ 最後の日がおわったら、よくできたことや反省をはんせい か書こう。

☆ 家の人から(子どもの取組の様子、感想・意見等)