

() 小学校 () 年 () 組 名前 ()

このチェックシートをつかって、本に親しんだり、うんどうをしたり、きそく正しい生活しゅうかんをみにつけよう。

家てい読書の日!

◎ 家てい読書の日と時間を話し合ってきめよう。

〇月〇日の〇時～〇時、毎週〇曜日の〇時～〇時 など

- こんなふうにおすすめしよう
- ① テレビやゲームなどのスイッチを切る。
 - ② 大人といっしょに本を読む。
 - ③ 読んだ本のことについて話をする。

- ❖ おきる時間やねる時間など、めあてをほごしゃと話し合ってきめよう。
- ❖ できたら〇をつけよう。



三重県教育委員会
 マスコットキャラクター
 みえびい

日づけ	/	/	/	/	/	/	/
こう目	/	/	/	/	/	/	/
〇時〇分におきる	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊
朝ごはんを食べる	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊
テレビを見る・ゲームをする時間 〇〇分以内	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊
ふくしゅうなどの学しゅうをする時間 へい日 〇時 〇分 以上 休日 〇時 〇分 以上	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊
めあてをきめて、うんどうをする れい：なわとびをする。 とも 友だちと外で元気に遊ぶ。など	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊
本を読む (本を讀んでもらう)	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊
はみがきをして 〇時〇分になる	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊
やくそく れい：手つだいをする。 た 食べもののすききらいをしない。 など	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊

1週間をふりかえろう

ほごしゃからひとこと

せんせい 先生からひとこと

※チェック項目等については、全国学力・学習状況調査結果や全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果を踏まえて作成しました。
 ※この用紙は、「みえの学力向上県民運動」ホームページよりダウンロードできます。

