

【山鹿市立鹿本中学校】

休校期間中の家庭学習特別時間割鹿本中モデル

健康と安全に気をつけながら、以下の時間割を参考に規則正しい生活習慣と学習習慣を作り上げましょう。

日程	時間	月	火	水	木	金	土	日
起床	7:00	4月27日	4月28日	4月29日	4月30日	5月1日	5月2日	5月3日
朝食	自分で準備、配膳、片付け、皿洗いができる習慣を身につけよう							
計画	8:35	検温をし、健康カードへの記入と1日の計画を確認しよう。						
1校時	8:50～	数学 プリント3枚進める。	登校日	国語 漢字15分・プリント2枚	理科 プリント・レポート	社会 プリント1枚・県庁所在地名覚え	不要不急の外出は避け、規則正しい生活を心がけよう。	
2校時	9:30～	国語 漢字15分・プリント2枚		英語 プリント1枚・ノート1ページ	社会 プリント1枚・県庁所在地名覚え	数学 プリント3枚進める。		
3校時	10:10～	英語 プリント1枚・ノート1ページ		数学 プリント3枚進める。	国語 漢字15分・プリント2枚	英語 プリント1枚・ノート1ページ		
運動	10:50～	ランニング・体幹・縄跳び・各部活動の基礎練習などに取り組む（マスク着用・3密を避けて）【保健体育】						
食事準備	11:30～	おうちの方と相談し、できるだけ自分で準備する。・配膳・片付け・皿洗いまで行う。【家庭科】						
食事	12:00～	昼食 ※好き嫌いを無くし、栄養が偏らないようにすること。【食育】						
4校時	14:00～	社会 プリント1枚・都道府県名覚え	数学 プリント3枚進める。	昭和の日	英語 プリント1枚・ノート1ページ	理科 プリント・レポート	学習内容の振り返りや読書・運動など計画的な休日を過ごそう・	
5校時	14:40～	理科 プリント・レポート	英語 プリント1枚・ノート1ページ		数学 プリント3枚進める。	国語 漢字15分・プリント2枚		
手伝い		家族のために自分でできることを考え、実行する（部屋の掃除・洗濯物たたみ・マスクづくり・草取りなどを）【家庭科】						
読書		すばらしい本との出会いを期待しています。【国語】						
振り返り	21:00～	生活ノートに1日の生活を記録し、振り返りを行う。（学習内容・起床・就寝時間・日記等）						
就寝	22:00	就寝（規則正しい生活を送ろう）						

※鹿本中ホームページに学習支援サイトのリンクを張っています。動画等を利用した学習もやって見よう。

