

いきいき わくわく きうきう 学習習慣
意 和 氣 チャレンジプラン

学習	小学校低学年	小学校中学年	小学校高学年	中学生
学習の準備	<ul style="list-style-type: none"> ○鉛筆、ペン、消しゴム、定規、その他（授業に必要なもの）を備えている。 ○鉛筆1本（しっかり削られた）、消しゴム1個、定規1つ、赤鉛筆1本、青鉛筆1本を決められた位置に準備する。 ○忘れ物をしない。 ○机・ロッカーの整理整頓をする。 ○次の学習の準備をして休み時間に入る。 ○時計を見て、2分前には教室に入り、自分の席につく。 ○教科書・ノートを開いて、すぐ使えるようにする。 	<ul style="list-style-type: none"> ○学習活動での表現に適した筆記用具を選択し、準備する。 ○宿題等は前日中に完成する。【ノーチャイム制】 ○始業1分前には着席し、次の学習に入る。 ○机・ロッカー等の整理整頓 	<ul style="list-style-type: none"> ○椅子に深く腰をかけ、背筋を伸ばして座る。○心を込めて学習の挨拶をする。 ○立つときはひざをしっかり伸ばし、つくえやいすに手をつかないで立つ。 ○いすは音を立てないように手で引く。 ○消しかすはゆかにこぼさないでつくえのすみに集めておき、休み時間にすてる。 ○教室を移るときはほかの学級にめいわくをかけないように、すばやく無言で移動する。 	<ul style="list-style-type: none"> ○「黙想」を通して、全校生徒が心一つにし、清々しい落ち着いた気持ちを大切にす。 ○自問（自分の心に問いかけること）を通して、自分が目指す理想の姿を明確して行動する。
話す	<ul style="list-style-type: none"> ○元気よく返事をする。○語尾まではっきり発言する。 ○すばやく、場に合った声の大きさで「はいっ」とへんじをする。 ○話すときは、自分から一番はなれている人にも聞こえるように、はっきりと話す。 ○教科書などを読むときは、背すじをのばし、両手でしっかりと本を持って読む。 ・みんなのほうをむいてはなす。 ・「です」「ます」をつかてはなす。 ・じゅんじょがわかることばをつかう。 	<ul style="list-style-type: none"> ○話したいことをはっきりさせて話す。 ・相手を見て確かめながら話す。 ・理由や例をあげて話す。 	<ul style="list-style-type: none"> ○他の発表をよく聞き、自分との相違点をはっきりさせて発表する。 ・立場をはっきりさせて話す。 ・事実と感想、意見とを区別して話す。 ・根拠となる事実を基に話す。 	<ul style="list-style-type: none"> ○聞き手を向き、その場に合った声で話す。 ○話形を基本にして、時や場、相手に合った話し方を心がける。 ○相違点をはっきりさせて発表する。 ・説得するために話す。 ・内容を構成しながら話す。 ・身振り手振りや抑揚などを交えながら表現力豊かに話す。 ・結果を分析しながら話す。 ・他の意見を要約しながら話す。 ・他の意見を自分の言葉に置き換えて話す。
聞く	<ul style="list-style-type: none"> ○聞くときは、話している人の方に体を向け、目を見て聞く。 ○話し手を向き、最後までしっかりと聞く。 ○大事なことは何かを考えながら最後までだまって聞く。 ・どんなはなしをしているかわかる。 ・めをみてうなずきながらきく。 ・「おなじ」「ちがひ」をはっきりさせる 	<ul style="list-style-type: none"> ○間違えた人の意見も大切にす。 ○必要に応じてメモをとりながら聞き取り、反応する。 ○自分の考えと対比させながら真剣に聞く。 ・要点をメモする。 ・聞いたことに質問したり、感想を話したりする。 ・にているところやちがうところを考えながら聞く。 	<ul style="list-style-type: none"> ○聴く＝「耳を傾け、相手の心に寄り添いながらきく」 ・正確に聴く。 ・要約しながら聴く。 ・励まし、勇気付けながら聴く。 ・良質の批判をしながら聴く。 ・相手と共創しつつ聴く。 	
書く	<ul style="list-style-type: none"> ○書くときは足のうらをゆかにつけ、背すじを伸ばして書く。 ○板書や友だちから学んだことは、ていねいにノートやシートにまとめる。 ○その時間にわかったことや、課題についてのまとめなどを、整理して話したり書いたりする。 ・じゅんじょよくかく。 ・「だれが」「どうした」があうようにかく。 	<ul style="list-style-type: none"> ・まとまりごとに段落をつけて書く。 ・考えの中心をはっきりさせて書く。 ・理由や例をあげて書く。 	<ul style="list-style-type: none"> ○丁寧かつ素早く書く。 ○板書されたことに自分の考えを加えながら工夫してノートにまとめる。 ・文章全体の構成を考えて書く。 ・事実と感想、意見とを区別して書く。 ・書く目的や意図、相手に応じて文章の種類を選択する。 ・要点を押さえ、分かった点、疑問点等が明確になるように工夫する。 ・あたえられた字数（スペース）に合わせ、分量を調整し、読み手が理解できるように書く。 	
家庭学習	小学校低学年	小学校中学年	小学校高学年	中学生
時間	20～30分	40～50分	60～70分	80～160分
こんな風に…	<ul style="list-style-type: none"> ☆自分から進んで学ぶ習慣を身につける。 ☆学校で学んだ内容を確実に定着する。 ○先生から出された学習内容（宿題） ○ノート学習（家庭学習）～日にちと学習内容を書くこと ○ミニテストに向けて練習する。 ○音読（3分くらい） ○暗算読み（足し算、引き算、九九、わり算など） ○テレビを見たり食べたりするなどの「ながら学習」はしない。 			

【保護者として】
 ☆声かま
 ☆しけし
 ☆よをの
 ☆う！

いきいき わくわく きうきう 生活習慣
意 和 氣 チャレンジプラン

生活	小学校低学年	小学校中学年	小学校高学年	中学生
あいさつ	<ul style="list-style-type: none"> ○げんきにあいさつをしよう！ 	<ul style="list-style-type: none"> ○進んで意識した気持ちのよいあいさつをしよう！ 	<ul style="list-style-type: none"> ○相手を意識した気持ちのよいあいさつをしよう！ 	<ul style="list-style-type: none"> ○時と場に応じた、さわやかなあいさつと返事をしよう！
身のまわり	<ul style="list-style-type: none"> ○家の人と一緒に身の回りを片づけよう。 ○自分で使う場所をきれいにそうじしよう。 	<ul style="list-style-type: none"> ○自分のものは自分で片づけて整えよう。 	<ul style="list-style-type: none"> ○周りの「人」「物」「使いやすさ」を考えて整理整頓しよう。 ○自分の使う場所やみんなの場所を心を込めて掃除しよう。「無言清掃（小）」 「自問清掃（中）」 	
身だしなみ	<ul style="list-style-type: none"> ○家の人といっしょに身だしなみを整えよう。 	<ul style="list-style-type: none"> ○自分で身だしなみを整えよう。 	<ul style="list-style-type: none"> ○時と場に合った服装を心がけ、状況を考えて社会のマナーとエチケットを身に付けて生活しよう。 	
睡眠	<ul style="list-style-type: none"> ○その日のうちに宿題や次の日の準備をすませよう。 ○夜ふかしをしないで、9時には寝るようにしよう。 		<ul style="list-style-type: none"> ○規則正しい生活のリズムをつくろう。 ○十分な学習時間（宿題や自主学習）と快適な睡眠時間（8時間程度）を確保しよう。 	<ul style="list-style-type: none"> ○規則正しい生活と見通しをもった生活を心がけよう。
食事	<ul style="list-style-type: none"> ○朝、昼、晩ときちんと食事をとろう。 ○好き嫌いをなく、何でも食べて丈夫な体をつくるよう心がけよう。 ○箸の使い方、茶碗の持ち方など、正しい食事の取り方やマナーを身に付けよう。 			
安全な生活ルールとマナー	<ul style="list-style-type: none"> ○交通安全に気を配り、交通ルールを守って登下校しよう。 ○スクールバス利用のマナーを守ろう。 ○飛び出しを絶対にしない。 ○左右をしっかりと確認してから道路を横断しよう。 ○自転車に乗るときも、交通ルールを守ろう。 ○自転車に乗るときは安全のため、ヘルメットを着用しよう。 			
	<p>※インターネットを使用した機器使用は午後8時(小)、9時(中)まで！</p>			
	<ul style="list-style-type: none"> ○子供だけで大型店に行かない。 ○危険な場所に近づかない、遊ばない。 ○危険な遊びをしない。 ○お金の貸し借りはしない。 ○いかのおすし「知らない人について行かない、知らない人の車に乗らない、大声で叫ぶ、すぐ逃げる、知らせる、」 ○行き先など（誰と、どこで、何を、いつまで）を告げて、決められた時刻まで家に帰る。 ○公共機関や公共施設では騒がず、ルールとマナーを守って利用しよう。 			
	<p>【保護者として】 ☆お金の管理をしっかりしよう！</p>			