

【陽だまり学級】家庭学習時間割

時刻	5月18日(月)	5月19日(火)	5月20日(水)	5月21日(木)	5月22日(金)
8:30 ~ 9:00	◎ 【朝の会】 「TOKYOおはようスクール」 (TOKYO MX) 視聴 ○ △	◎ 【朝の会】 「TOKYOおはようスクール」 (TOKYO MX) 視聴 ○ △	◎ 【朝の会】 「TOKYOおはようスクール」 (TOKYO MX) 視聴 ○ △	◎ 【朝の会】 「TOKYOおはようスクール」 (TOKYO MX) 視聴 ○ △	◎ 【朝の会】 「TOKYOおはようスクール」 (TOKYO MX) 視聴 ○ △
① 9:00 ~ 9:45	◎ 【体育・体を動かそう】 ラジオ体操第一・第二/ストレッチ/縄跳び/ステップエクササイズ/上体起こし/東京五輪音頭2020等 ※NHK for school「ストレッチマン・ゴールド(9:00~9:10)も活用可。 ※ステップエクササイズはどんな曲でもOK ★行う場所はおうちの人と相談して★ ○ △	◎ 【体育・体を動かそう】 ラジオ体操第一・第二/ストレッチ/縄跳び/ステップエクササイズ/上体起こし/東京五輪音頭2020等 ※NHK for school「ストレッチマン・ゴールド(9:00~9:10)も活用可。 ※ステップエクササイズはどんな曲でもOK ★行う場所はおうちの人と相談して★ ○ △	◎ 【体育・体を動かそう】 ラジオ体操第一・第二/ストレッチ/縄跳び/ステップエクササイズ/上体起こし/東京五輪音頭2020等 ※NHK for school「ストレッチマン・ゴールド(9:00~9:10)も活用可。 ※ステップエクササイズはどんな曲でもOK ★行う場所はおうちの人と相談して★ ○ △	◎ 【体育・体を動かそう】 ラジオ体操第一・第二/ストレッチ/縄跳び/ステップエクササイズ/上体起こし/東京五輪音頭2020等 ※NHK for school「ストレッチマン・ゴールド(9:00~9:10)も活用可。 ※ステップエクササイズはどんな曲でもOK ★行う場所はおうちの人と相談して★ ○ △	◎ 【体育・体を動かそう】 ラジオ体操第一・第二/ストレッチ/縄跳び/ステップエクササイズ/上体起こし/東京五輪音頭2020等 ※NHK for school「ストレッチマン・ゴールド(9:00~9:10)も活用可。 ※ステップエクササイズはどんな曲でもOK ★行う場所はおうちの人と相談して★ ○ △
② 10:00 ~ 11:00	◎ 【国語・算数】 自分の課題に取り組もう！ ※ドリルやプリント課題が残っている人は取り組みましょう。 ※「子供の学び応援サイト」「東京ベーシック・ドリル」も活用しましょう。おうちの人と相談して、どこをやるか決めて取り組みましょう。 ○ △	◎ 【国語・算数】 自分の課題に取り組もう！ ※ドリルやプリント課題が残っている人は取り組みましょう。 ※「子供の学び応援サイト」「東京ベーシック・ドリル」も活用しましょう。おうちの人と相談して、どこをやるか決めて取り組みましょう。 ○ △	◎ 【国語・算数】 自分の課題に取り組もう！ ※ドリルやプリント課題が残っている人は取り組みましょう。 ※「子供の学び応援サイト」「東京ベーシック・ドリル」も活用しましょう。おうちの人と相談して、どこをやるか決めて取り組みましょう。 ○ △	◎ 【国語・算数】 自分の課題に取り組もう！ ※ドリルやプリント課題が残っている人は取り組みましょう。 ※「子供の学び応援サイト」「東京ベーシック・ドリル」も活用しましょう。おうちの人と相談して、どこをやるか決めて取り組みましょう。 ○ △	◎ 【国語・算数】 自分の課題に取り組もう！ ※ドリルやプリント課題が残っている人は取り組みましょう。 ※「子供の学び応援サイト」「東京ベーシック・ドリル」も活用しましょう。おうちの人と相談して、どこをやるか決めて取り組みましょう。 ○ △
③ 11:10 ~ 11:55	◎ 【生活単元学習】 「自分の役割を果たそう ~お手伝いをしよう~」 昼食準備:調理/食器の準備・片付け/洗い物等 ○ △	◎ 【生活単元学習】 「自分の役割を果たそう ~お手伝いをしよう~」 昼食準備:調理/食器の準備・片付け/洗い物等 ○ △	◎ 【生活単元学習】 「自分の役割を果たそう ~お手伝いをしよう~」 昼食準備:調理/食器の準備・片付け/洗い物等 ○ △	◎ 【生活単元学習】 「自分の役割を果たそう ~お手伝いをしよう~」 昼食準備:調理/食器の準備・片付け/洗い物等 ○ △	◎ 【生活単元学習】 「自分の役割を果たそう ~お手伝いをしよう~」 昼食準備:調理/食器の準備・片付け/洗い物等 ○ △
④ 13:15 ~ 14:00	◎ 【自分の好きな勉強をしよう】 学習動画の視聴、図工(絵や工作)、音楽(好きな歌を楽しむ)、読書、国語・算数等 ○ △	◎ 【自分の好きな勉強をしよう】 学習動画の視聴、図工(絵や工作)、音楽(好きな歌を楽しむ)、読書、国語・算数等 ○ △	◎ 【自分の好きな勉強をしよう】 学習動画の視聴、図工(絵や工作)、音楽(好きな歌を楽しむ)、読書、国語・算数等 ○ △	◎ 【自分の好きな勉強をしよう】 学習動画の視聴、図工(絵や工作)、音楽(好きな歌を楽しむ)、読書、国語・算数等 ○ △	◎ 【自分の好きな勉強をしよう】 学習動画の視聴、図工(絵や工作)、音楽(好きな歌を楽しむ)、読書、国語・算数等 ○ △
⑤ 14:10 ~ 14:55	◎ 【日記を書こう→読書】 今日1日を振り返って、『5月の生活』かノートに書きましょう。(おうちの人と一緒に楽しかったこと、がんばったことなどを話してもよいです。)終わったら読書しましょう。 ○ △	◎ 【日記を書こう→読書】 今日1日を振り返って、『5月の生活』かノートに書きましょう。(おうちの人と一緒に楽しかったこと、がんばったことなどを話してもよいです。)終わったら読書しましょう。 ○ △	◎ 【日記を書こう→読書】 今日1日を振り返って、『5月の生活』かノートに書きましょう。(おうちの人と一緒に楽しかったこと、がんばったことなどを話してもよいです。)終わったら読書しましょう。 ○ △	◎ 【日記を書こう→読書】 今日1日を振り返って、『5月の生活』かノートに書きましょう。(おうちの人と一緒に楽しかったこと、がんばったことなどを話してもよいです。)終わったら読書しましょう。 ○ △	◎ 【日記を書こう→読書】 今日1日を振り返って、『5月の生活』かノートに書きましょう。(おうちの人と一緒に楽しかったこと、がんばったことなどを話してもよいです。)終わったら読書しましょう。 ○ △
14:56 ~ 14:58	◎ 【終わりの会】 「TOKYOおはようスクール」 (TOKYO MX) 視聴 ○ △	◎ 【終わりの会】 「TOKYOおはようスクール」 (TOKYO MX) 視聴 ○ △	◎ 【終わりの会】 「TOKYOおはようスクール」 (TOKYO MX) 視聴 ○ △	◎ 【終わりの会】 「TOKYOおはようスクール」 (TOKYO MX) 視聴 ○ △	◎ 【終わりの会】 「TOKYOおはようスクール」 (TOKYO MX) 視聴 ○ △

学習後にはふりかえりをしましょう。 ◎ よくできた ○ できた △ がんばろう

文部科学省「子供の学び応援サイト」https://www.mext.go.jp/a_menu/ikusei/gakusyushien/index_00001.htm

東京都教育委員会「東京ベーシック・ドリル」https://www.kyoiku.metro.tokyo.lg.jp/school/study_material/improvement/tokyo_basic_drill/

新1年生用「おうちでスタートカリキュラム」https://www.kyoiku-shuppan.co.jp/textbook/shou/seikatsu/files/startcur_200401.pdf

NHK for school <https://www.nhk.or.jp/school/clip/>

【音楽】音源—教育芸術社自宅学習支援コンテンツ <https://textbook.kyogei.co.jp/library/>

新型コロナウイルス感染をのりこえるための説明書 <http://www.suwachuo.jp/info/2020/04/post-117.php>

1年生用/あさがおを育てよう・あさがおを育て方 <http://www.bunkei.co.jp/asagao/manual.html>

【体育】東京五輪音頭2020 <https://youtu.be/VgIXNdP18XE>

NEW 【体育】ストレッチマン ファイブ <http://www.nhk.or.jp/tokushi/sman5/>
(NHK for school)

NEW 【体育】アクティブ・チャイルド・プログラム <https://www.japan-sports.or.jp/Portals/0/acp/index.html>
(公益財団法人日本スポーツ協会)