

**(例)** [高学年用] 一週間の過ごし方を考えよう ( 月 日～ 日)

	時間	月	火	水	木	金
朝の会	8:15 ↓ 8:30	健康チェック (検温) ストレッチ運動	健康チェック (検温) 朝の読書	健康チェック (検温) 朝の読書	健康チェック (検温) 縄跳び運動	健康チェック (検温) 朝の読書
1 時間目	8:30 ↓ 9:15	[国語] ・プリントを解く。	[理科] ・プリントを解く。	[国語] ～書写 (毛筆)～ ・ひらがなを毛筆で書いてみる。	[社会] ・プリントを解く。	[図工] ～心のもよう～ ・1週間の自分の心を絵に表現する。 ・どんな紙にかこうかな?
2 時間目	9:25 ↓ 10:10	[理科] ・プリントを解く。	[算数] ・プリントを解く。		[算数] ・プリントを解く。	
中休み	10:10 ↓ 10:30	(例) 換気をして、空気の入れ換えをしよう。手洗い・うがい・消毒もしよう。				
3 時間目	10:30 ↓ 11:15	[体育] …毎日3時間目は、体を動かす時間にする。 ・縄跳びにチャレンジ。 ・新体力テストの種目にチャレンジ (上体起こし、反復横跳びなど) ・3密を避けてジョギングや散歩をする。				
4 時間目	11:25 ↓ 12:10	[算数] ・いろいろな立体の展開図を作ってみる。	[国語] ・好きな本を読む。	[外国語] ・アルファベットを書いている。	[家庭] ・お昼ご飯を一緒に作る。	[社会] ・47都道府県から一つ選んで調べる。
昼食	12:10 ↓ 12:50	(例) 昼食の後片付けも自分で取り組もう。				
昼休み・掃除	12:50 ↓ 14:00:	(例) 学校で行う掃除の代わりに、自分の部屋の掃除をする。 働いた後は休憩もしっかりとる。水分も忘れずにとる。				
5 時間目	14:00 ↓ 14:45	[社会] ・歴史上の人物を一人選んで調べる。	[音楽] ・春に関する歌を歌う。	[算数] ・縄跳びの記録をグラフで表す。	[国語] ・新しい学年の漢字を書く。	[算数] ・整数の計算を解く。
6 時間目	14:55 ↓ 15:40	[外国語] ・見つけたアルファベットを書き写す。	[総合的な学習の時間] ・将来なりたい職業について調べる。	[クラブ活動] ・自分の好きなことに取り組む。	[総合的な学習の時間] ・将来なりたい職業について調べる。	[学活] ・次の一週間の計画を考え予定表を作る。