

まいにち じぶん かていがくしゅう
毎日、自分で家庭学習にチャレンジしてみよう

しゅうかん 1 週間の家庭学習「時間割」(例) ※小学5年生の例です

つぎ 次のような「時間割」を自分で考えてみましょう。

	げつ 月	か 火	すい 水	もく 木	きん 金
8:30	MX テレビ TOKYO おはようスクール(9ch) ○番組が始まる前に、体温をはかり、体の調子を確認しましょう ○番組を見て、気持ちよく学習を始めましょう				
9:00	算数 東京ベーシック・ドリルで学習する	算数 学校の宿題に取り組み	国語 学習したかん字を使って文を作る	社会 地図帳を使って都道府県の名前や位置を確認	理科 学習コンテンツの動画を見て学習する
10:00	家の手伝い・運動タイム				
10:00	○家の人と相談して、自分にできる家の仕事に取り組みましょう				
11:00	図画工作 動画を参考にし、絵をかく	社会 「社会科学習ワークシート」を使って、学習する	音楽 動画を見て、音楽を鑑賞する	道徳 動画を見て、自分の考えをまとめる	家庭 学習したいことを考え、まとめる
12:00	昼食・昼休み				
12:00	○昼休みをどう過ごすか、自分で考えましょう				
13:00	読書タイム				
14:00	○「東京都立図書館学習・読書応援ポータル」を使ってみましょう				
14:00	理科 学校の宿題に取り組み	体育 動画を見て、家でできる運動を行う	算数 東京ベーシック・ドリルで学習する	国語 すきな作家の本を音読する	外国語 動画を見て、英語の歌を歌う
14:56	MX テレビ TOKYO おはようスクール				
15:00	○番組を見たあと、自分の一日を振り返りましょう				

理科の学習を、学習コンテンツ「NHK for School」の動画を見て、進めてみよう

東京都教育委員会ホームページ



学びの支援サイト



	学習の進め方(例)	時間
① 動画を 見よう	動画の説明文を読み、動画の内容を大まかに知る。	5分
	動画を見る。	5分
② 問題を 解く	わからなかったことがあったときは、教科書を見て確かめたり、動画をもう一度見たりする。	10分
	「東京ベーシック・ドリル」などの問題に取り組む。	15分
③ 答え 合わせ	答え合わせをし、まちがえた問題は正しい答えを赤えんぴつで書く。	5分
	まちがえた問題は、教科書を見たり動画をもう一度見たりして、なぜそのような答えなのかを考える。	10分
④ 見直し	むずかしい問題にはふせんをはり、臨時休校終了後に先生や友達に聞く。	
⑤ 振り返り	プリントのあいているところやノートなどに、動画を見た感想や気づいたことなどを書く。	10分

※動画、ワークシートなどについては、学習コンテンツを活用できます。