

# 家庭学習プランニングシート <5月7日(木)~5月31日(日)>

小学校 年組 名前( )

| 日にち<br>曜日  |                        |        | 1時間目<br>9時~9時45分 | 2時間目<br>10時~10時45分 | 3時間目<br>11時~11時45分 | 昼休み | 4時間目<br>13時30分~14時15分 | 5時間目<br>14時30分~15時15分 | その他 |                        |
|------------|------------------------|--------|------------------|--------------------|--------------------|-----|-----------------------|-----------------------|-----|------------------------|
| 7日・木       | 今日のめあて                 |        |                  |                    |                    |     |                       |                       |     |                        |
|            | 生活<br>子<br>エ<br>ッ<br>ク | 体温     | 体調(○×)           | 教科名                |                    |     |                       |                       |     |                        |
|            |                        | °C     |                  | 内容                 |                    |     |                       |                       |     |                        |
|            |                        | 食事(○×) |                  |                    |                    |     |                       |                       |     |                        |
|            |                        | 朝      | 昼                |                    | 夕                  |     |                       |                       |     |                        |
|            |                        | 睡眠     |                  |                    | 教科書                |     |                       |                       |     |                        |
|            |                        | 起きた時刻  | 時                | 分                  |                    |     |                       |                       |     |                        |
| 寝た時刻       | 時                      | 分      | ふり返り(◎○△)        |                    |                    |     |                       |                       |     |                        |
| 今日1日をふり返って |                        |        |                  |                    |                    |     |                       | お家の人のサイン              |     |                        |
| 8日・金       | 今日のめあて                 |        |                  |                    |                    |     |                       |                       |     |                        |
|            | 生活<br>子<br>エ<br>ッ<br>ク | 体温     | 体調(○×)           | 教科名                |                    |     |                       |                       |     |                        |
|            |                        | °C     |                  | 内容                 |                    |     |                       |                       |     |                        |
|            |                        | 食事(○×) |                  |                    |                    |     |                       |                       |     |                        |
|            |                        | 朝      | 昼                |                    | 夕                  |     |                       |                       |     |                        |
|            |                        | 睡眠     |                  |                    | 教科書                |     |                       |                       |     |                        |
|            |                        | 起きた時刻  | 時                | 分                  |                    |     |                       |                       |     |                        |
| 寝た時刻       | 時                      | 分      | ふり返り(◎○△)        |                    |                    |     |                       |                       |     |                        |
| 今日1日をふり返って |                        |        |                  |                    |                    |     |                       | お家の人のサイン              |     |                        |
| 9日・土       | 生活<br>子<br>エ<br>ッ<br>ク | 体温     | 体調(○×)           | 睡眠                 |                    |     |                       |                       |     | 予定(過ごし方) ※不急不要の外出はひかえる |
|            |                        | °C     |                  | 起きた時刻              | 時                  | 分   |                       |                       |     |                        |
|            |                        | 食事(○×) |                  |                    | 寝た時刻               | 時   | 分                     |                       |     |                        |
|            |                        | 朝      | 昼                | 夕                  |                    |     |                       |                       |     |                        |
| 10日・日      | 生活<br>子<br>エ<br>ッ<br>ク | 体温     | 体調(○×)           | 睡眠                 |                    |     |                       |                       |     | 予定(過ごし方) ※不急不要の外出はひかえる |
|            |                        | °C     |                  | 起きた時刻              | 時                  | 分   |                       |                       |     |                        |
|            |                        | 食事(○×) |                  |                    | 寝た時刻               | 時   | 分                     |                       |     |                        |
|            |                        | 朝      | 昼                | 夕                  |                    |     |                       |                       |     |                        |



| 日にち<br>曜日  |                        |        | 1時間目<br>9時～9時45分 | 2時間目<br>10時～10時45分 | 3時間目<br>11時～11時45分 | 昼休み | 4時間目<br>13時30分～14時15分 | 5時間目<br>14時30分～15時15分 | その他 |  |
|------------|------------------------|--------|------------------|--------------------|--------------------|-----|-----------------------|-----------------------|-----|--|
| 11日・月      | 今日のめあて                 |        |                  |                    |                    |     |                       |                       |     |  |
|            | 生活<br>子<br>エ<br>ツ<br>ク | 体温     | 体調(○×)           | 教科名                |                    |     |                       |                       |     |  |
|            |                        | °C     |                  | 内容                 |                    |     |                       |                       |     |  |
|            |                        | 食事(○×) |                  |                    |                    |     |                       |                       |     |  |
|            |                        | 朝      | 昼                |                    | 夕                  |     |                       |                       |     |  |
|            |                        | 睡眠     |                  |                    | 教科書                |     |                       |                       |     |  |
|            |                        | 起きた時刻  | 時                | 分                  |                    |     |                       |                       |     |  |
| 寝た時刻       | 時                      | 分      | ふり返り(◎○△)        |                    |                    |     |                       |                       |     |  |
| 今日1日をふり返って |                        |        |                  |                    |                    |     |                       | お家の人のサイン              |     |  |
| 12日・火      | 今日のめあて                 |        |                  |                    |                    |     |                       |                       |     |  |
|            | 生活<br>子<br>エ<br>ツ<br>ク | 体温     | 体調(○×)           | 教科名                |                    |     |                       |                       |     |  |
|            |                        | °C     |                  | 内容                 |                    |     |                       |                       |     |  |
|            |                        | 食事(○×) |                  |                    |                    |     |                       |                       |     |  |
|            |                        | 朝      | 昼                |                    | 夕                  |     |                       |                       |     |  |
|            |                        | 睡眠     |                  |                    | 教科書                |     |                       |                       |     |  |
|            |                        | 起きた時刻  | 時                | 分                  |                    |     |                       |                       |     |  |
| 寝た時刻       | 時                      | 分      | ふり返り(◎○△)        |                    |                    |     |                       |                       |     |  |
| 今日1日をふり返って |                        |        |                  |                    |                    |     |                       | お家の人のサイン              |     |  |
| 13日・水      | 今日のめあて                 |        |                  |                    |                    |     |                       |                       |     |  |
|            | 生活<br>子<br>エ<br>ツ<br>ク | 体温     | 体調(○×)           | 教科名                |                    |     |                       |                       |     |  |
|            |                        | °C     |                  | 内容                 |                    |     |                       |                       |     |  |
|            |                        | 食事(○×) |                  |                    |                    |     |                       |                       |     |  |
|            |                        | 朝      | 昼                |                    | 夕                  |     |                       |                       |     |  |
|            |                        | 睡眠     |                  |                    | 教科書                |     |                       |                       |     |  |
|            |                        | 起きた時刻  | 時                | 分                  |                    |     |                       |                       |     |  |
| 寝た時刻       | 時                      | 分      | ふり返り(◎○△)        |                    |                    |     |                       |                       |     |  |
| 今日1日をふり返って |                        |        |                  |                    |                    |     |                       | お家の人のサイン              |     |  |

|            |            |         |   |        |           |   |   |                        |  |  |  |  |
|------------|------------|---------|---|--------|-----------|---|---|------------------------|--|--|--|--|
| 14日・木      | 今日のめあて     |         |   |        |           |   |   |                        |  |  |  |  |
|            | 生活<br>チエック | 体温<br>℃ |   | 体調(○×) | 教科名       |   |   |                        |  |  |  |  |
|            |            | 食事(○×)  |   |        | 内容        |   |   |                        |  |  |  |  |
|            |            | 朝       | 昼 | 夕      |           |   |   |                        |  |  |  |  |
|            |            | 睡眠      |   |        |           |   |   |                        |  |  |  |  |
|            |            | 起きた時刻   | 時 | 分      | 教科書       |   |   |                        |  |  |  |  |
|            |            | 寝た時刻    | 時 | 分      | ふり返り(◎○△) |   |   |                        |  |  |  |  |
| 今日1日をふり返って |            |         |   |        |           |   |   |                        |  |  |  |  |
| 15日・金      | 今日のめあて     |         |   |        |           |   |   |                        |  |  |  |  |
|            | 生活<br>チエック | 体温<br>℃ |   | 体調(○×) | 教科名       |   |   |                        |  |  |  |  |
|            |            | 食事(○×)  |   |        | 内容        |   |   |                        |  |  |  |  |
|            |            | 朝       | 昼 | 夕      |           |   |   |                        |  |  |  |  |
|            |            | 睡眠      |   |        |           |   |   |                        |  |  |  |  |
|            |            | 起きた時刻   | 時 | 分      | 教科書       |   |   |                        |  |  |  |  |
|            |            | 寝た時刻    | 時 | 分      | ふり返り(◎○△) |   |   |                        |  |  |  |  |
| 今日1日をふり返って |            |         |   |        |           |   |   |                        |  |  |  |  |
| 16日・土      | 生活<br>チエック | 体温<br>℃ |   | 体調(○×) | 睡眠        |   |   | 予定(過ごし方) ※不急不要の外出はひかえる |  |  |  |  |
|            |            | 食事(○×)  |   |        | 起きた時刻     | 時 | 分 |                        |  |  |  |  |
|            |            | 朝       | 昼 | 夕      | 寝た時刻      | 時 | 分 |                        |  |  |  |  |
|            |            |         |   |        |           |   |   |                        |  |  |  |  |
| 17日・日      | 生活<br>チエック | 体温<br>℃ |   | 体調(○×) | 睡眠        |   |   | 予定(過ごし方) ※不急不要の外出はひかえる |  |  |  |  |
|            |            | 食事(○×)  |   |        | 起きた時刻     | 時 | 分 |                        |  |  |  |  |
|            |            | 朝       | 昼 | 夕      | 寝た時刻      | 時 | 分 |                        |  |  |  |  |
|            |            |         |   |        |           |   |   |                        |  |  |  |  |

| 日にち<br>曜日  |                        |        | 1時間目<br>9時～9時45分 | 2時間目<br>10時～10時45分 | 3時間目<br>11時～11時45分 | 昼休み | 4時間目<br>13時30分～14時15分 | 5時間目<br>14時30分～15時15分 | その他 |  |  |
|------------|------------------------|--------|------------------|--------------------|--------------------|-----|-----------------------|-----------------------|-----|--|--|
| 18日・月      | 今日のめあて                 |        |                  |                    |                    |     |                       |                       |     |  |  |
|            | 生活<br>子<br>エ<br>ツ<br>ク | 体温     | 体調(○×)           | 教科名                |                    |     |                       |                       |     |  |  |
|            |                        | ℃      |                  |                    | 内容                 |     |                       |                       |     |  |  |
|            |                        | 食事(○×) |                  |                    |                    |     |                       |                       |     |  |  |
|            |                        | 朝      | 昼                | 夕                  |                    |     |                       |                       |     |  |  |
|            |                        | 睡眠     |                  |                    | 教科書                |     |                       |                       |     |  |  |
|            |                        | 起きた時刻  | 時                | 分                  |                    |     |                       |                       |     |  |  |
| 寝た時刻       | 時                      | 分      | ふり返り(◎○△)        |                    |                    |     |                       |                       |     |  |  |
| 今日1日をふり返って |                        |        |                  |                    |                    |     |                       | お家の人のサイン              |     |  |  |
| 19日・火      | 今日のめあて                 |        |                  |                    |                    |     |                       |                       |     |  |  |
|            | 生活<br>子<br>エ<br>ツ<br>ク | 体温     | 体調(○×)           | 教科名                |                    |     |                       |                       |     |  |  |
|            |                        | ℃      |                  |                    | 内容                 |     |                       |                       |     |  |  |
|            |                        | 食事(○×) |                  |                    |                    |     |                       |                       |     |  |  |
|            |                        | 朝      | 昼                | 夕                  |                    |     |                       |                       |     |  |  |
|            |                        | 睡眠     |                  |                    | 教科書                |     |                       |                       |     |  |  |
|            |                        | 起きた時刻  | 時                | 分                  |                    |     |                       |                       |     |  |  |
| 寝た時刻       | 時                      | 分      | ふり返り(◎○△)        |                    |                    |     |                       |                       |     |  |  |
| 今日1日をふり返って |                        |        |                  |                    |                    |     |                       | お家の人のサイン              |     |  |  |
| 20日・水      | 今日のめあて                 |        |                  |                    |                    |     |                       |                       |     |  |  |
|            | 生活<br>子<br>エ<br>ツ<br>ク | 体温     | 体調(○×)           | 教科名                |                    |     |                       |                       |     |  |  |
|            |                        | ℃      |                  |                    | 内容                 |     |                       |                       |     |  |  |
|            |                        | 食事(○×) |                  |                    |                    |     |                       |                       |     |  |  |
|            |                        | 朝      | 昼                | 夕                  |                    |     |                       |                       |     |  |  |
|            |                        | 睡眠     |                  |                    | 教科書                |     |                       |                       |     |  |  |
|            |                        | 起きた時刻  | 時                | 分                  |                    |     |                       |                       |     |  |  |
| 寝た時刻       | 時                      | 分      | ふり返り(◎○△)        |                    |                    |     |                       |                       |     |  |  |
| 今日1日をふり返って |                        |        |                  |                    |                    |     |                       | お家の人のサイン              |     |  |  |

|            |        |         |   |        |           |   |   |                        |  |  |  |  |
|------------|--------|---------|---|--------|-----------|---|---|------------------------|--|--|--|--|
| 21日・木      | 今日のめあて |         |   |        |           |   |   |                        |  |  |  |  |
|            | 生活チェック | 体温<br>℃ |   | 体調(○×) | 教科名       |   |   |                        |  |  |  |  |
|            |        | 食事(○×)  |   |        | 内容        |   |   |                        |  |  |  |  |
|            |        | 朝       | 昼 | 夕      |           |   |   |                        |  |  |  |  |
|            |        | 睡眠      |   |        |           |   |   |                        |  |  |  |  |
|            |        | 起きた時刻   | 時 | 分      | 教科書       |   |   |                        |  |  |  |  |
|            |        | 寝た時刻    | 時 | 分      | ふり返り(◎○△) |   |   |                        |  |  |  |  |
| 今日1日をふり返って |        |         |   |        |           |   |   |                        |  |  |  |  |
| 22日・金      | 今日のめあて |         |   |        |           |   |   |                        |  |  |  |  |
|            | 生活チェック | 体温<br>℃ |   | 体調(○×) | 教科名       |   |   |                        |  |  |  |  |
|            |        | 食事(○×)  |   |        | 内容        |   |   |                        |  |  |  |  |
|            |        | 朝       | 昼 | 夕      |           |   |   |                        |  |  |  |  |
|            |        | 睡眠      |   |        |           |   |   |                        |  |  |  |  |
|            |        | 起きた時刻   | 時 | 分      | 教科書       |   |   |                        |  |  |  |  |
|            |        | 寝た時刻    | 時 | 分      | ふり返り(◎○△) |   |   |                        |  |  |  |  |
| 今日1日をふり返って |        |         |   |        |           |   |   |                        |  |  |  |  |
| 23日・土      | 生活チェック | 体温<br>℃ |   | 体調(○×) | 睡眠        |   |   | 予定(過ごし方) ※不急不要の外出はひかえる |  |  |  |  |
|            |        | 食事(○×)  |   |        | 起きた時刻     | 時 | 分 |                        |  |  |  |  |
|            |        | 朝       | 昼 | 夕      | 寝た時刻      | 時 | 分 |                        |  |  |  |  |
|            |        |         |   |        |           |   |   |                        |  |  |  |  |
| 24日・日      | 生活チェック | 体温<br>℃ |   | 体調(○×) | 睡眠        |   |   | 予定(過ごし方) ※不急不要の外出はひかえる |  |  |  |  |
|            |        | 食事(○×)  |   |        | 起きた時刻     | 時 | 分 |                        |  |  |  |  |
|            |        | 朝       | 昼 | 夕      | 寝た時刻      | 時 | 分 |                        |  |  |  |  |
|            |        |         |   |        |           |   |   |                        |  |  |  |  |

| 日にち曜日      |        |         | 1時間目<br>9時～9時45分 | 2時間目<br>10時～10時45分 | 3時間目<br>11時～11時45分 | 昼休み | 4時間目<br>13時30分～14時15分 | 5時間目<br>14時30分～15時15分 | その他 |  |
|------------|--------|---------|------------------|--------------------|--------------------|-----|-----------------------|-----------------------|-----|--|
| 25日・月      | 今日のめあて |         |                  |                    |                    |     |                       |                       |     |  |
|            | 生活子エック | 体温<br>℃ | 体調(○×)           | 教科名                |                    |     |                       |                       |     |  |
|            |        | 食事(○×)  |                  | 内容                 |                    |     |                       |                       |     |  |
|            |        | 朝       | 昼                |                    | 夕                  |     |                       |                       |     |  |
|            |        | 睡眠      |                  | 教科書                |                    |     |                       |                       |     |  |
|            |        | 起きた時刻   | 時                |                    | 分                  |     |                       |                       |     |  |
|            |        | 寝た時刻    | 時                | 分                  | ふり返り(◎○△)          |     |                       |                       |     |  |
| 今日1日をふり返って |        |         |                  |                    |                    |     |                       | お家の人のサイン              |     |  |
| 26日・火      | 今日のめあて |         |                  |                    |                    |     |                       |                       |     |  |
|            | 生活子エック | 体温<br>℃ | 体調(○×)           | 教科名                |                    |     |                       |                       |     |  |
|            |        | 食事(○×)  |                  | 内容                 |                    |     |                       |                       |     |  |
|            |        | 朝       | 昼                |                    | 夕                  |     |                       |                       |     |  |
|            |        | 睡眠      |                  | 教科書                |                    |     |                       |                       |     |  |
|            |        | 起きた時刻   | 時                |                    | 分                  |     |                       |                       |     |  |
|            |        | 寝た時刻    | 時                | 分                  | ふり返り(◎○△)          |     |                       |                       |     |  |
| 今日1日をふり返って |        |         |                  |                    |                    |     |                       | お家の人のサイン              |     |  |
| 27日・水      | 今日のめあて |         |                  |                    |                    |     |                       |                       |     |  |
|            | 生活子エック | 体温<br>℃ | 体調(○×)           | 教科名                |                    |     |                       |                       |     |  |
|            |        | 食事(○×)  |                  | 内容                 |                    |     |                       |                       |     |  |
|            |        | 朝       | 昼                |                    | 夕                  |     |                       |                       |     |  |
|            |        | 睡眠      |                  | 教科書                |                    |     |                       |                       |     |  |
|            |        | 起きた時刻   | 時                |                    | 分                  |     |                       |                       |     |  |
|            |        | 寝た時刻    | 時                | 分                  | ふり返り(◎○△)          |     |                       |                       |     |  |
| 今日1日をふり返って |        |         |                  |                    |                    |     |                       | お家の人のサイン              |     |  |

|            |        |         |   |        |           |   |                        |  |  |  |  |  |
|------------|--------|---------|---|--------|-----------|---|------------------------|--|--|--|--|--|
| 28日・木      | 今日のめあて |         |   |        |           |   |                        |  |  |  |  |  |
|            | 生活チェック | 体温<br>℃ |   | 体調(○×) | 教科名       |   |                        |  |  |  |  |  |
|            |        | 食事(○×)  |   |        | 内容        |   |                        |  |  |  |  |  |
|            |        | 朝       | 昼 | 夕      |           |   |                        |  |  |  |  |  |
|            |        | 睡眠      |   |        |           |   |                        |  |  |  |  |  |
|            |        | 起きた時刻   | 時 | 分      | 教科書       |   |                        |  |  |  |  |  |
|            |        | 寝た時刻    | 時 | 分      | ふり返り(◎○△) |   |                        |  |  |  |  |  |
| 今日1日をふり返って |        |         |   |        |           |   |                        |  |  |  |  |  |
| 29日・金      | 今日のめあて |         |   |        |           |   |                        |  |  |  |  |  |
|            | 生活チェック | 体温<br>℃ |   | 体調(○×) | 教科名       |   |                        |  |  |  |  |  |
|            |        | 食事(○×)  |   |        | 内容        |   |                        |  |  |  |  |  |
|            |        | 朝       | 昼 | 夕      |           |   |                        |  |  |  |  |  |
|            |        | 睡眠      |   |        |           |   |                        |  |  |  |  |  |
|            |        | 起きた時刻   | 時 | 分      | 教科書       |   |                        |  |  |  |  |  |
|            |        | 寝た時刻    | 時 | 分      | ふり返り(◎○△) |   |                        |  |  |  |  |  |
| 今日1日をふり返って |        |         |   |        |           |   |                        |  |  |  |  |  |
| 30日・土      | 生活チェック | 体温<br>℃ |   | 体調(○×) | 睡眠        |   | 予定(過ごし方) ※不急不要の外出はひかえる |  |  |  |  |  |
|            |        | 食事(○×)  |   |        | 起きた時刻     | 時 | 分                      |  |  |  |  |  |
|            |        | 朝       | 昼 | 夕      | 寝た時刻      | 時 | 分                      |  |  |  |  |  |
|            |        |         |   |        |           |   |                        |  |  |  |  |  |
| 31日・日      | 生活チェック | 体温<br>℃ |   | 体調(○×) | 睡眠        |   | 予定(過ごし方) ※不急不要の外出はひかえる |  |  |  |  |  |
|            |        | 食事(○×)  |   |        | 起きた時刻     | 時 | 分                      |  |  |  |  |  |
|            |        | 朝       | 昼 | 夕      | 寝た時刻      | 時 | 分                      |  |  |  |  |  |
|            |        |         |   |        |           |   |                        |  |  |  |  |  |



◆6月1日(月)の予定と持ち物

| 日にち<br>曜日        |       |            | 1時間目 | 2時間目 | 3時間目 |  | 4時間目 | 5時間目 | 6時間目 |
|------------------|-------|------------|------|------|------|--|------|------|------|
| 1<br>日<br>・<br>月 | 体温    | 体調(○×)     | 教科名  |      |      |  |      |      |      |
|                  | °C    |            |      |      |      |  |      |      |      |
|                  | 登校の仕方 |            | 内容   |      |      |  |      |      |      |
|                  |       |            |      |      |      |  |      |      |      |
|                  |       | 持ち物<br>連らく |      |      |      |  |      |      |      |

困ったことがあったら、遠りよしないで、学校に連らくしてください。

小学校 年 組 担任( ) 学校の電話番号 ( )-