

# 家庭学習を進めましょう

「学習メニュー例」を参考にして、毎日の学習予定をつくってみてください。  
保護者にとっても、お子様にとっても無理のない範囲の計画に。

## 家庭での学習メニュー例

### 予習をしてみよう

#### 「学習課題」

- \*教科書を見ながらじっくり考えて取り組む内容です。
- \*市教委HPに毎週木曜日15時頃一週間分を更新しています。
- \*インターネットが使用できない場合は学校が印刷配付します。
- \*学校が課題を加えて出している場合もあります。

### 動画を見てみよう

#### 札幌市HPの動画

- 「学習課題のサポート」
- 「家でもできる運動」 など
- \*動画は今後増やしていきます。

#### 「プリントひろば」

- \*「プリントひろば」の学習動画（アニメーション）を掲載しています。

### 問題に挑戦してみよう

#### 「プリントひろば」

- \*学習問題のプリントが使えます。答えも確認できます。
- \*専用のHPに掲載されています。
- \*HPアドレスはこのページの下に掲載。

#### 「学校ごとの課題」

- \*各学校からの連絡を確認してください。

## 学校

- ★課題の提供や電話等での学習相談などによる支援を行います。
- ★教職員からのメッセージ（コメントや動画）など、学校HP等で発信も。

インターネットが使える場合は、市教委・学校等のHPも活用してみてください。

## 学習課題 <予習>

<https://www.city.sapporo.jp/kyoiku/shido/2020sapporokkogakusyuuusapo-to.html>

- \*〔札幌市教育委員会 学習課題〕で検索
- \*学習課題のサポート動画も掲載



【小学校 算数の動画】



【小学校 外国語の動画】

## プリントひろば <問題形式>

小学校 \*全学年の国語・算数

<https://pmon.tokyo-shoseki.co.jp/student/auth/login>

中学校 \*全学年の国語・数学・理科・社会・外国語

<https://pmon2.tokyo-shoseki.co.jp/student/auth/login>

※ログインに必要な「ユーザーID」と「パスワード」は学校にご確認ください。

※市立学校児童生徒限定です。

「問題」と「答え」が掲載されています



## 「子供の学び応援サイト」

[https://www.mext.go.jp/a\\_menu/iku/sei/gakusyushien/index\\_00001.htm](https://www.mext.go.jp/a_menu/iku/sei/gakusyushien/index_00001.htm)

- \*文部科学省が提供
- \*学習動画も掲載



## 生活リズムを整えましょう

- 学び・運動・食事・すいみんのバランスよい生活を。
- 家庭生活のスケジュール表をつくってみましょう。
- 無理なく、休憩やリラックスの活動も取り入れて。

■ 学校が休みの間、不安かと思いますが、学校にも相談しながら、今できることを見つけて、一つ一つ取り組んでみてください。

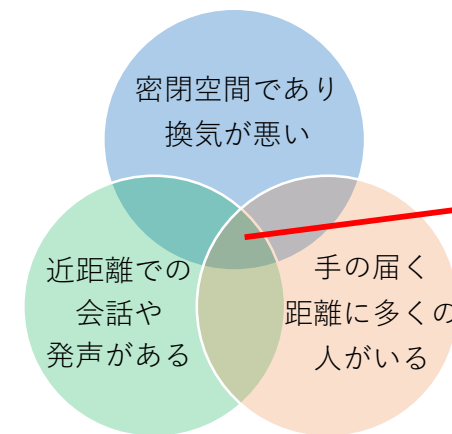
### 一日のスケジュール例

- 8:30 ①ねつをはかる ②ストレッチなどかんたんな運動
- 8:45 朝読書：好きな本をゆっくり⇒20分
- 9:10 算数：学習課題（予習）やプリント（問題）⇒30分
- 9:50 「NHK for school」で学習動画を見る⇒テレビ番組時刻表を見て計画インターネットの場合は⇒<https://www.nhk.or.jp/school/program/>
- 10:30 道徳：教科書の教材を一つ読む（何度か繰り返して）・感想を書く⇒30分
- 11:10 運動：「家でもできる運動」（市教委HP）やラジオ体操、腕立て伏せなど
- 12:00 食事（食事前の手洗いをしっかり）
- 13:00 趣味やリラックスの時間⇒30分
- 13:30 国語：学習課題（予習）やプリント（問題）⇒30分
- 14:15 社会：学習課題（予習）やプリント（問題）⇒30分
- 14:45 外国語：学習課題（予習）やプリント（問題）⇒30分
- 15:30 自由時間

### 学校

■ 学校から健康確認のため電話などをします。

## 3密を避けましょう



3つの条件が揃う場所が集団発生リスクが高い

手洗いもしっかり行いましょう

### この時期、特に気をつけたいこと

- 不要不急の外出は控えましょう。
- 子どもたちだけで家の外に出て、公園などで「密」になることのないようにしましょう。
- 不安なことはまず相談をしましょう。（感染症によるいじめ・偏見等の悩みなども抱え込まずに）
  - ・24時間子供SOSダイヤル（0120-0-78310）
  - ・札幌市教育委員会少年相談室（0120-127-830）
- 些細なことでイライラしやすいなど、子どもの様子がいつもと違うときは、まずはじっくり話を聞いてあげましょう。
- 発熱など風邪等の症状が4日以上続く場合は、救急安心センターさっぽろ（#7119又は011-272-7119）に相談しましょう。