

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

	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 取り組む	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 の名前や位置を確かめる	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 て、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 取り組む	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	せたがやまなびチャレンジ				
15:00	○せたがやまなびチャンネルを見て、チャレンジしてみよう				

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。 動画を見る。	5分 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
③答え 合わせ	「東京ベーシック・ドリル」などの問題に取り組む。 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。	15分 5分
④見直 し	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。 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。	10分
⑤振り 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。