

# 夏休みの生活 本郷小 5年

さあ、いよいよ待ちに待った夏休みが始まります。この機会に、挑戦してみたいことやがんばりたいことを見つけて、進んで取り組んでみましょう。そして、充実した夏休みを送るために、健康や安全に、十分に気をつけて過ごしましょう。

## 1 生活について

### 規則正しい生活をしよう

- ・早ね早起きをする。
- ・あいさつをする。
- ・勉強(2時間以上)をする。
- ・読書(30分以上)をする。
- ・歯みがきをする。
- ・うがい、手洗いをする。
- ・食事をきちんととる。(友達と遊んでいても、食事の時間は家へ帰る。)
- ・ゲームをやりすぎない。
- ・テレビを見すぎない。
- ・冷たいものを飲みすぎない。 \*何事も「〇〇すぎ」はよくありません。

### 安全な生活をしよう

- ・遊びに行く時間を守る。(午前9時から午後5時まで)
- ・遊びに行くときは、必ず家の人に伝える。(防犯ブザーを持って外出する。)  
→ 「誰と」「どこへ」「何をしに」「何時に帰る」
- ・外で遊ぶときは、帽子をかぶり、水分補給をしっかりと行う。(熱中症対策)
- ・周囲からよく見える場所で遊ぶ。
- ・知らない人にはついていかない。
- ・知らない人や不しんな電話には気をつけ、友達住所や電話番号を教えない。
- ・花火や魚つりは大人といっしょにやる。
- ・川やがけ、車の通る道など、危ない場所では遊ばない。
- ・エアガン、火遊び、道路での遊びなど危険な遊びはしない。
- ・自転車に乗るときは、飛び出しをしない。スピードを出しすぎない。  
(ブレーキ点検、ヘルメットの着用、一時停止、左右確認を必ず行う。)
- ・お金はむだづかいをしないように考えて使う。
- ・お金や物やゲームソフトなどの貸し借りをしない。
- ・子どもだけで学区外や大きな店やゲームセンターに行かない。(必ず大人の人と行く。)

### お手伝いをしよう

- ・自分の仕事を決め、毎日取り組む。
- ・たのまれた仕事は、気持ちよく行う。(家族の一員として)
- ・家庭科で学習したお手伝いに挑戦しよう。(調理やさいほう)



### その他

- ・虫歯など、ちりょうが終わっていない人はちりょうをする。
- ・高学年として、町内や子ども会などの行事に進んで参加する。
- ・公共のしせつや場所では、マナーやルールを守り、周りの人にめいわくをかけない。

## 2 学習について

※ときには、できない日もあると思いますが、毎日取り組むことが大切です。  
(できるだけ、決まった時間に決まった場所でやるようにしましょう!)

**必ずやること(宿題)** □にチェックして、<sup>かくにん</sup>確認!

- 夏スキル (2つ進めたら○を付けよう。ためないようにしよう。)
- 夏休み新聞・1行日記
- 作文・感想文課題の中から1点以上
- 習字(半紙)・標語の課題の中から1点以上
- 絵画・工作課題・ホームソーイングの中から1点以上
- ぞうきん作り1まい(自分でなみぬいをする)
- 家庭科チャレンジカード(1つはぞうきん作りについて)
- 読書(毎日30分以上、読書カードに記入:4さつ以上は読みましょう。  
\*読書カードがいっぱいになったら、自学ノートに書いておきましょう。)
- 家庭学習(毎日2時間以上…集中できるよう時間を区切って)

\*楽しくマなぼうに記入を忘れずに → (例)午前中1時間・午後1時間



### その他、積極的に取り組もう

○総合的な学習の資料集め、体験など

・できることをやる。体験、参加型の学習を積極的に。

○さらにいろいろなコンクールへの参加!(参加自由)

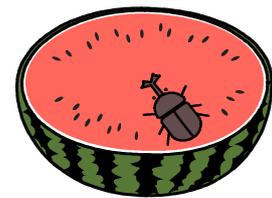
- ・統計グラフ(1学期中にアンケートをやった人)しめ切り 8月9日(金)
  - ・理科自由研究(作品展に出す場合は、まとめ方に注意!)
  - ・発明工夫
- } しめ切り  
8月26日(月)

○一人一人にあった1学期の復習

例・理科、社会の復習をする。

- ・算数の教科書の「えんぴつ問題」や「練習問題」,「トライ問題」などを、全部解き直す。
- ・1学期の単元テストを、もう一度解き直す。
- ・家にある問題集を、くり返し練習する。
- ・漢字や計算ドリルの2回目,3回目を行う。
- ・リコーダーの練習。

○水泳・外遊び・スポーツ少年団や習い事で体力作り!



## 3 学びの広場

○7月22(月)~25日(木) 8:20登校,10:55下校(バスも同じ)

持ち物: **上ばき(22日)**, 筆記用具, 下じき, ハンカチ・ティッシュ, 水筒  
防犯ブザー, 安全帽(黄色の帽子), 手さげ

※もし、欠席する場合は、必ず学校と登校班の友達に連絡してください。



# できているかな？生活習慣

5年 組

(名前)

◆自分の生活… <sup>しゅうかん</sup>基本的な生活習慣を考えてみましょう。どのくらい、あたりまえのことが、言われなくてもあたりまえにできるようになっているかな。さあ、長い夏休みです。しっかり行動にあらわしてみましょう♪  
(ちゃんとできている◎, ちょっとあやしい△)

番	身の回りの生活習慣	現在	9 / 1
1	○家族に対して元気に「おはよう」のあいさつをする。		
2	○朝起きたら、顔をあらってリフレッシュ！		
3	○食事のあいさつ「いただきます」「ごちそうさま」の感しゃ！		
4	○食事の後片付けをする。(使った食器は、台所へ運ぶ)		
5	○食後はみがき (一日3回, 3分以内に, 3分間)		
6	○出かける時の「行ってきま～す」, 行き先の報告！		
7	○よその家にうかがった時のあいさつ「おじゃまします」など。		
8	○よその家にあがらせていただく時の自分のくつの向き。(直す)		
9	○おやつなどをいただいたときのお礼「ありがとう」「ごちそうさま」が言える。また帰ってから親へきちんと話せる。		
10	○家の中のしきいをふまない。		
11	○ゴミのポイすては、ぜったいしない！		
12	○コンビニ等の前で、買い食いをしない。(マナーが悪い！)		
13	○かかってきた電話への応対, ていねい語での受け答え。		
14	○電話をかけるときは, 自分の名前を先につげる。		
15	○公共の乗り物やしせつの中で, さわがない。		
16	○自転車を正しく安全に乗る。(二列走行, 二人乗り禁止, ヘルメットをかぶる。)		
17	○帰宅時刻を守って, 「ただいま～」。		
18	○夕方から夕飯までの, 家の中の手伝い。(家庭科の実せん)		
19	○早ね早起き。十分なすいみん。		
20	○家族に対してのきちんとした「おやすみなさい」のあいさつ。		
	自信をもってつけた◎の数の合計 (夏休み終わるころに◎の数がふえているといいですね！)		

\*夏休み前と9月1日に、おうちの人と一緒に確認してみましょう。 サイン

## 2学期について

### 9月2日(月)始業式

給食あり，14：50 完全下校  
(バス14：50)

夏休み明け初日です。生活リズムを整えて、集合時間におくれないようにしましょう。

#### \*持ち物

□にチェックしながら確認

- 夏休みに学習したものや作品（宿題は、しおりの2ページを見て確認）
- 通信表（押印<sup>おういん</sup>の確認<sup>かくにん</sup>）      上ばき      連絡帳
- 給食セット・歯みがきセット      読書ファイル      防災ずきん
- ぞうきん2枚（記名はしない。1枚は自分で手ぬいしたもの）
- 紅白帽子      筆記用具      国語      算数
- できているかな？生活習慣<sup>しゅうかん</sup>（しおりp.3, 家の人のサイン）

#### ○荷物が多くなりませので、注意して登校しましょう。

\*お道具箱・お道具袋は、荷物の量を考えて、なるべく早めに持ってきてきましょう。

\*絵の具セット，習字セットは，連絡があったらすぐに持ってくるができるように準備しておきましょう。

（中身を確認し，足りないものは補充<sup>ほじゅう</sup>して下さい。記名も忘れずに。）

**\*9月2日(月)は，身体計測があるため，体操服(半そで・短パン)で登校しましょう。**（女子は，髪のしぼり方に注意しましょう。）