

休校中の家庭学習について

- 番組（インターネット）
 - ・いばらき＝「いばらきオンラインスタデイ」→先生の授業動画を見ます。
 - ・NHK＝「NHK for school」→動画を見ます。
 - ・e ライブラリ・・・しっかり学習→ドリル（単元学習）→教科→単元名→練習をします。他にも、様々な学習の動画があります。見てみましょう。
- 各教科，表の上から順番に学習していくとよいでしょう。
- 漢字ノートへの練習は，漢字スキルの「テストの練習」ページ（ページ右上・緑のりんごに番号がふってあります。）を1行ずつ練習します。漢字スキルの書きこみが終わったら，ノートに練習します。
- 表にある課題以外に学習したものがあれば，表の下（空らん）に書きましょう。
- 配布物全てのものに名前を書いてください。
- 以下の物は，教室保管をしています。
 - ・ノート（国語，算数，理科，社会，英語）
 - ・道徳の教科書とノート

外国語

単元	番組・スキル	題名・番号・学習	日にち	サイン
自分のことを しょうかいしよう	「いばらき」	①		
自分のことを しょうかいしよう	「いばらき」	②		
自分のことを しょうかいしよう	プリント			

体育

運動取組カードを使って、運動をしましょう。

国語

- ・漢字スキルの「新しい漢字のページ」は、①指書き→なぞり書き→③うつつし書きの順番で学習しましょう。
- ・漢字スキルの書きこみが終わったら、漢字ノートに練習してみましょう。
- ・プリントやテストは、答え合わせ（丸付け）をしましょう。

単元	番組・スキル	題名・番号・学習	日にち	サイン
この言葉、あなたならどう考える	教科書	音読練習		
この言葉、あなたならどう考える	「いばらき」 新しい国語	授業動画		
事実と考えを区別しよう	教科書	音読練習		
事実と考えを区別しよう	「いばらき」 新しい国語	授業動画		
だいたいようぶ	教科書	上手に読めるまで 音読練習		
だいたいようぶ	「NHK」	18回		
だいたいようぶ	お伝と伝じろう	声だけで表現しよう		
だいたいようぶ	印刷プリント			
	漢字スキル	P 2～3		
	漢字スキル	P 4～5		
	漢字スキル	P 6～7		
	漢字スキル	P 8～9		
	漢字スキル	P 10～11		
だいたいようぶ	プラスワン			
だいたいようぶ	プリント			
四年生で習った漢字	テスト			

書写（習字）

- ・練習をして、よく書けたもの1枚を提出しましょう。教室内に掲示します。

道	P11	
---	-----	--

理科

- ・観察は、9 ページをよく読んで、4 日間観察をしましょう。
- ・プリントは、答え合わせ (丸付け) をしましょう。

単元	番組	題名・番号・学習	日にち	サイン
天気の変化	教科書	P.6～P.9. 教科書を読む		
天気の変化	観察カード	P.9 天気と雲のよ うす観察 4 日分		
天気の変化	教科書	P.10～P.23 教科書を読む		
天気の変化	いばらき	① 授業動画		
天気の変化	いばらき	② 授業動画		
天気の変化	いばらき	③ 授業動画		
天気の変化	NHK ふしぎ エンドレス	8 回		
天気の変化	NHK ふしぎが いっぱい	雲と天気		
天気の変化	NHK ふしぎが いっぱい	あすの天気		
天気の変化	NHK ふしぎ ワールド	うつりかわる天気		
天気の変化	e ライブラリ	天気の変化		
天気の変化	プラスワ ン プリント			
天気の変化	プリント			

天気と雲のようす

組

名前

雲のようすと天気の変化の関係を調べる。

天気と雲のようす

月 日

午前 ・ 午後 の天気

--

.....

.....

.....

.....

.....

Unit1 Hello, friends. ①

自分の名前を伝え合おう。(スポーツ, 大文字)

★用意するもの 教科書, Picture Dictionary

今日の活動

Small Talk

- 名前や好きなもの、ことなどについてのやり取り
- My name is OOO. I' m ΔΔΔ. 自己紹介

Word Link

- 「スポーツ」の単語

Let's Try

- ポインティングゲームをしよう。

Sounds and Letters

- アルファベットの名前を確認しよう。
- 聞き取ったアルファベットを大文字で書こう。

①

②

③

④

⑤

⑥

振り廻り ▶ 動画が終わったら書いてね!



とてもよかったです だいたいよくできました あまりできなかった

My Good Points (がんばったこと)

Next Step (次にがんばりたいこと)



Name ★名前を書こう

Unit1 Hello, friends. ②

自己紹介と名前のつづりを言おう。
(学校, 大文字)

★用意するもの 教科書, Picture Dictionary

今日の活動

Small Talk

- What' s your name? 自己紹介(名前)と名前のスペル

Word Link

- 「学校」の単語

Let's Try

- ポインティングゲームをしよう。▶聞き取った語を指してね!

Sounds and Letters

- アルファベットの名前を確認しよう。
- 聞き取ったアルファベットを大文字で書こう。

①

②

③

④

⑤

⑥

☆自分挑戦 Starting Out

- ▶教科書p.10右上のQRコードを読み取ると音声聞くことができるよ。
- 音声を聞いて、場面の順に口に番号を書こう。

振り廻り



とてもよかったです だいたいよくできました あまりできなかった

My Good Points (がんばったこと)

Next Step (次にがんばりたいこと)

Name ★名前を書こう

屋外でのいろいろな運動の組合せ方の例（小学生）

【例1】家や近くの公園などで運動する場合 **30分**

①体を伸ばす・ほぐす運動



5分

準備運動を
しっかり
行いましょう

②ウォーキング



10分

安全な場所で
無理のないはやさで
行いましょう

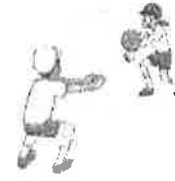
③なわとび



5分

できるとび方で
続けて何回とべるか
挑戦しましょう

④ボールを使った運動



10分

運動する場所のきまり
を守り、安全にできる
運動を選んで行いま
しょう

【例2】遊具が使える公園などで運動する場合 **30分**

①体を伸ばす・ほぐす運動



5分

準備運動を
しっかり
行いましょう

②ジョギング



5分

無理のないはやさ
で行いましょう

③なわとび



5分

いろいろな
とび方に
挑戦しましょう

④遊具を使った運動



15分

使い方の
きまりを守って
運動しましょう

【例3】校庭や運動場などで運動する場合 **30分**

①体を伸ばす・ほぐす運動



5分

準備運動を
しっかり
行いましょう

②かけっこ



5分

短いきより
を全力で
走りましょう

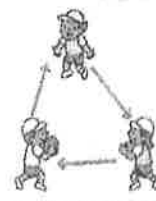
③遊具を使った運動



10分

使い方のきまりを
守って運動しましょう

④ボールを使った運動



10分

友達とボールパスをする
ときは、長いきよりを
とって行いましょう

【例4】校庭や運動場などで、いろいろな用具を使って運動する場合 **30分**

①体を伸ばす・ほぐす運動



5分

準備運動を
しっかり
行いましょう

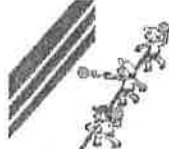
②ジョギング



5分

無理のないはやさ
で行いましょう

③ボールを使った運動



10分

校庭のきまりを守り、
安全にできるものを
選んで行いましょう

④竹馬や一輪車などに乗る運動



10分

長く乗ったり、
遠くまで進んだり
しましょう

この他にも、一人や少人数で安全に行うことができるもので、自分にできる運動があれば、組み合わせてみましょう。

【例】鉄棒運動、壁倒立、バドミントン、テニス・バット・ラケットのすぶり、一人でできるダンス、腕立て伏せ、上体起こし など

屋外で行える運動の例（小学生）

- 運動不足にならないように、なるべく屋外で【毎日30分くらい】を目安に運動しましょう。
- 以下の例を参考にして、いろいろな運動を組み合わせて行いましょう。自分の体調や安全にも気を配りましょう。

体を伸ばす・ほぐす運動

5分くらい



準備運動をしっかり行いましょう

ウォーキング、ジョギング

10～15分

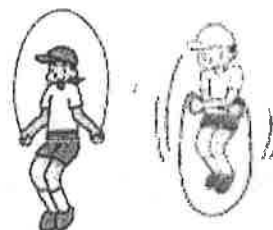
5～10分



無理のないはやさで、続けて行いましょう

なわとび

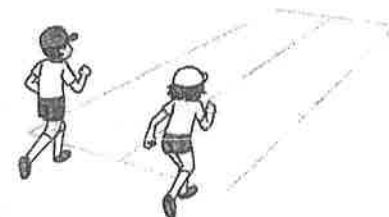
5～10分



いろいろななわとび方をしましょう

かけっこ

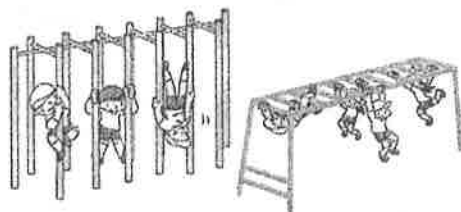
5分くらい



短いきよりを全力で走りましょう

遊具を使った運動

10～15分



使い方のきまりを守って運動しましょう

竹馬や一輪車などに乗る運動

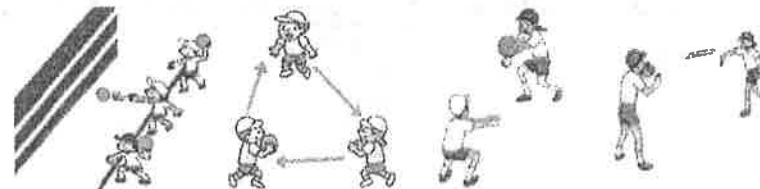
10～15分



長く乗ったり、遠くまで進んだりしましょう

ボールを使った運動

10～15分



的当てやボールパス、キャッチボールなどをしましょう

※ 赤いわくの中の時間を目安として、自分で時間を増やしたり短くしたりして、無理せずいろいろな運動をしましょう。

注意！

- 多くの人が集まるような運動をしないで、なるべく1人で運動しましょう。
- 少ない人数で運動するときは、ほかの人と長いきよりをとって行うようにしましょう。
- 運動するときも、いきが苦しくなれば、できるだけマスクをしましょう。
- 用具や遊具を使う場合は、消毒液があれば消毒してから使うようにしましょう。
- 友達との用具の使い回しは、できるだけ、さけるようにしましょう。
- 運動する前や運動した後は、手洗いやうがいなどをしましょう。用具や遊具を使った後は念入りに手を洗いましょう。



運動取組カード (小学生用)

年 組 名 前

★★★ 毎日、30分くらいを**目安**に、いろいろな**運動**を組み合わせて取り組みましょう。★★★

今週は、() 日、30分 運動できるようにする！

※目標を達成するためにがんばりたいことなどを書きましょう。

目 標	取組組んだ運動 (取組組んだ運動を○でかきこみましょう。)										運動した時間
／ (月)	体を伸ばす・ ほぐす運動 	ウォーキング 	ジョギング 	せわどび 	かけっこ 	遊具などを 使った運動 	竹馬や一輪車 などに乗る運動 	ボールを 使った運動 	()	30分取り組めた日は ○を書きましょう。	
／ (火)	他にも取組組んだ運動がありましたら、() の中に書きましょう。	ウォーキング 	ジョギング 	せわどび 	かけっこ 	遊具などを 使った運動 	竹馬や一輪車 などに乗る運動 	ボールを 使った運動 	()	30分取り組めた日は ○を書きましょう。	
／ (水)	他にも取組組んだ運動がありましたら、() の中に書きましょう。	ウォーキング 	ジョギング 	せわどび 	かけっこ 	遊具などを 使った運動 	竹馬や一輪車 などに乗る運動 	ボールを 使った運動 	()	30分取り組めた日は ○を書きましょう。	
／ (木)	他にも取組組んだ運動がありましたら、() の中に書きましょう。	ウォーキング 	ジョギング 	せわどび 	かけっこ 	遊具などを 使った運動 	竹馬や一輪車 などに乗る運動 	ボールを 使った運動 	()	30分取り組めた日は ○を書きましょう。	
／ (金)	他にも取組組んだ運動がありましたら、() の中に書きましょう。	ウォーキング 	ジョギング 	せわどび 	かけっこ 	遊具などを 使った運動 	竹馬や一輪車 などに乗る運動 	ボールを 使った運動 	()	30分取り組めた日は ○を書きましょう。	
／ (土)	他にも取組組んだ運動がありましたら、() の中に書きましょう。	ウォーキング 	ジョギング 	せわどび 	かけっこ 	遊具などを 使った運動 	竹馬や一輪車 などに乗る運動 	ボールを 使った運動 	()	30分取り組めた日は ○を書きましょう。	
／ (日)	他にも取組組んだ運動がありましたら、() の中に書きましょう。	ウォーキング 	ジョギング 	せわどび 	かけっこ 	遊具などを 使った運動 	竹馬や一輪車 などに乗る運動 	ボールを 使った運動 	()	30分取り組めた日は ○を書きましょう。	

今週は、() 日、30分 運動することができた！

※運動に取り組んだ感想などを書きましょう。