LSシート（Life＆Study プランチェックシート）Ⅲ

旭川市立緑新小学校　　令和6年度　第２回

年　　組　　番　氏名（　　）

Life

★１　これまでの家での「生活」をふり返ってどうでしたか。

とくにメディア（ゲーム，YouTube，ＳＮＳ等）は，「けんこうできそく正しい生活」や「勉強とのりょう立」に悪いえいきょうをあたえていませんでしたか。

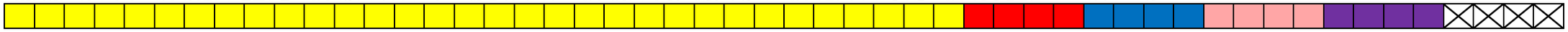
Study

★２　これまでの家での「勉強」をふり返ってどうでしたか。

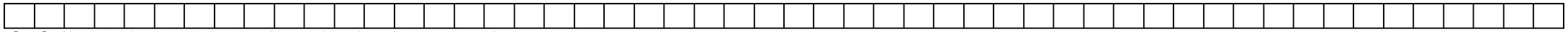
「何を理解するのか」「何をふく習すべきか」を明らかにし，自ら進んで，計画的に取り組むことができていましたか。

★３　家での時間の使い方を振り返りましょう。（自分がしたいこと，しなければならないことに何個のブロックが必要かを考え，それぞれ色をぬってみましょう。）

【記入例】（すいみん８時間（黄色），自主学習１時間（赤），スマホ・ゲームなどのメディア１時間（青），夕食・朝食・入よく１時間（ピンク），その他１時間（むらさき）　※１マス　１５分



【平日】（すいみん，自主学習，ゲーム・YouTubeなどのメディア，夕食・朝食・入よく，その他）　※１マス　１５分



【休日】（自主学習，ゲーム・YouTubeなどのメディア，朝食・昼食・夕食・入よく，その他）　※１マス　１５分

★４　１日の時間の使い方を決めましょう。

※「スマホ，ゲームなどのメディア」「勉強」「しゅうしん」を中心に記入

〔記入例〕

14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24
学校		勉強				メディア	ねる			

【平日】

14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24

【休日】

6	7	8	9	10	11	12	13	14	15

15	16	17	18	19	20	21	22	23	24

★５　学習の計画を立て，左右の「生活」「学習」らんには反省を「○か△か×」で記入しましょう。

生活					学習	チェック
△	〔記入例〕	国　漢字を２０個練習する	算　時間と速さ，きょりの問題を２つ解く	理　「消化の働きと吸収」図で覚える	○	☑

生活				学習	チェック
	11／21	木			
	11／22	金			
	11／23	土			
	11／24	日			
	11／25	月			
	11／26	火			
	11／27	水			

★６　この１週間の「生活」をふり返り，がんばったところや今後に向けてあらためていきたいところを書きましょう。

★７　この１週間の「学習」をふり返り，がんばったところや今後に向けてあらためていきたいところを書きましょう。