

もくひょう きそくただ せいかつ がくしゅう しゅうかん と もど ちゅうがっこうせいかつ
目標：「規則正しい生活」と「学習する習慣」を取り戻し、中学校生活に
そな なまえ
備えましょう。名前（ ）

時間割 (例)			月	火	水	木	金
1週目	時間	分	教科	教科	教科	教科	教科
朝読書	8:25 ~ 8:35	10					
デイリーライフ	8:35 ~ 8:45	10					
1	8:50 ~ 9:40	50	美術 1	国語 2	英語 2	英語 3	理科 3
2	9:50 ~ 10:40	50	数学 1	保体 2	美術 2	国語 3	英語 4
3	10:50 ~ 11:40	50	国語 1	音楽 1	社会 2	保体 3	数学 4
4	11:50 ~ 12:40	50	理科 1	理科 2	数学 2	家庭 2	社会 3
昼食	12:40 ~ 13:10	30					
5	13:35 ~ 14:25	50	保体 1	家庭 1	技術 1	数学 3	国語 4
6	14:35 ~ 15:25	50	社会 1	英語 1	読書	音楽 2	技術 2
デイリーライフ	15:30 ~ 15:40	10					
お手伝い	15:40 ~ 16:00	20					

※各教科の1週間の基本授業時数は、国語(4時間)・社会(3時間)・数学(4時間)・理科(3時間)
 英語(4時間)・音楽(1~2時間)・美術(1~2時間)・保体(3時間)・技術(1時間)・家庭(1時間)です。
 ※時間割は、あるクラスの例です。デイリーライフで活用してみてください。

オリジナル時間割を作ってみよう!!

自分の時間割			月	火	水	木	金
1週目	時間	分	教科	教科	教科	教科	教科
朝読書	8:25 ~ 8:35	10					
デイリーライフ	8:35 ~ 8:45	10					
1	8:50 ~ 9:40	50					
2	9:50 ~ 10:40	50					
3	10:50 ~ 11:40	50					
4	11:50 ~ 12:40	50					
昼食	12:40 ~ 13:10	30					
5	13:35 ~ 14:25	50					
6	14:35 ~ 15:25	50					
デイリーライフ	15:30 ~ 15:40	10					
お手伝い	15:40 ~ 16:00	20					