

中学校の定期考査期間中に 生活リズム向上の取組の実施を！

家庭と学校の両輪で！

学校で…

☆家庭学習指導(学習内容・時間等の確認) ☆運動(外遊び)のすすめ

家庭で…

☆早ね・早起き・朝ごはん ☆読書時間の確保 ☆家庭学習時間の確保
☆メディアコントロール(テレビ・ゲーム・スマホ使用時間の見直し) 等

生活リズム向上から学びの充実へ
低学年→中学年→高学年→中学生

9年間の
継続

定着

基本的な生活習慣
家庭学習習慣

- 生活リズム向上による**子どもの意欲や情緒の安定！**
- 継続した取組による**基本的な生活習慣・家庭学習習慣の定着！**
- 中学校区一斉実施による
家族ぐるみ・地域ぐるみの取組への期待！