

熊倉小 チャレンジ！メディア・セレクト週間

熊倉小学校 年 番 氏名

わが家のやくそく

めあて ○テレビやゲームは、決めた時間を守りましょう。(オフ・スクリーン)
○楽しいことをみつけてチャレンジしましょう。
家族みんなで話し合い、取り組み方を考えましょう。選んだコースに○をつけましょう。

きっぱりコース	にちじゅうみ 1日中、テレビを見ない・ゲームをしない
ちょっぴりコース	にちじかん テレビやゲームは、1日1時間まで
ぴったりコース	よるじみ 夜8時をすぎたら、テレビを見ない・ゲームをしない
ゆっくりコース	はんときみ ご飯の時は、テレビを見ない・ゲームをしない
オリジナルコース	とくないようきか ※おうちで取り組めそうな内容を家族で決めて書いてください。 (上の4つよりやさしいものはみとめません。)

◇チャレンジするコースが守れたら、絵に色をぬりましょう。
◇テレビやゲームのかわりにどんな楽しいことをしたかを書きいれましょう。
(例:外遊び、家族と〇〇をした、読書、自主学习、手伝い)



	5日(月)	6日(火)	7日(水)	8日(木)	9日(金)
何をしたか					
勉強時間					
守れたか					

この5日間の読書冊数 冊

取り組んだ感想を書きましょう。

子ども

お家の方

6月12日(月)に、担任の先生に提出してください。