

生活きろくカード 片山小学校 3年生

3年 組 番 名前



- ・毎日の生活についてきろくしましょう。規則正しいリズムで生活しましょう！
- ・はじめに、おきる時間、ねる時間の目標時間を決めて書きましょう。
- ・読書、運動、お手伝いの欄は、○（できた）、△（言われてからできた）、×（できなかった）を書きこみましょう。
- ・朝・昼・夜ごはんはしっかり食べられたら、○をしましょう。

お休みの日も、しっかり目標をもって、生活しましょう！

目標時間	5月11日(月)	5月12日(火)	5月13日(水)	5月14日(木)	5月15日(金)	5月16日(土)	5月17日(日)
おきた時間 (時 分)	:	:	:	:	:	:	:
ねた時間 (時 分)	:	:	:	:	:	:	:
学習の時間 (何時から何時まで)	∪ :	∪ :	∪ :	∪ :	∪ :	∪ :	∪ :
本を読んだか (○△×)							
運動したか (○△×)							
お手伝いができたか (○△×)							
朝・昼・夜ごはん	朝・昼・夜	朝・昼・夜	朝・昼・夜	朝・昼・夜	朝・昼・夜	朝・昼・夜	朝・昼・夜
1日の振り返り (今日の出来事や、がんばれたことを書こう！)							

1週間がんばれたと思うこと

来週がんばりたいこと

おうちの方からひとこと

生活きろくカード 片山小学校 3年生

3年 組 番 名前



- ・毎日の生活についてきろくしましょう。規則正しいリズムで生活しましょう！
- ・はじめに、おきる時間、ねる時間の目標時間を決めて書きましょう。
- ・読書、運動、お手伝いの欄は、○（できた）、△（言われてからできた）、×（できなかった）を書きこみましょう。
- ・朝・昼・夜ごはんはしっかり食べられたら、○をしましょう。

お休みの日も、しっかり目標をもって、生活しましょう！

目標時間	5月18日(月)	5月19日(火)	5月20日(水)	5月21日(木)	5月22日(金)	5月23日(土)	5月24日(日)
おきた時間 (時 分)	: :	: :	: :	: :	: :	: :	: :
ねた時間 (時 分)	: :	: :	: :	: :	: :	: :	: :
学習の時間 (何時から何時まで)	: : {	: : {	: : {	: : {	: : {	: : {	: : {
本を読んだか (○△×)							
運動したか (○△×)							
お手伝いができたか (○△×)							
朝・昼・夜ごはん	朝・昼・夜	朝・昼・夜	朝・昼・夜	朝・昼・夜	朝・昼・夜	朝・昼・夜	朝・昼・夜
1日の振り返り (今日の出来事や、がんばれたことを書こう！)							

1週間がんばれたと思うこと

来週がんばりたいこと

おうちの方からひとこと

生活きろくカード 片山小学校 3年生

3年 組 番 名前



- ・毎日の生活についてきろくしましょう。規則正しいリズムで生活しましょう！
- ・はじめに、おきる時間、ねる時間の目標時間を決めて書きましょう。
- ・読書、運動、お手伝いの欄は、○（できた）、△（言われてからできた）、×（できなかった）を書きこみましょう。
- ・朝・昼・夜ごはんはしっかり食べられたら、○をしましょう。

お休みの日も、しっかり目標をもって、生活しましょう！

目標時間	5月25日(月)	5月26日(火)	5月27日(水)	5月28日(木)	5月29日(金)	5月30日(土)	5月31日(日)
おきた時間 (時 分)	:	:	:	:	:	:	:
ねた時間 (時 分)	:	:	:	:	:	:	:
学習の時間 (何時から何時まで)	∪	∪	∪	∪	∪	∪	∪
本を読んだか (○△×)							
運動したか (○△×)							
お手伝いができたか (○△×)							
朝・昼・夜ごはん	朝・昼・夜	朝・昼・夜	朝・昼・夜	朝・昼・夜	朝・昼・夜	朝・昼・夜	朝・昼・夜
1日の振り返り (今日の出来事や、がんばれたことを書こう！)							

1週間がんばれたと思うこと

来週がんばりたいこと

おうちの方からひとこと