「毎日の生活とけんこう」学習カード②

３年　　組　　番　名前（　　　　　　　　）

１日の生活のしかた

今日の学習でわかったこと、考えたことを書きましょう。

おうちの方から

**〈けんこう生活カード〉**

〇自分が よりけんこうになるためのポイント

運動　　　　食事　　　休よう・すいみん

〇がんばること

を いしきして、**きそく正しい生活**をします！

【１しゅうかん　ちょうせんしよう】

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 10/1３日（土） | 10/1４日（日） | 10/1５日（月） | 10/1６日（火） | 10/1７（水） | 10/１８（木） | 10/１９（金） |
|  |  |  |  |  |  |  |

※◎○△のどれかを書く。

１しゅうかんを ふりかえって（自分で書こう）

「けんこうな生活」学習カード②

３年　　組　　番　名前（　　　　　　　　）

１日の生活のしかた

【十分満足できる状況】

○健康にすごすためには、運動、食事、休よう・すいみんのが大切だとわかった。今までは３つがつながっていると気付かなかったけど、中休みに外で遊ぶ日をふやして、きそく正しい生活ををしたい。

（健康に過ごすために大切なことを理解し、自分の生活を振り返り、具体的な方法と共にその理由を記入している。）

【努力を要する状況】と手立て

○考えを書けない。

○健康な生活ができるように気をつける。

手立てと「言葉掛け」

・板書や学習カードから、本時の学習内容を確認する。

「健康ですごすためには、何が大切だったかな？」

【おおむね満足できる状況】

○健康にすごすためには、運動、食事、休よう・すいみんが大切だとわかった。これからは、テレビを見る時間を決めたい。

（健康に過ごすために大切なことを理解し、自分の生活を振り返っている。）

今日の学習でわかったこと、これからの生活にいかしたいこと

を書きましょう。

おうちの方から

**〈けんこう生活カード〉**

〇自分が よりけんこうになるためのポイント

運動　　　　食事　　　休よう・すいみん

〇がんばること

をいしきして、きそく正しい生活をします！

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 月　日（　） | 月　日（　） | 月　日（　） | 月　日（　） | 月　日（　） | 月　日（　） | 月　日（　） |
|  |  |  |  |  |  |  |

※◎○△のどれかを書こう。

１しゅうかんをふりかえって（自分で書く）