がはじまった

な夏休みをつくろう

い夏休みがはじまっています。夏休みに
海や山へあそびに行く計画があることと

はいけません。あそびに、べんきょうに
て、楽しい毎日をすごしましょう。

学習計画はしっかりと

夏休みがはじまっています。楽しい夏休みをどのようにくらしていこうかと、いろいろ計画をたてていることでしょう。それでは、夏休みの計画をじょうずにたてるには、つぎのことを参考にしてください。

▷宿題や課題があるときは、毎日するぶんをきめておき、きちんきちんとすませましょう。休みのおわりごろになって、あわてないように。

▷宿題がなくても、べんきょうする計画をたてましょう。一日のうちで、自分がいちばんしやすいときとか、時間をくぎって、またすずしいときをねらって、きちんとべんきょうしましょう。

▷毎日をだらしない生活にならないように、すごしましょう。朝はねぼう、昼はゴロゴロ、夜はおそくまでおきているといったようなこと。

▷一学期の復習は、わすれずにやっておきましょう。算数の計算や単位など、かんたんなきそになることでもわすれると、すぐにできないこともあります。予習もだいじですが、ときどきみなおしておきましょう。

▷自分のふとくいな教科をなくしましょう。きらいだからといって、そのままにしておくと、ますますほおっておかれます。きらいときめてしまわずに、少しずつがんばってやってみましょう。

▷水泳はきめられた場所で、またひとりでおよがないで、友だちといっしょにいきましょう。

▷あそびにいくときには、家の人に、かならずどこそこにいくといって、でかけましょう。おそくまであそんでいては、いけません。

▷夏のからだを守りましょう。すいみんはじゅうぶんにとり、暑いからといって、やたらに水をのんだり、なま物、つめたいものをとりすぎたら、おなかをこわすもととなります。てきとうな運動と食事は、じょうずに考えましょう。

夏休みの計画はしっかりとこんなことにはならないように

夏休みの健康
夜ふかしはせず
すいみんは
じゅうぶんに

レンダー　(夏休みの計画表)

11日(日)	12日(月)	13日(火)	14日(水)	15日(木)	16日(金)	17日(土)	18日(日)	19日(月)	20日(火)	21日(木)	22日(木)	23日(金)	24日(土)	25日(日)	26日(月)	27日(火)	28日(水)	29日(木)	30日(金)	31日(土)	9月1日(日)
でた でない	でた でない	でた でない	でた でない	でた でない	でた でない	でた でない	でた でない	でた でない	でた でない	でた でない	でた でない	でた でない	でた でない	でた でない	でた でない	でた でない	でた でない	でた でない	でた でない	でた でない	でた でない
度	度	度	度	度	度	度	度	度	度	度	度	度	度	度	度	度	度	度	度	度	度

カレンダーの使い方

毎日、わすれずにつけましょう。

はれ　くもり　あめ　夕だち