指導案に沿って児童・生徒に記入させるものです。
ワークシートは授業のポイントを確認させたり、理解度を評価するために大切なものです。
ＣＤにはWORD形式・A4サイズまたはＢ５サイズで児童・生徒用と解答つきの指導者用が収録されています。文字の大きさや行間の幅、漢字の使用レベルは対象学年ごとに異なります。
文字はテキストボックスで貼り付けてあり、自由に修正や削除ができます。

040

中学年「食事、運動、睡眠トリオで丈夫な体」

しょくじ・うんどう・すいみんトリオで、じょうぶな体！

＿＿年＿＿組　　名前（　　）

（1）けさ、おきた時こくを書きましょう。　　（　　）

（2）きのう、ねた時こくを書きましょう。　　（　　）

（3）じょうぶに成長するためにたいせつなものは何か、
３つ書きましょう。
（　　）（　　）（　　）

（4）あなたの一日の生活を書きましょう。

朝6時　朝9時　昼12時　昼3時　夕方6時　夜9時　夜12時

《例》おきた、朝ごはん、べんきょう、きゅうしょく、うんどう、外あそび、いえにかえった、おやつ、夕ごはん、テレビやゲーム・ねた

（5）のぞましい生活リズムと今の自分の生活リズムをくらべてみよう。

しょくじ	
うんどう	
すいみん	

（6）きょうの学習から、わかったこと、できることを書きましょう。

今までの自分は・・・
学習をしてわかったこと。
今日からできることを書きましょう。

○ご家庭から一言お書きください。　　日までにお出しください。

◆CD[B生活習慣]ー[B2-生活習慣-小学(中)]ー[ワークシート]ー[B2-児童用ワーク]／Word、B4サイズ(B5 2ページ)
◆指導者用ワークシートはCDに収録されています。