

「天草っ子チャレンジライフ」実施のお知らせ

天草町学校運営協議会

天草町保小中連携カリキュラム「はつらつ天草っ子」をもとに、「天草っ子チャレンジライフ」を企画しました。右の5つのチャレンジ目標について、学校と家庭で連携し、取り組んでいきたいと思ひます。

★親子で話し合って目標を立て、家族の目が届くところに貼る。

★月に一度、取り組み状況を振り返り、学校へ提出。

★学校での様子やコメントを書いて、家庭へ返却。

「天草っ子チャレンジライフ」の意義や取り組み方について、下記をお読みいただき、ご理解とご協力をお願いいたします。プリントの右側は、切り取って目に付くところに貼り、忘れずに取り組めるようにお願いします。

『メディアが友だちになっていませんか?』

～家族だんらんの時間をふやし、子どもの生活習慣を改善しましょう～

家族だんらんの効果

○家族でおしゃべりする時間が増えます。

○「家族のふれあい」の大切さを実感できます。

○「早寝・早起き・朝ご飯」の規則正しい生活リズムを作ることができます。

○家庭での会話は、子どもの表現力や豊かな心を伸ばします。

メディア中心の生活の悪影響

×家族のふれあいが少なくなる。

×熱中しすぎて、学習意欲の低下や読書離れが起こる。

×生活リズムが乱れて不健康になる。

右側は切り取って、
見えるところにはりましょう。



「天草っ子チャレンジライフ」で
家族のふれあいをアップしましょう！



毎月第1水曜日は、学校と連携して
天草っ子チャレンジライフ



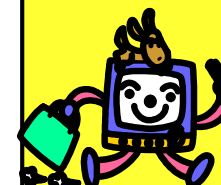
チャレンジ目標

- ① 【 】時に寝て、【 】時に起きる。
- ② 朝ごはんは【 】時に食べる。
- ③ テレビやタブレットは、正しい姿勢で離れて見る。
- ④ スマホ・ゲームの時間は【 】分までにする。
- ⑤ 【 】に、【 】冊、読書をする。

①早寝、早起き、朝ごはんの生活習慣を身につけましょう。

②メディアは正しい姿勢であつかい、時間を決めましょう。スマホ・ゲームは1日60分をこえないようにしましょう。夜9時を過ぎてからは使いません。

③本をたくさん読みましょう。
◆ライフスタイルに合わせて、読書の時間を確保しましょう。（親子でいっしょにどうですか？）



～ チャレンジライフ学校への提出日 ～

6月3日、7月1日、9月2日、10月7日、
11月4日、12月2日、2月3日、3月3日

学校と連携して、子ども達の健やかな成長を見守っていきましょう！