

メディアコントロールシート

なまえ
名前 ()

ひと はな あ
☆おうちの人と話し合い、チャレンジするコースを選んで書きましょう。

1	とびうおコース 	にちじゅう 1日中メディアなし
2	うなぎコース 	メディアは1日30分まで にち ぶん
3	しじみコース 	メディアは1日1時間まで にち じかん

メディアとは…

テレビ・ゲーム機・パソコン・スマホ等で、**学習に**は関係ない動画を見たり、ゲームをしたりすることです。

コース

あさくみしょうがっこう じゅうてんもくひょう
☆ 朝酌小学校の重点目標 ☆
どくしょ じしゅがくしゅう
読書・自主学習

☆メディアを減らしてできた時間で何に取り組めますか。○をつけましょう。(いくつでもよい)

じしゅがくしゅう 自主学習 ()	てつだ お手伝い ()	そとあそ 外遊び・体力づくり ()
どくしょ 読書 ()	かぞく かいわ 家族との会話 ()	

☆時間が守れた日に○をつけましょう。

日 ()						

かす
○の数

☆ふりかえり

いつもより読書や自主学習に取り組めましたか。 (○をつけましょう。→) ◎・○・△

とく かんそう か
取り組んだ感想を書きましょう。

☆お家の方から

今回の取組で感じられた項目に○をしてください。(複数可)

- ①テレビをがまんしていた。() ②ゲームをがまんしていた。()
 ③学習の時間が増えたようだ。() ④読書の量が増えたようだ。()
 ⑤運動をがんばっていた。() ⑥外遊びが増えた。() ⑦遊びを工夫していた。()
 ⑧手伝いをよくしてくれた。() ⑨会話が増えたような気がする。()

その他、ご意見・ご感想などをご記入ください。

