



# 校区のスタンダード【白蘭小・本室蘭中】

小学校低学年	小学校中学年	小学校高学年	中学校
--------	--------	--------	-----

家庭学習時間の目安（学年×10分+10分）

家庭学習のきまり  
時間と環境

○1年生は、20分	○3年生は、40分	○5年生は、60分	○1年生は、80分
○2年生は、30分 	○4年生は、50分	○6年生は、70分	○2年生は、90分
			○3年生は、100分


○メディア（TV、PC、ゲーム、携帯・スマホ）にふれるのは、1日2時間以内。  
→ 勉強するときは携帯・スマホは親に預ける。  
○家のテレビを消すなど、学習環境を整えましょう。【※室蘭市「携帯・スマホ三ヶ条」より】 

生活のきまり  
規則正しい生活

 ○毎日、朝ごはんをしっかりと食べましょう。

○1,2年生は、夜9:00 までには寝ましょう。	○3,4年生は、夜9:30 までには寝ましょう。	○5,6年生は、夜10:00 までには寝ましょう。	○あいさつや時と場に応じた礼儀・言葉遣いを身につけましょう。 ○時間を管理し、けじめのある生活をしましょう。
-----------------------------	-----------------------------	------------------------------	---

読書のすすめ

○家庭でも読書タイムを設定しましょう。【家読】 まずは1日10分以上が目安です。 

運動のすすめ

○スポーツはもちろん、スポーツ以外の様々な運動や体を使う遊び、家の手伝いなどに取り組みましょう。→ 1日60分以上が目安です。（スクール児童館での運動・少年団活動や部活動も含まれます） 