

() 小学校 () 年 () 組 名前 ()
Escuela Primaria grado sección, nombre

このチェックシートを使って、本に親しんだり、運動をしたり、規則正しい生活習慣を身に付けよう。

Utilice este cuestionario para chequear los días trabajados, así aumentar el interés por la lectura de libros, hacer deporte y mejorar el ritmo de vida.

家庭読書の日! Día de la Lectura Familiar

◎家庭読書の日と時間を話し合っ決めてよう。

Decidir en casa los días y horario de lectura.

〈例〉〇月△日の〇時～△時、毎週〇曜日の〇時～△時 など

Ej.: mes _____ día _____ hora Cada _____ de la semana.

こんなふうにすすめましょう

Vamos a pasar el día de la lectura como a continuación.

- ① テレビやゲーム、携帯やスマートフォンなどのスイッチを切る。
Apagar la TV, el celular (Smartphone) y desconectar los juegos electrónicos, para hacer lecturas.
- ② 大人といっしょに本を読む。
Leer libros con la familia junta.
- ③ 読んだ本のことについて話をする。

Comentar sobre el contenido del libro leído

✧ 起きる時間やねる時間など、めあてを保護者と話し合っ決めてよう。

Hablar con los padres y decidir una hora fija para levantarse y dormir.

✧ できたら〇、できなかつたら×をつけよう。

Marcar con: Sí loqaron respetar el horario "〇". No loqaron respetar "×".



日付 fecha							
こゝろ temas	/	/	/	/	/	/	/
_____時 _____分に起きる Despertarse a las:	⊗	⊗	⊗	⊗	⊗	⊗	⊗
朝ごはんを食べる Desayunar diariamente	⊗	⊗	⊗	⊗	⊗	⊗	⊗
テレビを見る Ver televisión • Tiempo para jugar "gemu" ゲームをする時間 menos de _____以内	⊗	⊗	⊗	⊗	⊗	⊗	⊗
携帯電話・スマートフォン・パソコンを使うときのルール Reglas al usar el celular, Smartphone, Internet. 例: リビングで使う。〇時以降は保護者に預ける。など Ej. Usar en el comedor, entregar el celular a los padres después de las 〇 horas.	⊗	⊗	⊗	⊗	⊗	⊗	⊗
復習などの学習をする時間 Horario para estudios Dia normal más de 平日 _____以上 Feriados más de 休日 _____以上	⊗	⊗	⊗	⊗	⊗	⊗	⊗
めあてをきめて、うんどうをする Hacer ejercicios con objetivo. れい: なわとびをする。友だちと外で元気に遊ぶ。など Ejemplo: Saltar con la cuerda, jugar con amigos al aire libre animadamente, etc.	⊗	⊗	⊗	⊗	⊗	⊗	⊗
本を読む Hacer lectura	⊗	⊗	⊗	⊗	⊗	⊗	⊗
歯みがきをして Cepillarse los dientes y dormir a las _____時 _____分になる	⊗	⊗	⊗	⊗	⊗	⊗	⊗
約束 Promesas 例: 手伝いをする。 食べ物の好ききらいをしない。など Ej. Ayudar en casa, comer de todo, etc	⊗	⊗	⊗	⊗	⊗	⊗	⊗

1週間をふり返ろう
Escribir su impresión de la semana

保護者から一言
Comentario de la familia

先生から一言
Comentario del profesor

