

にこにこ成名っ子カード

ねん 年
なまえ 名前

ていしゅつ 提出日
がつ 6月
にち 29日

			6月22日	6月23日	6月24日	6月25日	6月26日
じはん 6時半までに おきる	できた	2点					
	できなかった	0点	点	点	点	点	点
あさ 朝ごはん	食べた	2点					
	食べなかった	0点	点	点	点	点	点
かていがくしゅう 家庭学習ができた 1・2年 30分 3・4年 40分 5・6年 60分	目標時間できた	2点					
	目標時間できなかった	1点	分	分	分	分	分
			点	点	点	点	点
テレビ・ゲーム ごうけい 合計が1時間より すく 少ない	1時間より少ない	2点		分	分	分	分
	1時間より多い	1点	分	点	点	点	点
はや 早ね 9時半まで (1～3年生) 10時まで(4 ～6年生)	できた	2点	点	点	点	点	点
	できなかった	0点					
1日の合計			10点	10点	10点	10点	10点

いっしゅうかん
一週間の合計

●自分の反省

●おうちの方から

せいかつ 生活リズム名人！ 50点満点	とてもよい生活リズムですね。その ちょう 調子でがんばりましょう。
40～49点	よい生活リズムですね。できていないところ きは 気をつけましょう。
20～39点	せいかつ 生活リズムが少し心配ですね。 かぞく 家族に相談してみよう。
19点以下	せいかつ 生活リズムが少し心配ですね。 かぞく 家族みんなで取り組もう。