

○ 休校が長期に及ぶ場合の家庭での過ごし方ポイント

- 1 学校がある日と同じように、朝起きてきちんと朝食をとる。
- 2 朝起きて検温し、カードに記入しながら、体の調子を確認する。
- 3 家で何をするか、親子で決める。
- 4 「何がしたいか」「何ができるようにになりたいか」を話し合う。
- 5 お菓子づくりや模型づくりなど、学校ではできない関心のあるものを尊重する。
- 6 ラジオ体操や踊り、風呂掃除や洗濯物干しなどで、日中に体を動かす。
- 7 学習は「問題集を2ページ解く」など、具体的に決める。
- 8 1日の予定を紙に書き出し、流れを確認すると理解しやすい。
- 9 静かな環境のもと、心を落ち着かせ、読書する。