

【1年】NHK・MXテレビの教育番組を組み合わせた家庭学習時間割表（例）

曜日		月		火		水		木		金						
校時	教科等	内 容	校時	教科等	内 容	校時	教科等	内 容	校時	教科等	内 容					
朝の生活	6:00	起床	洗面・着替え・健康観察	6:00	起床	洗面・着替え・健康観察	6:00	起床	洗面・着替え・健康観察	6:00	起床	洗面・着替え・健康観察				
	6:25	体育	6:25 ~ 6:35 Eテレ テレビ体操・ラジオ体操	6:25	体育	6:25 ~ 6:35 Eテレ テレビ体操・ラジオ体操	6:25	体育	6:25 ~ 6:35 Eテレ テレビ体操・ラジオ体操	6:25	体育	6:25 ~ 6:35 Eテレ テレビ体操・ラジオ体操				
	6:40		6:40	6:40		6:40	6:40									
	7:30	朝食	歯磨き、片付け、食器洗いの手伝い	7:30	朝食	歯磨き、片付け、食器洗いの手伝い	7:30	朝食	歯磨き、片付け、食器洗いの手伝い	7:30	朝食	歯磨き、片付け、食器洗いの手伝い				
	7:30	手伝い	掃除、ゴミ出し等	7:30	手伝い	掃除、ゴミ出し等	7:30	手伝い	掃除、ゴミ出し等	7:30	手伝い	掃除、ゴミ出し等				
	8:20		8:20	8:20		8:20	8:20									
8:20	休憩	手洗い、うがい、換気	8:20	休憩	手洗い、うがい、換気	8:20	休憩	手洗い、うがい、換気	8:20	休憩	手洗い、うがい、換気					
8:30		8:30	8:30		8:30	8:30										
朝の会	8:30	朝の会	8:30 ~ 9:00 MX TOKYO おはようスクール	8:30	朝の会	8:30 ~ 9:00 MX TOKYO おはようスクール	8:30	朝の会	8:30 ~ 9:00 MX TOKYO おはようスクール	8:30	朝の会	8:30 ~ 9:00 MX TOKYO おはようスクール				
	9:00	又 は 読書	読書(音読)カード記入	9:00	又 は 読書	読書(音読)カード記入	9:00	又 は 読書	読書(音読)カード記入	9:00	又 は 読書	読書(音読)カード記入				
	9:00	読書		9:00	読書		9:00	読書		9:00	読書					
1校時	9:00	生活	9:00 ~ 9:05 Eテレ すたあと	9:00	生活	9:00 ~ 9:05 Eテレ すたあと	9:00	道徳	9:00 ~ 9:10 Eテレ U&I	9:00	生活	9:00 ~ 9:10 Eテレ ストレッチマン・ゴールド				
	9:05		9:05	9:05		9:05	9:05		9:05							
	9:05	国語	9:05 ~ 9:15 Eテレ おはなしのくに	9:05	生活	9:05 ~ 9:15 Eテレ おぼけの学校たんけんたん	9:05	道徳	ワークシート記入	9:05	1校時	ワークシート記入				
	9:15		9:15	9:15		9:15	9:15		9:15							
	9:25		9:25	9:25		9:25	9:25		9:25							
	9:35		9:35	9:35		9:35	9:35		9:35							
	9:35		9:35	9:35		9:35	9:35		9:35							
	9:40		9:40	9:40		9:40	9:40		9:40							
	9:40	休憩	換気	9:40	休憩	換気	9:40	休憩	換気	9:40	休憩	換気				
	9:45		9:45	9:45		9:45	9:45		9:45							
2校時	9:45	算数	9:45 ~ 9:55 Eテレ さんすう犬ワン	9:45			9:45	英語		9:45						
	9:55		9:55	9:55		9:55	9:55									
	9:55	数	ワークシート記入	9:55			9:55	英語		9:55	2校時	ワークシート記入				
	10:05		10:05	10:05		10:05	10:05		10:05							
	10:05		10:05	10:05		10:05	10:05		10:05							
	10:15		10:15	10:15		10:15	10:15		10:15							
	10:15		10:15	10:15		10:15	10:15		10:15							
	10:25		10:25	10:25		10:25	10:25		10:25							
	10:25	休憩	手洗い、うがい、換気	10:25	休憩	手洗い、うがい、換気	10:25	休憩	手洗い、うがい、換気	10:25	休憩	手洗い、うがい、換気				
	10:35		10:35	10:35		10:35	10:35		10:35							
3校時	10:35			10:35			10:35			10:35						
	10:45		10:45	10:45		10:45	10:45		10:45							
	10:55		10:55	10:55		10:55	10:55		10:55							
	11:05		11:05	11:05		11:05	11:05		11:05							
	11:15		11:15	11:15		11:15	11:15		11:15							
	11:15		休憩	換気		11:15	休憩		換気	11:15		休憩	換気	11:15	休憩	換気
11:20	11:20	11:20		11:20	11:20	11:20										
4校時	11:20			11:20			11:20			11:20						
	11:30		11:30	11:30		11:30	11:30		11:30							
	11:40		11:40	11:40		11:40	11:40		11:40							
	11:50		11:50	11:50		11:50	11:50		11:50							
	12:00		12:00	12:00		12:00	12:00		12:00							
	12:00		昼の生活	昼食・休憩		12:00	昼の生活		昼食・休憩	12:00		昼の生活	昼食・休憩	12:00	昼の生活	昼食・休憩
12:45	12:45	12:45		12:45	12:45	12:45										
5校時	13:00	新聞タイム	新聞読み取り学習(NIE) ワークシート記入	13:00	新聞タイム	新聞読み取り学習(NIE) ワークシート記入	13:00	新聞タイム	新聞読み取り学習(NIE) ワークシート記入	13:00	新聞タイム	新聞読み取り学習(NIE) ワークシート記入				
	13:20		13:20	13:20		13:20	13:20									
	13:20		13:20	13:20		13:20	13:20		13:20							
6校時	13:30			13:30			13:30			13:30						
	13:40		13:40	13:40		13:40	13:40		13:40							
	13:50		13:50	13:50		13:50	13:50		13:50							
	14:00		14:00	14:00		14:00	14:00		14:00							
	14:00		休憩	手洗い、うがい、換気		14:00	休憩		手洗い、うがい、換気	14:00		休憩	手洗い、うがい、換気	14:00	休憩	手洗い、うがい、換気
	14:10			14:10		14:10			14:10	14:10			14:10			
	14:10					14:10				14:10				14:10		
14:20	14:20	14:20		14:20	14:20	14:20										
14:30	14:30	14:30		14:30	14:30	14:30										
14:40	14:40	14:40		14:40	14:40	14:40										
14:50	14:50	14:50		14:50	14:50	14:50										
14:50	休憩	換気	14:50	休憩	換気	14:50	休憩	換気	14:50	休憩	換気					
14:55		14:55	14:55		14:55	14:55		14:55								
帰りの会	14:55	帰りの会	14:55 ~ 14:58 MX TOKYO おはようスクール	14:55	帰りの会	14:55 ~ 14:58 MX TOKYO おはようスクール	14:55	帰りの会	14:55 ~ 14:58 MX TOKYO おはようスクール	14:55	帰りの会	14:55 ~ 14:58 MX TOKYO おはようスクール				
	14:58		14:58	14:58		14:58	14:58		14:58							
	14:58		14:58	14:58		14:58	14:58		14:58							
	15:10		15:10	15:10		15:10	15:10		15:10							
夜の生活	15:10	各自の自由設定	各自の自由設定	15:10	各自の自由設定	各自の自由設定	15:10	各自の自由設定	各自の自由設定	15:10	各自の自由設定	各自の自由設定				
	21:00	就寝		21:00	就寝		21:00	就寝		21:00	就寝					

※ 番組表は、変更になる場合がございますので、最新の放送日時につきましては、新聞のテレビ欄やテレビ内の番組一覧表をご確認ください。

【2年】NHK・MXテレビの教育番組を組み合わせた家庭学習時間割表（例）

曜日	月			曜日	火			曜日	水			曜日	木			曜日	金														
校時	時程	教科等	内 容	校時	時程	教科等	内 容	校時	時程	教科等	内 容	校時	時程	教科等	内 容	校時	時程	教科等	内 容												
朝の生活	6:00	起床	洗面・着替え・健康観察	朝の生活	6:00	起床	洗面・着替え・健康観察	朝の生活	6:00	起床	洗面・着替え・健康観察	朝の生活	6:00	起床	洗面・着替え・健康観察	朝の生活	6:00	起床	洗面・着替え・健康観察												
	6:25	体育	6:25 ~ 6:35 Eテレ		6:25	体育	6:25 ~ 6:35 Eテレ		6:25	体育	6:25 ~ 6:35 Eテレ		6:25	体育	6:25 ~ 6:35 Eテレ		6:25	体育	6:25 ~ 6:35 Eテレ	6:25	体育	6:25 ~ 6:35 Eテレ									
	6:40		テレビ体操・ラジオ体操				6:40				テレビ体操・ラジオ体操				6:40				テレビ体操・ラジオ体操			6:40	テレビ体操・ラジオ体操								
	6:40	歯磨き、片付け、食器洗いの手伝い	歯磨き、片付け、食器洗いの手伝い		6:40	歯磨き、片付け、食器洗いの手伝い	歯磨き、片付け、食器洗いの手伝い		6:40	歯磨き、片付け、食器洗いの手伝い	歯磨き、片付け、食器洗いの手伝い		6:40	歯磨き、片付け、食器洗いの手伝い	歯磨き、片付け、食器洗いの手伝い		6:40	歯磨き、片付け、食器洗いの手伝い	歯磨き、片付け、食器洗いの手伝い	6:40	歯磨き、片付け、食器洗いの手伝い	歯磨き、片付け、食器洗いの手伝い									
	7:30	手伝い	掃除、ゴミ出し等		7:30	手伝い	掃除、ゴミ出し等		7:30	手伝い	掃除、ゴミ出し等		7:30	手伝い	掃除、ゴミ出し等		7:30	手伝い	掃除、ゴミ出し等	7:30	手伝い	掃除、ゴミ出し等	7:30	手伝い	掃除、ゴミ出し等						
	8:20	休憩	手洗い、うがい、換気		8:20	休憩	手洗い、うがい、換気		8:20	休憩	手洗い、うがい、換気		8:20	休憩	手洗い、うがい、換気		8:20	休憩	手洗い、うがい、換気	8:20	休憩	手洗い、うがい、換気	8:20	休憩	手洗い、うがい、換気						
	8:30				8:30				8:30				8:30				8:30			8:30			8:30			8:30					
朝の会	8:30	朝の会	8:30 ~ 9:00 MX TOKYO おはようスクール 読書 読書(音読)カード記入	朝の会	8:30	朝の会	8:30 ~ 9:00 MX TOKYO おはようスクール 読書 読書(音読)カード記入	朝の会	8:30	朝の会	8:30 ~ 9:00 MX TOKYO おはようスクール 読書 読書(音読)カード記入	朝の会	8:30	朝の会	8:30 ~ 9:00 MX TOKYO おはようスクール 読書 読書(音読)カード記入	朝の会	8:30	朝の会	8:30 ~ 9:00 MX TOKYO おはようスクール 読書 読書(音読)カード記入												
	9:00	読書	読書(音読)カード記入		9:00	読書	読書(音読)カード記入		9:00	読書	読書(音読)カード記入		9:00	読書	読書(音読)カード記入		9:00	読書	読書(音読)カード記入	9:00	読書	読書(音読)カード記入									
	9:05	1 校時	ワークシート記入		1 校時	生活			1 校時	道徳	9:00 ~ 9:10 Eテレ U & I		1 校時	道徳			1 校時	英語		1 校時	道徳	9:00 ~ 9:10 Eテレ									
	9:05		9:05 ~ 9:15 Eテレ				9:05 ~ 9:15 Eテレ				9:05 ~ 9:15 Eテレ				9:05 ~ 9:15 Eテレ				9:05 ~ 9:15 Eテレ			9:05 ~ 9:15 Eテレ	9:05 ~ 9:10 Eテレ								
	9:15		おはなしのくに				おぼけの学校たんけんたん				おぼけの学校たんけんたん				おぼけの学校たんけんたん				おぼけの学校たんけんたん			おぼけの学校たんけんたん	新・ざわざわ森のがんばりちゃん								
	9:25		ワークシート記入				ワークシート記入				ワークシート記入				ワークシート記入				ワークシート記入			ワークシート記入	9:10 ~ 9:20 Eテレ								
	9:25		9:25 ~ 9:35 Eテレ																				銀河銭湯パンタくん								
9:35	ことばドリル											ワークシート記入																			
9:40	ワークシート記入																														
9:40	休憩	換気	9:40	休憩	換気	9:40	休憩	換気	9:40	休憩	換気	9:40	休憩	換気	9:40	休憩	換気	9:40	休憩	換気											
9:45			9:45			9:45			9:45			9:45			9:45			9:40 ~ 9:50 Eテレ													
2 校時	9:45	2 校時	9:45 ~ 9:55 Eテレ	2 校時	英語	2 校時	英語	さんすう犬ワン	2 校時	英語		2 校時	英語	ワークシート記入	2 校時	英語		2 校時	英語	ワークシート記入											
	9:55		ワークシート記入								9:55 ~ 9:55 Eテレ			えいごでがんばりちゃん																	
	10:05										ワークシート記入						ワークシート記入				ワークシート記入										
	10:15																														
	10:25																														
	10:25		休憩					手洗い、うがい、換気			10:25			休憩			手洗い、うがい、換気			10:25	休憩	手洗い、うがい、換気	10:25	休憩	手洗い、うがい、換気	10:25	休憩	手洗い、うがい、換気	10:25	休憩	手洗い、うがい、換気
	10:35										10:35									10:35			10:35			10:35			10:35		
3 校時	10:35	3 校時		3 校時	英語	3 校時	英語		3 校時	英語		3 校時	英語		3 校時	英語		3 校時	英語												
	10:45																														
	10:55																														
	11:05																														
	11:15																														
	11:15		休憩					換気			11:15			休憩			換気			11:15	休憩	換気	11:15	休憩	換気	11:15	休憩	換気	11:15	休憩	換気
	11:20										11:20									11:20			11:20			11:20			11:20		
4 校時	11:20	4 校時		4 校時	英語	4 校時	英語		4 校時	英語		4 校時	英語		4 校時	英語		4 校時	英語												
	11:30																														
	11:40																														
	11:50																														
	12:00																														
	12:00		休憩					換気			12:00			休憩			換気			12:00	休憩	換気	12:00	休憩	換気	12:00	休憩	換気	12:00	休憩	換気
	12:05		昼食					昼食・休憩			12:05			昼食			昼食・休憩			12:05	昼食	昼食・休憩	12:05	昼食	昼食・休憩	12:05	昼食	昼食・休憩	12:05	昼食	昼食・休憩
13:00 生活	13:00	13:00 生活	新聞読み取り学習(NIE) ワークシート記入	13:00 生活	読書	13:00 タイム	読書	読書	13:00 生活	新聞	新聞読み取り学習(NIE) ワークシート記入	13:20 タイム	読書	読書(音読)カード記入	13:20 生活	新聞	新聞読み取り学習(NIE) ワークシート記入														
	13:20																														
	13:30																														
	14:00																														
14:00	休憩	手洗い、うがい、換気	14:00	休憩	手洗い、うがい、換気	14:00	休憩	手洗い、うがい、換気	14:00	休憩	手洗い、うがい、換気	14:00	休憩	手洗い、うがい、換気	14:00	休憩	手洗い、うがい、換気														
14:10			14:10			14:10			14:10			14:10			14:10																
6 校時	14:10	6 校時		6 校時	英語	6 校時	英語		6 校時	英語		6 校時	英語		6 校時	英語		6 校時	英語												
	14:20																														
	14:30																														
	14:40																														
	14:50																														
14:50	休憩	換気	14:50	休憩	換気	14:50	休憩	換気	14:50	休憩	換気	14:50	休憩	換気	14:50	休憩	換気														
14:55			14:55			14:55			14:55			14:55			14:55																
14:55 帰りの会	14:55	14:55 帰りの会	14:56 ~ 14:58 MX TOKYO おはようスクール 今日の振り返り	14:55 帰りの会	帰りの会	14:58 の	今日の振り返り	今日の振り返り	14:58 の	今日の振り返り	今日の振り返り	15:10 会	今日の振り返り	今日の振り返り	15:10 会	今日の振り返り	今日の振り返り														
	14:58																														
	15:10																														
	15:10																														
15:10	各自の自由設定	各自の自由設定	15:10	各自の自由設定	各自の自由設定	15:10	各自の自由設定	各自の自由設定	15:10	各自の自由設定	各自の自由設定	15:10	各自の自由設定	各自の自由設定	15:10	各自の自由設定	各自の自由設定														
21:00	就寝		21:00	就寝		21:00	就寝		21:00	就寝		21:00	就寝		21:00	就寝		21:00	就寝												

* 番組表は、変更になる場合がございますので、最新の放送日時につきましては、新聞のテレビ欄やテレビ内の番組一覧表でご確認ください。

【4年】NHK・MXテレビの教育番組を組み合わせた家庭学習時間割表(例)

※ 最新の放送日につきましては、新聞のテレビ欄やテレビ内の番組一覧表でご確認ください。

曜日	月			火			水			木			金								
校時	時程	教科等	内 容	校時	時程	教科等	内 容	校時	時程	教科等	内 容	校時	時程	教科等	内 容						
朝の生活	6:00	起床	洗面・着替え・健康観察	6:00	起床	洗面・着替え・健康観察	6:00	起床	洗面・着替え・健康観察	6:00	起床	洗面・着替え・健康観察	6:00	起床	洗面・着替え・健康観察						
	6:25 6:40	体育	6:25 ~ 6:35 Eテレ テレビ体操・ラジオ体操	6:25 6:40	体育	6:25 ~ 6:35 Eテレ テレビ体操・ラジオ体操	6:25 6:40	体育	6:25 ~ 6:35 Eテレ テレビ体操・ラジオ体操	6:25 6:40	体育	6:25 ~ 6:35 Eテレ テレビ体操・ラジオ体操	6:25 6:40	体育	6:25 ~ 6:35 Eテレ テレビ体操・ラジオ体操						
	6:40		朝食	歯磨き、片付け、食器洗いの手洗い		6:40	朝食		歯磨き、片付け、食器洗いの手洗い	6:40		朝食	歯磨き、片付け、食器洗いの手洗い		6:40	朝食	歯磨き、片付け、食器洗いの手洗い				
	7:30	手伝い	掃除、ゴミ出し等	7:30	手伝い	掃除、ゴミ出し等	7:30	手伝い	掃除、ゴミ出し等	7:30	手伝い	掃除、ゴミ出し等	7:30	手伝い	掃除、ゴミ出し等	7:30	手伝い	掃除、ゴミ出し等			
	8:20			休憩			手洗い、うがい、換気			8:20			休憩			手洗い、うがい、換気			8:20	休憩	手洗い、うがい、換気
	8:30	休憩	換気	8:30	休憩	換気	8:30	休憩	換気	8:30	休憩	換気	8:30	休憩	換気	8:30	休憩	換気			
	朝の会	8:30	朝の会 又は 読書	8:30 ~ 9:00 MX TOKYO おはようスクール	8:30	朝の会 又は 読書	8:30 ~ 9:00 MX TOKYO おはようスクール	8:30	朝の会 又は 読書	8:30 ~ 9:00 MX TOKYO おはようスクール	8:30	朝の会 又は 読書	8:30 ~ 9:00 MX TOKYO おはようスクール	8:30	朝の会 又は 読書	8:30 ~ 9:00 MX TOKYO おはようスクール	8:30	朝の会 又は 読書	8:30 ~ 9:00 MX TOKYO おはようスクール		
9:00		読書		読書(音読)カード記入	9:00		読書	読書(音読)カード記入		9:00	読書		読書(音読)カード記入	9:00		読書	読書(音読)カード記入		9:00	読書	読書(音読)カード記入
1校時	9:00	国語	ワークシート記入	9:00	国語	ワークシート記入	9:00	道徳	9:00	社会	9:00	道徳	9:00	社会	9:00	道徳	9:00	社会			
	9:05			9:05			9:05		9:05		9:05		9:05		9:05		9:05		9:05		
	9:15			9:15			9:15		9:15		9:15		9:15		9:15		9:15		9:15		
	9:25			9:25			9:25		9:25		9:25		9:25		9:25		9:25		9:25		
	9:35		9:35	9:35		9:35	9:35		9:35		9:35		9:35		9:35						
	9:40		9:40	9:40		9:40	9:40		9:40		9:40		9:40		9:40						
	9:45	9:45	9:45	9:45	9:45	9:45	9:45	9:45	9:45												
2校時	9:45	算数	ワークシート記入	9:45	体育	ワークシート記入	9:45	英語	9:45	英語	9:45	英語	9:45	英語	9:45	英語	9:45	英語			
	9:55			9:55			9:55		9:55		9:55		9:55		9:55		9:55		9:55		
	10:05			10:05			10:05		10:05		10:05		10:05		10:05		10:05		10:05		
	10:15			10:15			10:15		10:15		10:15		10:15		10:15		10:15		10:15		
	10:25		10:25	10:25		10:25	10:25		10:25		10:25		10:25		10:25						
	10:35		10:35	10:35		10:35	10:35		10:35		10:35		10:35		10:35						
	10:45	10:45	10:45	10:45	10:45	10:45	10:45	10:45	10:45												
3校時	10:45	総合	ワークシート記入	10:45	英語	ワークシート記入	10:45	英語	10:45	英語	10:45	英語	10:45	英語	10:45	英語	10:45	英語			
	10:55			10:55			10:55		10:55		10:55		10:55		10:55		10:55		10:55		
	11:05			11:05			11:05		11:05		11:05		11:05		11:05		11:05		11:05		
	11:15			11:15			11:15		11:15		11:15		11:15		11:15		11:15		11:15		
	11:20		11:20	11:20		11:20	11:20		11:20		11:20		11:20		11:20						
	11:30		11:30	11:30		11:30	11:30		11:30		11:30		11:30		11:30						
	11:40	11:40	11:40	11:40	11:40	11:40	11:40	11:40	11:40												
4校時	11:40	算数	ワークシート記入	11:40	体育	ワークシート記入	11:40	英語	11:40	英語	11:40	英語	11:40	英語	11:40	英語	11:40	英語			
	11:50			11:50			11:50		11:50		11:50		11:50		11:50		11:50		11:50		
	12:00			12:00			12:00		12:00		12:00		12:00		12:00		12:00		12:00		
	12:05			12:05			12:05		12:05		12:05		12:05		12:05		12:05		12:05		
	12:15		12:15	12:15		12:15	12:15		12:15		12:15		12:15		12:15						
	12:20		12:20	12:20		12:20	12:20		12:20		12:20		12:20		12:20						
	12:25	12:25	12:25	12:25	12:25	12:25	12:25	12:25	12:25												
昼の生活	12:00	昼食	昼食・休憩 手洗い、うがい、換気、歯磨き	12:00	昼食	昼食・休憩 手洗い、うがい、換気、歯磨き	12:00	昼食	昼食・休憩 手洗い、うがい、換気、歯磨き	12:00	昼食	昼食・休憩 手洗い、うがい、換気、歯磨き	12:00	昼食	昼食・休憩 手洗い、うがい、換気、歯磨き	12:00	昼食	昼食・休憩 手洗い、うがい、換気、歯磨き			
	12:45		12:45	12:45		12:45	12:45		12:45	12:45		12:45	12:45		12:45	12:45		12:45			
5校時	13:00	新聞	新聞読み取り学習(NIE) ワークシート記入	13:00	新聞	新聞読み取り学習(NIE) ワークシート記入	13:00	新聞	新聞読み取り学習(NIE) ワークシート記入	13:00	新聞	新聞読み取り学習(NIE) ワークシート記入	13:00	新聞	新聞読み取り学習(NIE) ワークシート記入	13:00	新聞	新聞読み取り学習(NIE) ワークシート記入			
	13:20		13:20	13:20		13:20	13:20		13:20	13:20		13:20	13:20		13:20	13:20		13:20			
	13:30		13:30	13:30		13:30	13:30		13:30	13:30		13:30	13:30		13:30	13:30		13:30			
	13:40		13:40	13:40		13:40	13:40		13:40	13:40		13:40	13:40		13:40	13:40		13:40			
	13:50		13:50	13:50		13:50	13:50		13:50	13:50		13:50	13:50		13:50	13:50		13:50			
	14:00		14:00	14:00		14:00	14:00		14:00	14:00		14:00	14:00		14:00	14:00		14:00	14:00		
	14:10	14:10	14:10	14:10	14:10	14:10	14:10	14:10	14:10	14:10	14:10	14:10	14:10								
6校時	14:10	算数	ワークシート記入	14:10	体育	ワークシート記入	14:10	英語	14:10	英語	14:10	英語	14:10	英語	14:10	英語	14:10	英語			
	14:20			14:20			14:20		14:20		14:20		14:20		14:20		14:20		14:20	14:20	
	14:30			14:30			14:30		14:30		14:30		14:30		14:30		14:30		14:30	14:30	14:30
	14:40			14:40			14:40		14:40		14:40		14:40		14:40		14:40		14:40	14:40	14:40
	14:50		14:50	14:50		14:50	14:50		14:50		14:50		14:50		14:50		14:50		14:50	14:50	
	14:55		14:55	14:55		14:55	14:55		14:55		14:55		14:55		14:55		14:55		14:55	14:55	
	15:00	15:00	15:00	15:00	15:00	15:00	15:00	15:00	15:00	15:00	15:00	15:00	15:00								
夜の生活	14:55	帰りの会	14:56 ~ 14:58 MX TOKYO おはようスクール 今日の振り返り 振り返りシート記入	14:55	帰りの会	14:56 ~ 14:58 MX TOKYO おはようスクール 今日の振り返り 振り返りシート記入	14:55	帰りの会	14:56 ~ 14:58 MX TOKYO おはようスクール 今日の振り返り 振り返りシート記入	14:55	帰りの会	14:56 ~ 14:58 MX TOKYO おはようスクール 今日の振り返り 振り返りシート記入	14:55	帰りの会	14:56 ~ 14:58 MX TOKYO おはようスクール 今日の振り返り 振り返りシート記入	14:55	帰りの会	14:56 ~ 14:58 MX TOKYO おはようスクール 今日の振り返り 振り返りシート記入			
	14:58		14:58	14:58		14:58	14:58		14:58	14:58		14:58	14:58		14:58	14:58		14:58			
	15:10		15:10	15:10		15:10	15:10		15:10	15:10		15:10	15:10		15:10	15:10		15:10			
	15:15		15:15	15:15		15:15	15:15		15:15	15:15		15:15	15:15		15:15	15:15		15:15			
	15:30		15:30	15:30		15:30	15:30		15:30	15:30		15:30	15:30		15:30	15:30		15:30			
	15:40		15:40	15:40		15:40	15:40		15:40	15:40		15:40	15:40		15:40	15:40		15:40	15:40		
	15:50	15:50	15:50	15:50	15:50	15:50	15:50	15:50	15:50	15:50	15:50	15:50	15:50								
21:00	21:00	21:00	21:00	21:00	21:00	21:00	21:00	21:00	21:00	21:00	21:00	21:00	21:00	21:00	21:00	21:00	21:00	21:00	21:00		
21:00	就寝			21:00	就寝			21:00	就寝			21:00	就寝			21:00	就寝				

【5年】NHK・MXテレビの教育番組を組み合わせた家庭学習時間割表（例）

※最新の放送日時につきましては、新聞のテレビ欄やテレビ内の番組一覧表でご確認ください。

曜日	時	月	曜	時	火	曜	時	水	曜	時	木	曜	時	金
朝の生活	6:00	起床 洗面・着替え・健康観察	朝の生活	6:00	起床 洗面・着替え・健康観察	朝の生活	6:00	起床 洗面・着替え・健康観察	朝の生活	6:00	起床 洗面・着替え・健康観察	朝の生活	6:00	起床 洗面・着替え・健康観察
	6:25	体育 6:25～6:35 Eテレ テレビ体操・ラジオ体操		6:25	体育 6:25～6:35 Eテレ テレビ体操・ラジオ体操		6:25	体育 6:25～6:35 Eテレ テレビ体操・ラジオ体操		6:25	体育 6:25～6:35 Eテレ テレビ体操・ラジオ体操		6:25	体育 6:25～6:35 Eテレ テレビ体操・ラジオ体操
	6:40			6:40			6:40			6:40			6:40	
	6:40	朝食 歯磨き、片付け、食器洗いの手伝い		6:40	朝食 歯磨き、片付け、食器洗いの手伝い		6:40	朝食 歯磨き、片付け、食器洗いの手伝い		6:40	朝食 歯磨き、片付け、食器洗いの手伝い		6:40	朝食 歯磨き、片付け、食器洗いの手伝い
	7:30	手伝い 掃除、ゴミ出し等		7:30	手伝い 掃除、ゴミ出し等		7:30	手伝い 掃除、ゴミ出し等		7:30	手伝い 掃除、ゴミ出し等		7:30	手伝い 掃除、ゴミ出し等
	8:20	休憩		8:20	休憩		8:20	休憩		8:20	休憩		8:20	休憩
	8:30			8:30			8:30			8:30			8:30	
朝の会	8:30	朝の会 8:30～9:00 MX TOKYO おはようスクール 又は 読書	朝の会	8:30	朝の会 8:30～9:00 MX TOKYO おはようスクール 又は 読書	朝の会	8:30	朝の会 8:30～9:00 MX TOKYO おはようスクール 又は 読書	朝の会	8:30	朝の会 8:30～9:00 MX TOKYO おはようスクール 又は 読書	朝の会	8:30	朝の会 8:30～9:00 MX TOKYO おはようスクール 又は 読書
	9:00	読書 読書(音読)カード記入		9:00	読書 読書(音読)カード記入		9:00	読書 読書(音読)カード記入		9:00	読書 読書(音読)カード記入		9:00	読書 読書(音読)カード記入
休憩	9:00	休憩	休憩	9:00	休憩	休憩	9:00	休憩	休憩	9:00	休憩	休憩	9:00	休憩
	9:05			9:05			9:05			9:05			9:05	
1校時	9:05	ワークシート記入	1校時	9:05		1校時	9:05	ワークシート記入	1校時	9:05	ワークシート記入	1校時	9:05	
	9:15			9:15			9:15			9:15			9:15	
	9:15	国語 9:15～9:25 Eテレ お伝と伝じろう		9:15			9:15	道徳		9:15	総合 9:10～9:20 Eテレ しまった！～情報活用スキルアップ～		9:15	
	9:25	ワークシート記入		9:25	ワークシート記入		9:25	ワークシート記入		9:20			9:20	
	9:35			9:35			9:30			9:30			9:30	
	9:35	図工 9:35～9:45 Eテレ キミなら何つくる？		9:35	理科 9:35～9:45 Eテレ ふしぎエンドレス 理科5年		9:30	社会 9:30～9:40 Eテレ 未来広告ジャパン		9:30	道徳 9:20～9:30 Eテレ ドスルコスル		9:30	道徳 9:30～9:45 Eテレ Q～こどものための哲学～
	9:45	ワークシート記入		9:45	ワークシート記入		9:40	ワークシート記入		9:30			9:40	
	9:50	休憩		9:55	休憩		9:45	休憩		9:30			9:40	
	9:55			10:05			9:50	家庭 9:50～10:00 Eテレ カティカ		9:45	道徳 ワークシート記入		9:45	道徳 ワークシート記入
2校時	9:55	算数 9:55～10:05 Eテレ さんずう刑事ゼロ	2校時	10:00	総合 10:05～10:15 Eテレ 学ぼうBOSA I	2校時	10:00	体育 10:00～10:10 Eテレ はりきり体育ノ介	2校時	10:05	英語 10:05～10:15 Eテレ 基礎英語0	2校時	10:00	道徳 9:50～10:00 Eテレ いじめをノックアウト
	10:05	ワークシート記入		10:05	ワークシート記入		10:00	ワークシート記入		10:05	ワークシート記入		10:00	ワークシート記入
	10:15			10:15			10:10			10:15			10:15	
	10:15			10:25			10:10			10:25			10:15	
	10:25	休憩		10:25	休憩		10:25	休憩		10:25	休憩		10:25	休憩
	10:35			10:35			10:35			10:35			10:35	
3校時	10:35		3校時	10:35		3校時	10:35		3校時	10:35		3校時	10:35	
	10:45			10:45			10:45			10:45			10:45	
	10:55			10:55			10:55			10:55			10:55	
	11:05			11:05			11:05			11:05			12:00	
	11:15			11:15			11:15			11:15			11:15	
4校時	11:15		4校時	11:20		4校時	11:20		4校時	11:20		4校時	11:20	
	11:20			11:30			11:30			11:30			11:30	
	11:30			11:40			11:40			11:40			11:40	
	11:50			11:50			11:50			11:50			11:50	
	12:00			12:00			12:00			12:00			12:00	
昼の生活	12:00	昼食 手洗い、うがい、換気、歯磨き	昼の生活	12:00	昼食 手洗い、うがい、換気、歯磨き	昼の生活	12:00	昼食 手洗い、うがい、換気、歯磨き	昼の生活	12:00	昼食 手洗い、うがい、換気、歯磨き	昼の生活	12:00	昼食 手洗い、うがい、換気、歯磨き
	12:45	新聞 新聞読み取り学習(NIE) ワークシート記入		12:45	読書 読書 読書(音読)カード記入		13:00	新聞 新聞読み取り学習(NIE) ワークシート記入		12:45	新聞 新聞読み取り学習(NIE) ワークシート記入		13:00	新聞 新聞読み取り学習(NIE) ワークシート記入
	13:00			13:20			13:20			13:20			13:20	
5校時	13:20		5校時	13:20		5校時	13:20		5校時	13:20		5校時	13:20	
	13:30			13:30			13:30			13:30			13:30	
	13:40			13:40			13:40			13:40			13:40	
	13:50			13:50			13:50			13:50			13:50	
	14:00			14:00			14:00			14:00			14:00	
6校時	14:00	休憩	6校時	14:10	休憩	6校時	14:10	休憩	6校時	14:10	休憩	6校時	14:10	休憩
	14:10			14:20			14:20			14:20			14:20	
	14:20			14:30			14:30			14:30			14:30	
	14:30			14:40			14:40			14:40			14:40	
	14:40			14:50			14:50			14:50			14:50	
7校時	14:50	換気	7校時	14:50	換気	7校時	14:50	換気	7校時	14:50	換気	7校時	14:50	換気
	14:55			14:55			14:55			14:55			14:55	
帰りの会	14:55	帰りの会 14:55～14:58 MX TOKYO おはようスクール 今日の振り返り 振り返りシート記入	帰りの会	14:55	帰りの会 14:55～14:58 MX TOKYO おはようスクール 今日の振り返り 振り返りシート記入	帰りの会	14:55	帰りの会 14:55～14:58 MX TOKYO おはようスクール 今日の振り返り 振り返りシート記入	帰りの会	14:55	帰りの会 14:55～14:58 MX TOKYO おはようスクール 今日の振り返り 振り返りシート記入	帰りの会	14:55	帰りの会 14:55～14:58 MX TOKYO おはようスクール 今日の振り返り 振り返りシート記入
	14:58			14:58			14:58			14:58			14:58	
	15:10			15:10			15:10			15:10			15:10	
夜の生活	15:10	各自自由設定	夜の生活	15:10	音楽 15:30～15:40 Eテレ おんがくプラボー	夜の生活	15:10	各自自由設定	夜の生活	15:10	各自自由設定	夜の生活	15:10	各自自由設定
	15:30			15:30			15:30			15:30			15:30	
	15:30			15:40			15:40			15:40			15:40	
	15:40			15:50			15:50			15:50			15:50	
	15:50			21:00			21:00			21:00			21:00	
就寝	21:00		就寝	21:00		就寝	21:00		就寝	21:00		就寝	21:00	
	21:00			21:00			21:00			21:00			21:00	

