【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	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 **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 7:30	朝食	歯磨き、片付け、食器洗いの手伝い		6:40 7:30	朝食	歯磨き、片付け、食器洗いの手伝い		6:40 7:30	朝食	歯磨き、片付け、食器洗いの手伝い		6:40 7:30	朝食	歯磨き、片付け、食器洗いの手伝い		6:40 7:30	朝食	歯磨き、片付け、食器洗いの手伝い
	7:30 8:20	**手伝い**	掃除、ゴミ出し等		7:30 8:20	**手伝い**	掃除、ゴミ出し等		7:30 8:20	**手伝い**	掃除、ゴミ出し等		7:30 8:20	**手伝い**	掃除、ゴミ出し等		7:30 8:20	**手伝い**	掃除、ゴミ出し等
	8:20 8:30	休　憩	手洗い、うがい、換気		8:20 8:30	休　憩	手洗い、うがい、換気		8:20 8:30	休　憩	手洗い、うがい、換気		8:20 8:30	休　憩	手洗い、うがい、換気		8:20 8:30	休　憩	手洗い、うがい、換気
朝の会	**8:30** ～ **9:00**	**朝の会** 又は 読　書	**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** ～ **9:00**	**朝の会** 又は 読　書	**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** ～ **9:00**	**朝の会** 又は 読　書	**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** ～ **9:00**	**朝の会** 又は 読　書	**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** ～ **9:00**	**朝の会** 又は 読　書	**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
1校時	9:00 9:05	**国語**		**1校時**	9:00 9:05	**国語**		**1校時**	9:00 9:05	**道徳**	**9:00 ～ 9:10　Eテレ** **U＆I**	**1校時**	9:00 9:05	**総合**	ワークシート記入	**1校時**	9:00 9:05		
	9:05 9:15		ワークシート記入		9:05 9:15				9:05 9:10		ワークシート記入		9:05 9:15				9:05 9:15		
	9:15 9:25		**9:15 ～ 9:25　Eテレ** **お伝と伝じろう**		9:15 9:25		ワークシート記入		9:10 9:20	**社会**	ワークシート記入		9:15 9:20		ワークシート記入		9:15 9:20		
	9:25 9:35		ワークシート記入		9:25 9:35		**9:25 ～ 9:35　Eテレ** **ふしぎエンドレス　理科４年**		9:20 9:30		**9:20 ～ 9:30　Eテレ** **よろしく！ファンファン**		9:20 9:30		**9:20 ～ 9:30　Eテレ** **ドスルコスル**		9:20 9:30	**道徳**	**9:20 ～ 9:30　Eテレ** **もやモ屋**
	9:35 9:40				9:35 9:40		ワークシート記入		9:30 9:40		ワークシート記入		9:30 ～ 9:45	**道徳**	**9:30 ～ 9:45　Eテレ** **Q～こどものための哲学～**		9:30 9:40		ワークシート記入
休憩	9:40 9:45	休　憩	換気	休憩	9:40 9:45	休　憩	換気	休憩	9:40 9:45	休　憩	換気				ワークシート記入	休憩	9:40 9:50		
2校時	9:45	**算数**	ワークシート記入	**2校時**	9:45			**2校時**	9:45 9:55	**体育**		休憩	9:50 9:55	休　憩	換気	休憩	9:50 9:55	休　憩	手洗い、うがい、換気
	9:55		**9:55 ～ 10:05　Eテレ** **さんすう刑事ゼロ**		9:55				9:55 10:00		ワークシート記入 **10:00 ～ 10:10　Eテレ** **はりきり体育ノ介**	**2校時**	9:55 10:05	**英語**	**9:55 ～ 10:05　Eテレ** **エイゴビート２**	**2校時**	9:55 10:05		
	10:05	**総合**	**10:05 ～ 10:15　Eテレ** **テキシコー**		10:05				10:10 ～ 10:25		ワークシート記入		10:05 10:15		ワークシート記入		10:05 10:15		
	10:15 10:25		ワークシート記入		10:15 10:25								10:15 10:25				10:15 10:25		
休憩	10:25 10:35	休　憩	手洗い、うがい、換気	休憩	10:25 10:35	休　憩	手洗い、うがい、換気	休憩	10:25 10:35	休　憩	手洗い、うがい、換気	休憩	10:25 10:35	休　憩	手洗い、うがい、換気	休憩	10:25 10:35	休　憩	手洗い、うがい、換気
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 11:15				11:05 11:15				11:05 11:15				11:05 11:15				12:00		
休憩	11:15 11:20	休　憩	換気	休憩	11:15 11:20	休　憩	換気	休憩	11:15 11:20	休　憩	換気	休憩	11:15 11:20	休　憩	換気	休憩	11:15 11:20	休　憩	換気
4校時	11:20			**4校時**	11:20			**4校時**	11:20			**4校時**	11:20			**4校時**	11:20		
	11:30				11:30				11:30				11:30				11:30		
	11:40				11:40				11:40				11:40				11:40		
	11:50 12:00				11:50 12:00				11:50 12:00				11:50 12:00				11:50 12:00		
昼の生活	12:00 12:45	昼　食	昼食・休憩 手洗い、うがい、換気、歯磨き	昼の生活	12:00 12:45	昼　食	昼食・休憩 手洗い、うがい、換気、歯磨き	昼の生活	12:00 12:45	昼　食	昼食・休憩 手洗い、うがい、換気、歯磨き	昼の生活	12:00 12:45	昼　食	昼食・休憩 手洗い、うがい、換気、歯磨き	昼の生活	12:00 12:45	昼　食	昼食・休憩 手洗い、うがい、換気、歯磨き
	13:00 **13:20**	**新聞タイム**	**新聞読み取り学習(NIE)** ワークシート記入		**13:00** **13:20**	**読書タイム**	**読書** 読書(音読)カード記入		**13:00** **13:20**	**新聞タイム**	**新聞読み取り学習(NIE)** ワークシート記入		**13:00** **13:20**	**新聞タイム**	**新聞読み取り学習(NIE)** ワークシート記入		**13:00** **13:20**	**新聞タイム**	**新聞読み取り学習(NIE)** ワークシート記入
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 14:00				13:50 14:00				13:50 14:00				13:50 14:00				13:50 14:00		
休憩	14:00 14:10	休　憩	手洗い、うがい、換気	休憩	14:00 14:10	休　憩	手洗い、うがい、換気	休憩	14:00 14:10	休　憩	手洗い、うがい、換気	休憩	14:00 14:10	休　憩	手洗い、うがい、換気	休憩	14:00 14:10	休　憩	手洗い、うがい、換気
6校時	14:10			**6校時**	14:10			**6校時**	14:10			**6校時**	14:10			**6校時**	14:10		
	14:20				14:20				14:20				14:20				14:20		
	14:30				14:30				14:30				14:30				14:30		
	14:40 14:50				14:40 14:50				14:40 14:50				14:40 14:50				14:40 14:50		
休憩	14:50 14:55	休　憩	換気	休憩	14:50 14:55	休　憩	換気	休憩	14:50 14:55	休　憩	換気	休憩	14:50 14:55	休　憩	換気	休憩	14:50 14:55	休　憩	換気
帰りの会	**14:55** **14:58** 14:58 15:10	**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	**帰りの会**	**14:55** **14:58** 14:58 15:10	**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	**帰りの会**	**14:55** **14:58** 14:58 15:10	**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	**帰りの会**	**14:55** **14:58** 14:58 15:10	**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	**帰りの会**	**14:55** **14:58** 14:58 15:10	**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
夜の生活	15:10 ～ 21:00	各自の自由設定	各自自由設定	**7校時** 夜の生活	15:10 15:30 15:40 15:50 15:50 21:00	**音楽** 各自の自由設定	**15:30 ～ 15:40　Eテレ** **おんがくプラポー** ワークシート記入 各自自由設定	夜の生活	15:10 ～ 21:00	各自の自由設定	各自自由設定	夜の生活	15:10 ～ 21:00	各自の自由設定	各自自由設定	夜の生活	15:10 ～ 21:00	各自の自由設定	各自自由設定
	21:00	就　寝			21:00	就　寝			21:00	就　寝			21:00	就　寝			21:00	就　寝	