

葉栗っ子アウトメディアチャレンジ!



メディア中心の生活になっていませんか? 家族みんなで毎日の生活を見直してみましょう!

6月16日(木)~22(水)がチャレンジ週間です。

16(木)は全校一斉チャレンジデーとします。

チャレンジ内容は、おうちの方と話し合って 下から選択して、取り組んでみましょう。

1 チャレンジする日数

- ① 1日のみ ② 2日間 ③ 3日間 ④ 4日間 ⑤ 5日間 ⑥ 6日間 ⑦ 1週間

2 チャレンジメニュー

- ① 食事中はテレビを消す。
② 夜8時以降はテレビを消す。ゲームやインターネット、メールなどもしない。
③ テレビ、ゲーム、インターネット、メールなどは、1日2時間までにする。
④ テレビ、ゲーム、インターネット、メールなどは、1日1時間までにする。
⑤ テレビ、ゲーム、インターネット、メールなどは、1日30分までにする。
⑥ テレビ、ゲーム、インターネット、メールなどは、1日つかわない。

3 チャレンジするメンバー

- ① 子どもだけで(本人のみ) ② 親子で ③ 家族みんなで(兄弟も)

4 チャレンジ終了後の報告

★チャレンジを成功させるためにどのような工夫をしましたか?

- ① 家族で過ごす時間をつくった ② テレビの電源を抜いておいた
③ テレビのリモコンやゲーム機を片付けた ④ タイマーなどで時間をはかった
⑤ その他()

★チャレンジしているとき(テレビ、ビデオ、動画を見ない、ゲームやメールなどをしないとき)時間をどのように過ごしましたか?

- ① 外で遊んだ ② 本を読んだ ③ 勉強した ④ 家族との会話
⑤ お手伝い ⑥ 習い事 ⑦ 兄弟姉妹と遊んだ
⑧ その他()

★【葉栗っ子へ】ぼく・わたしのチャレンジ後の感想を書きましょう。

★【保護者の方へ】チャレンジしてみて、感じたことや思ったことをお書き願います。

以上の内容でチャレンジ後に学校メールでアンケート(グーグルフォーム)を送信します。

6/27までに回答をお願いいたします。