

例

固定時間    生活時間    自由時間    自己学習時間  
 朝セット: 6:00~6:45 洗顔、朝食、歯磨き、トイレ、学校準備の確認、今日の予定確認 6:45~7:00 小学生新聞  
 朝セット(休日): 6:00~6:45 洗顔、朝食、歯磨き、トイレ、今日の予定確認 6:45~7:00 小学生新聞 7:00~7:30 机・本棚整理

## SS-1 小川式！ 日々の学習計画表

	月	火	水	木	金	土	日	
5:00	睡眠 6:00起床	睡眠 6:00起床	睡眠 6:00起床	睡眠 6:00起床	睡眠 6:00起床	睡眠 6:00起床	睡眠 6:00起床	
6:00								
7:00	朝セット	朝セット	朝セット	朝セット	朝セット	朝セット(休日)	朝セット(休日)	
8:00	計算・漢字・理科知識	計算・漢字・理科知識	計算・漢字・理科知識	計算・漢字・理科知識	計算・漢字・理科知識			
9:00	学校 7:50出発 ~ 15:30帰宅	学校 7:50出発 ~ 15:30帰宅	学校 7:50出発 ~ 14:30帰宅	学校 7:50出発 ~ 15:30帰宅	学校 7:50出発 ~ 15:30帰宅	計算・漢字・図鑑と言葉調べ、言葉遊び	計算・漢字・国語復習	
10:00						算数宿題、テスト直し、国語宿題	国語直し、算数復習、調べ学習	
11:00						昼食	フリータイム	
12:00							昼食	
13:00						塾 12:30出/17:30帰 13:00~ 算数 15:00~ テスト	読書	
14:00								
15:00								
16:00	学校宿題	学校宿題	学校宿題	学校宿題	学校宿題		フリータイム	
17:00	外遊び	塾 16:30出/19:30帰 17:00~ 国語 18:00~ 理科	水泳教室 16:30出/19:00帰	塾 16:30出/19:30帰 17:00~ 算数 18:00~ 社会	そろばん 16:50出/18:20帰	算数復習、社会宿題	バスル	
18:00	風呂・夕食 翌日準備	風呂・夕食 翌日準備	アニメ番組	風呂・夕食 翌日準備	算数宿題	風呂・夕食 翌日準備	風呂・夕食 翌日準備	
19:00	国語復習 理科復習	学校宿題	風呂・夕食 翌日準備	風呂・夕食 翌日準備	言葉学習	言葉学習	読書	
20:00			社会復習	学校宿題	フリータイム	フリータイム		
21:00	睡眠 21:30就寝	睡眠 21:30就寝	睡眠 21:30就寝	睡眠 21:30就寝	睡眠 21:30就寝	睡眠 21:30就寝	睡眠 21:30就寝	
22:00								
学習持ち時間	5時間 20分	2時間 20分	3時間 50分	2時間 20分	3時間 50分	6時間 30分	11時間 30分	35時間40分
現実学習時間	3時間 00分	1時間 分	1時間 30分	1時間 分	2時間 00分	3時間 分	3時間 分	14時間30分
必要学習時間	3時間 20分	1時間 50分	2時間 50分	1時間 50分	3時間 20分	5時間 00分	5時間 30分	23時間40分

計

35時間40分  
 14時間30分  
 23時間40分