きょうも　Ⅰがんばろう！



🌈できたことに、まるを　つけましょう。土・日曜日は☆のところをやりましょう。

名前（　　　　　　　　）

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| [風の強い日のイラスト](https://www.irasutoya.com/2015/08/blog-post_998.html)https://1.bp.blogspot.com/-atApINkSlN8/UNbgjjm2q7I/AAAAAAAAJQA/dNErtytRcrM/s1600/mark_tenkiu_kaminari.png月　　日（　　　）天気　☀　☁　☔ | | |
| ☆[起きた女の子のイラスト](https://3.bp.blogspot.com/-UqkJ7Of0_jw/UnIEDfEkEYI/AAAAAAAAZ80/sIgShKqkwFk/s800/bed_girl_wake.png)[起きた男の子のイラスト](https://3.bp.blogspot.com/-n7cwMZVJEcA/UnIEDGPJv0I/AAAAAAAAZ8s/4jY69Ak6z0w/s800/bed_boy_wake.png)いつもの時間に　起きた。 | |  |
| ☆[体温計のイラスト](https://1.bp.blogspot.com/-K85GaCeuIkg/XlhlExX2yqI/AAAAAAABXio/FkpO3SrLmdkj7xd_lopkX9_Kf3ZtqqBigCNcBGAsYHQ/s1600/medical_taionkei.png)体温　　　　　　　　（　　　.　　℃） | |  |
| ☺国語　　✍　💻 | |  |
| ☺算数　　✍　💻 | |  |
| ☺そのほかの学習（　　　　　　　　　　　　　） | |  |
| [準備運動のイラスト（脚）](https://3.bp.blogspot.com/-6xlmgmkp8Nw/Vq89C1lw3EI/AAAAAAAA3k4/ouvm013IDoI/s800/junbiundou_shinkyaku.png)[肩回し運動のイラスト（男性）](https://2.bp.blogspot.com/-hi1PJmJH8iY/W64EEa6o17I/AAAAAAABPL8/cN14pkmbZ3UQqVMyLwDjchSocGdaWZcNwCLcBGAs/s800/undou_katamawashi_man.png)[前側の肩のストレッチのイラスト（女性）](https://www.irasutoya.com/2018/10/blog-post_679.html)[後ろ側の肩のストレッチのイラスト（女性）](https://www.irasutoya.com/2018/10/blog-post_125.html)[伸びをしている人のイラスト（男性）](https://3.bp.blogspot.com/-pakkGU6ObwE/VPQUB6kfSWI/AAAAAAAAsF8/uUYesigxWP4/s800/pose_nobi_man.png)[アキレス腱ストレッチのイラスト（男性）](https://4.bp.blogspot.com/-dplUuTaontc/Vkb-9f6lvjI/AAAAAAAA0Yk/6NBmovENCCs/s800/achilles_man.png)[柔軟体操をする男性のイラスト](https://3.bp.blogspot.com/-JUAJNsTX6sE/Vkb_Ed0umoI/AAAAAAAA0Zw/lTmqowiPLUU/s800/stretch_man.png)☆運動①ストレッチ（のばす）体そう | |  |
| ②かた足ストップ  右足で立って（　　）数える。  左足で立って（　　）数える。 | |  |
| [筋トレのイラスト「腹筋をする男性」](https://1.bp.blogspot.com/-mIHSu1wpEuY/Vkb_AQ37OhI/AAAAAAAA0ZE/nEB-LDQZf04/s800/fukkin_man.png)　　　③上体起こし | |  |
| [ピラティスをする男性のイラスト](https://2.bp.blogspot.com/-fCUEOMFUERM/VD3Rt9VjG2I/AAAAAAAAoHU/6hPHIc6Pl8o/s800/pilates_man.png)　　　④Ｖ字バランス | |  |
| [腕立て伏せをする男性のイラスト（筋トレ）](https://3.bp.blogspot.com/-ugEtMLkRoq8/Vkb_GY_prTI/AAAAAAAA0aE/8Z7GweohF8U/s800/udetate_man.png)　　　⑤ひざつき　うで立てふせ　ひざをつけてね | |  |
| ⑥ボールのかわりに タオルのはしを持って きをつけ  開いてパタン　お空に向かって飛んでいけー！ | |  |
| ☆自分の役わりの仕事をする。 | |  |
| [読書のイラスト「女の子と本」](https://2.bp.blogspot.com/-JAIbq3c1d4I/UPzH_qDWlUI/AAAAAAAAK04/Ys-vw2CpZbg/s1600/reading_girl.png)☺本を読む・見る。 | |  |
| ☆歯みがきをする。[歯ブラシと綺麗な歯のイラスト](https://1.bp.blogspot.com/-23Uy8ckZzhY/WUdYc6dRJoI/AAAAAAABE8I/lN8-zIHmUc8of28xnuTjchywbAY-LKM0gCLcBGAs/s800/ha3_clean.png) | |  |
| ☺今日一日がんばりました！  →シールをはります。→ |  | |

🌈できたことに、まるを　つけましょう。

よう・ようは　☆のところをやりましょう。

なまえ（　　　　　　　　）

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| https://1.bp.blogspot.com/-atApINkSlN8/UNbgjjm2q7I/AAAAAAAAJQA/dNErtytRcrM/s1600/mark_tenkiu_kaminari.png[風の強い日のイラスト](https://www.irasutoya.com/2015/08/blog-post_998.html)　　　月　　日（　　　）天気　☀　☁　☔ | | |
| ☆[起きた男の子のイラスト](https://3.bp.blogspot.com/-n7cwMZVJEcA/UnIEDGPJv0I/AAAAAAAAZ8s/4jY69Ak6z0w/s800/bed_boy_wake.png)いつもの　じかんに　おきた。 | |  |
| [体温計のイラスト](https://1.bp.blogspot.com/-K85GaCeuIkg/XlhlExX2yqI/AAAAAAABXio/FkpO3SrLmdkj7xd_lopkX9_Kf3ZtqqBigCNcBGAsYHQ/s1600/medical_taionkei.png)☆たいおんを　はかる。　（ .　 ℃） | |  |
| ☺[教科書のイラスト「こくご」](https://3.bp.blogspot.com/-NTTWrvplAf0/UVTVXp6ydGI/AAAAAAAAPEI/xOME2D1Jtv8/s1600/textbook_h_kokugo.png)国語　　　　✍　💻 | |  |
| [教科書のイラスト「こくご・さんすう・りか・しゃかい・えいご」](https://www.irasutoya.com/2013/05/blog-post_2772.html)☺算数　　　　✍　💻 | |  |
| ☺そのほかのしゅう（　　　　　　　　　　　） | |  |
| [準備運動のイラスト（脚）](https://3.bp.blogspot.com/-6xlmgmkp8Nw/Vq89C1lw3EI/AAAAAAAA3k4/ouvm013IDoI/s800/junbiundou_shinkyaku.png)[アキレス腱ストレッチのイラスト（男性）](https://4.bp.blogspot.com/-dplUuTaontc/Vkb-9f6lvjI/AAAAAAAA0Yk/6NBmovENCCs/s800/achilles_man.png)[肩回し運動のイラスト（男性）](https://2.bp.blogspot.com/-hi1PJmJH8iY/W64EEa6o17I/AAAAAAABPL8/cN14pkmbZ3UQqVMyLwDjchSocGdaWZcNwCLcBGAs/s800/undou_katamawashi_man.png)[前側の肩のストレッチのイラスト（女性）](https://www.irasutoya.com/2018/10/blog-post_679.html)[伸びをしている人のイラスト（男性）](https://3.bp.blogspot.com/-pakkGU6ObwE/VPQUB6kfSWI/AAAAAAAAsF8/uUYesigxWP4/s800/pose_nobi_man.png)[柔軟体操をする男性のイラスト](https://3.bp.blogspot.com/-JUAJNsTX6sE/Vkb_Ed0umoI/AAAAAAAA0Zw/lTmqowiPLUU/s800/stretch_man.png)☆うんどう①ストレッチ（のばす）たいそう  [後ろ側の肩のストレッチのイラスト（女性）](https://www.irasutoya.com/2018/10/blog-post_125.html) | |  |
| ②かたあしストップ  みぎあしで　　たって　（　）かぞえる。  ひだりあしで　たって　（　）かぞえる。 | |  |
| [筋トレのイラスト「腹筋をする男性」](https://1.bp.blogspot.com/-mIHSu1wpEuY/Vkb_AQ37OhI/AAAAAAAA0ZE/nEB-LDQZf04/s800/fukkin_man.png)　　　　　③じょうたい　おこし | |  |
| [ピラティスをする男性のイラスト](https://2.bp.blogspot.com/-fCUEOMFUERM/VD3Rt9VjG2I/AAAAAAAAoHU/6hPHIc6Pl8o/s800/pilates_man.png)　　　　　④バランス | |  |
| [腕立て伏せをする男性のイラスト（筋トレ）](https://3.bp.blogspot.com/-ugEtMLkRoq8/Vkb_GY_prTI/AAAAAAAA0aE/8Z7GweohF8U/s800/udetate_man.png)　　　　　⑤ひざつき　うでたてふせひざをつけてね | |  |
| ⑥ボールのかわりに タオルの はしを もって きをつけ  ひらいてパタン  おそらに　むかって　とんでいけー！ | |  |
| ☆じぶんの　やくわりの　しごとを　する。 | |  |
| [読書のイラスト「女の子と本」](https://2.bp.blogspot.com/-JAIbq3c1d4I/UPzH_qDWlUI/AAAAAAAAK04/Ys-vw2CpZbg/s1600/reading_girl.png)☺ほんを　よむ・みる。 | |  |
| [歯ブラシと綺麗な歯のイラスト](https://1.bp.blogspot.com/-23Uy8ckZzhY/WUdYc6dRJoI/AAAAAAABE8I/lN8-zIHmUc8of28xnuTjchywbAY-LKM0gCLcBGAs/s800/ha3_clean.png)☆はみがきを　する。 | |  |
| ☺きょう　１がんばりました！  →シールをはります。→ |  | |

🌈できたことに、まるを　つけましょう。

よう・ようは　☆のところをやりましょう。

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| https://1.bp.blogspot.com/-atApINkSlN8/UNbgjjm2q7I/AAAAAAAAJQA/dNErtytRcrM/s1600/mark_tenkiu_kaminari.png[風の強い日のイラスト](https://www.irasutoya.com/2015/08/blog-post_998.html)　　　　がつ　　　にち　　　てんき　☀　☁　☔ | | |
| [起きた男の子のイラスト](https://3.bp.blogspot.com/-n7cwMZVJEcA/UnIEDGPJv0I/AAAAAAAAZ8s/4jY69Ak6z0w/s800/bed_boy_wake.png)☆いつもの　じかんに　おきた。 | |  |
| [体温計のイラスト](https://1.bp.blogspot.com/-K85GaCeuIkg/XlhlExX2yqI/AAAAAAABXio/FkpO3SrLmdkj7xd_lopkX9_Kf3ZtqqBigCNcBGAsYHQ/s1600/medical_taionkei.png)☆たいおんを　はかる。 | |  |
| [教科書のイラスト「こくご」](https://3.bp.blogspot.com/-NTTWrvplAf0/UVTVXp6ydGI/AAAAAAAAPEI/xOME2D1Jtv8/s1600/textbook_h_kokugo.png)☺こくご　　　　✍　　💻 | |  |
| ☺さんすう 　　✍　　💻 [教科書のイラスト「こくご・さんすう・りか・しゃかい・えいご」](https://www.irasutoya.com/2013/05/blog-post_2772.html) | |  |
| [伸びをしている人のイラスト（男性）](https://3.bp.blogspot.com/-pakkGU6ObwE/VPQUB6kfSWI/AAAAAAAAsF8/uUYesigxWP4/s800/pose_nobi_man.png)☆うんどう①ストレッチ（のばす）たいそう  [後ろ側の肩のストレッチのイラスト（女性）](https://www.irasutoya.com/2018/10/blog-post_125.html)[前側の肩のストレッチのイラスト（女性）](https://www.irasutoya.com/2018/10/blog-post_679.html)[肩回し運動のイラスト（男性）](https://2.bp.blogspot.com/-hi1PJmJH8iY/W64EEa6o17I/AAAAAAABPL8/cN14pkmbZ3UQqVMyLwDjchSocGdaWZcNwCLcBGAs/s800/undou_katamawashi_man.png)[アキレス腱ストレッチのイラスト（男性）](https://4.bp.blogspot.com/-dplUuTaontc/Vkb-9f6lvjI/AAAAAAAA0Yk/6NBmovENCCs/s800/achilles_man.png)[準備運動のイラスト（脚）](https://3.bp.blogspot.com/-6xlmgmkp8Nw/Vq89C1lw3EI/AAAAAAAA3k4/ouvm013IDoI/s800/junbiundou_shinkyaku.png)[柔軟体操をする男性のイラスト](https://3.bp.blogspot.com/-JUAJNsTX6sE/Vkb_Ed0umoI/AAAAAAAA0Zw/lTmqowiPLUU/s800/stretch_man.png) | |  |
| ②かたあしストップ  みぎあしで　たって（　）かぞえる。  ひだりあしで　たって（　）かぞえる。 | |  |
| [腕立て伏せをする男性のイラスト（筋トレ）](https://3.bp.blogspot.com/-ugEtMLkRoq8/Vkb_GY_prTI/AAAAAAAA0aE/8Z7GweohF8U/s800/udetate_man.png)　　　　　③ひざつき　うでたてふせ | |  |
| ④ボールのかわりに タオルの はしを もって きをつけ  ひらいてパタン  おそらに　むかって  とんでいけー！ | |  |
| ☆おてつだいを　する。 | |  |
| [読書のイラスト「女の子と本」](https://2.bp.blogspot.com/-JAIbq3c1d4I/UPzH_qDWlUI/AAAAAAAAK04/Ys-vw2CpZbg/s1600/reading_girl.png)☺ほんを　よむ・みる。 | |  |
| [歯ブラシと綺麗な歯のイラスト](https://1.bp.blogspot.com/-23Uy8ckZzhY/WUdYc6dRJoI/AAAAAAABE8I/lN8-zIHmUc8of28xnuTjchywbAY-LKM0gCLcBGAs/s800/ha3_clean.png)☆はみがきを　する。 | |  |
| ☺きょう　１がんばりました！  →シールをはります。→ |  | |