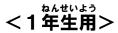
で うんどう **かわいっ子 運動カード**





しています。 自標を決めよう。 できるだけ毎日運動しよう。

年 組(



占にち	取り組んだ運動(取り組んだ運動を〇でかこみましょう)	^{うんどう} 運動した時間
	※他にも取り組んだ運動があれば、ここに書きましょう。	
例	ボール運動	35 分(ふん)
/ げつ (月)	サング タッチング タッチング ボール運動	分(ふん)
/ か (火)	サンク ションク だわとび ボール運動	分(ふん)
/ すい (水)	はなかほす。 ウォーキング ショギング なわとび ボール運動	分 (ふん)
/ も< (木)	サンク ショナング かわとび ボール運動	分(ふん)
/ きん (金)	はなからず ウォーキング タッキング なわとび ボール運動	分(ふん)

^{こんしゅう} 今 週 のふり返り(進んで運動できたかどうかふり返って、色をぬりましょう。)



とても できた



できた



あまり できなかった

<保護者の方へ>

天候や体調、家の都合などに応じて、無理のないように取り組んでください。<u>密にならずに安全に運動</u>ができるように してください。また、ぼうしをかぶる、水分をしっかりとるなど熱中症対策もお願いします。