国吉義務教育学校　チャレンジ3週間

－　国吉っ子と先生たちのちょうせん　－

4 年 A 組 名前　　**5月25日(月)の学習・生活チャレンジ**

朝のチェック	□　昨日ねた時刻（　　時　　分）□　起きた時刻（　　時　　分） □　体温（　　℃）　　□　朝ごはんを食べた □　歯みがき　　□　家の人と今日の生活について話した	
今日のめあて		
時限（めやすの時間）	チャレンジ内容	すごくがんばった◎ できた○ あまりできなかった▲ ↓予定を変更した■
朝読書 8:15～8:25	読んだ本は「読書の記録カード」に書く。	
1 限目 8:35～9:20	登　校　日 学校で授業 (国・算・社・理)	
2 限目 9:25～10:10		
長休み		
3 限目 10:35～11:20		
4 限目 11:25～12:10		
昼休み	□　手あらい、うがい　　□　お昼ごはん　　□　歯みがきをする	
5 限目 13:45～14:30	**体育** ①じゅんび運動をする。 ②「立山へん」の中からえらんで、取り組んでカードに色をぬる。 ③ミニチャレンジ：ストレッチ　手、足などをゆっくりのばそう。	
6 限目 14:35～15:20	**外国語** ①英語カードのうらに名前を書く。 ②線にそって切る。 ③色ごとに分けてふくろに入れる。	
お手伝いチャレンジ	今日やってみたこと（　　）	
自主学習・読書		
1日をふりかえって	□　歯みがき　□　学習以外でのメディア利用時間（　　分） **感想**	**家の人のサイン**