

1年生 ☆ うんどうカード ☆

1ねん くみ

なまえ

☆まいにち とりくもう!



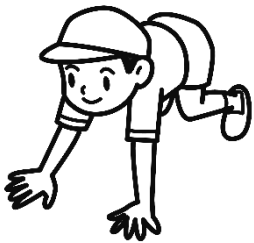
○じょうたいおこし 10^{かい}回



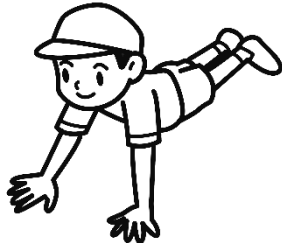
○ちょうざたいぜんくつ 10^{びょう}秒を5^{かい}回



○かにあるき



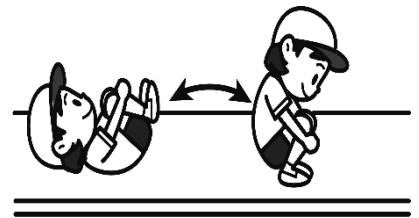
○くまあるき



○あざらしあるき



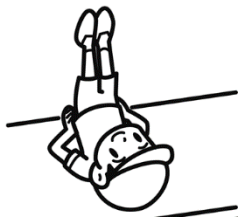
○くもあるき



○ゆりかご

チャレンジ できる人はやってみよう!

○ くびとうりつ



10^{びょう}秒

○ かたあしまわり



みぎまわり 5^{かい}回

ひだりまわり 5^{かい}回

できるだけながくまわろう!

○ おしりあるき



1ぶんかん

チェック ◎○△	11日(月)	12日(火)	13日(水)	14日(木)	15日(金)
	18日(月)	19日(火)	20日(水)	21日(木)	22日(金)
	25日(月)	26日(火)	27日(水)	28日(木)	29日(金)

10こぜんぶできたら...◎

3~9こできた...○

1、2こできた...△