

がつ 5月14日(木) ~ 5月31日(日)までの宿題

～ 計画的に、取り組むようにしましょう～

	宿題	チェック
1	○漢字練習 (漢字ドリル <u>14</u> ～ <u>29</u> ・漢字ノートを使います) ・新出漢字をドリルに書き込む。見本を見ながらノートに練習する。	
2	○国語プリント3枚 ・白いぼうしプリント①、② ・漢字の組み立てプリント (教科書 p、32～p、33) ・都道府県の旅プリント (教科書 p60～p61)	
3	○計算ドリル <u>2</u> ・ <u>3</u> ・ <u>4</u> ～ <u>6</u> ・ <u>13</u> ～ <u>18</u> ・教科書を見ながら計算ドリルの問題に取り組み、答え合わせ、直しを行う。(とばしてある番号は後で行う予定です。)	
4	○理科 観察カード 2枚 ・1枚…春の生物(動物、植物)を観察する。 (教科書 p、6～p、7) ・1枚…ツルレイシの種を観察する。(一人一つ種が入っています) ※観察した後、牛乳パックなどに土を入れ、種を植える。水やりをして育てる。(教科書 p25～p27 を参考に) ※その後も家で育て、学校が始まったら持ってくる。もし芽が出なくても大丈夫です。	
5	○社会 プリント4枚(答え合わせもする) ・都道府県のようすプリント①～③ ・わたしたちのくらしと水プリント①～④	
6	○体力アップカード②(音読カードと両面ずり) ・できるものをおうちの方と相談して行い、できたら印をつけたり色をぬったりする。	
7	○道徳プリント 2枚 ・「土曜日の学校」教科書 p13～p17 を読んでワークシートを書く。 ・「生きているしるし」教科書 p36～p40 を読んでワークシートを書く。	
8	○音読カード ・書いてあるところをおうちの方に聞いてもらい、サインをもらう。	
9	○読書カード ・これまで読んだものも書いてよいです。たくさんちょうせんしましょう。	

☆いっしょに入っている社会の「都道府県をおぼえよう!!」や都道府県すぐろくは自主勉強に使ってください。

※宿題は次回の登校日やれんらくがあった日にこのふうとうに入れていしゅつしてください。

めざせ！もっともっと体力アップ！

いっぱいちょうせんして、ドンドン体力をつけよう！

※おうちの方と相談しながらできるものに取り組んでみよう！

年 組 ()

うでの力をアップ！		ぶら下がり30びょう ・ゆっくり数えよう。できたらひじをのぼしたりまげたりしよう。	かえるの足うち10回 ・こしを少しずつ高くあげよう。	うでたてふせ10回 ・体の重さをうで全体でささえよう。	うでずもう ・りょうほうのうででちょうせんしてみよう。	ボールなげ ・手だけでなくうで全体でなげるいしきで行おう。
ジャンプ力をアップ！		馬とび10回 ・馬でなくてもよいです。両足を開いてしょうがい物をとびこえよう。	ケンケン10m ・右も左も10mずつちょうせんしよう。	りょう足ジャンプ10m ・うでをふって体を曲げたり伸ばしながらとぼう。	なわとびまえとび100回 ・れんぞくでなくてもいいです。	なわとび100回 ・好きな技に取り組もう。
はしる力をアップ！		その場足ぶみ10びょう ・なるだけ早く足を動かそう。	ももあげ50回 ・おへそより高くももをあげるよ。	スクワット30回 ・ひざをまげてしゃがんだり立ったりしよう。	その場手ふり ・走っているつもりでりょううでを早くふるよ。	ふみだいしょうこう30回 ・階段や片足であがれるくらいの高さの物にのぼり下りしよう。
体のやわらかさをアップ！	足をのぼして	足首をりょう手でもつ	足先に手のゆび先がつく	ひざにひじがつく	足におでこがつく	足にむねがつく
	足を広げて	足首をりょう手でもつ	足先に手のゆび先がつく	ゆかにひじがつく	ゆかにおでこがつく	ゆかにむねがつく
	ブリッジをして	頭をゆかにつけてできる	ひじがまがってできる	ひじをのぼしてできる	立ったしせいからそりかえってできる	←ここからおき上がる

☆ ちょうせんできたら、しるしをつけたり色をぬろう ☆