

せいかつリズムひょう

おうちのひとといっしょに、まいあさ じぶんのせいかつを ふりかえりましょう。

くみ なまえ

	れい 4 / 22 (すい)	/ ()	/ ()	/ ()	/ ()	/ ()	/ ()	/ ()
1 きのは、なんじにねましたか？	8 じ 30 ふん	じ ふん	じ ふん	じ ふん	じ ふん	じ ふん	じ ふん	じ ふん
2 けさは、なんじにおきましたか？	6 じ 30 ふん	じ ふん	じ ふん	じ ふん	じ ふん	じ ふん	じ ふん	じ ふん
3 あさごはんを、しっかりとたべましたか？	○							
4 きのは、からだをうごかしてあそびましたか？	△							
5 きのは、どんなあそびやおてつだいをしましたか？								

☆1～4は、できたときは「○」、あまりできなかったときは「△」、できなかったときは「×」をかきましょう。

☆5は、おうちのひとにかいてもらいましょう（じぶんでかいてみたいおともだちは、ちゃれんじしてもいいね！）

