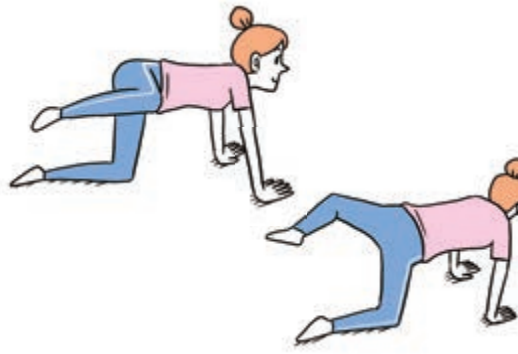
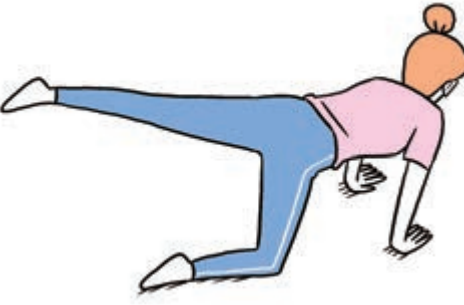
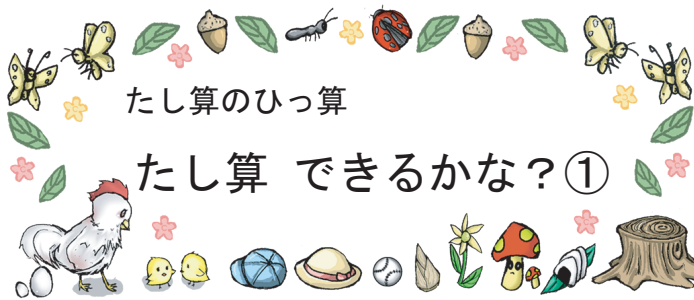


① 体育ずわり 	② 手をうしろ 	③ 足あげ 	④ おろす 	⑤ 足あげ ひこうき 	⑥ おろす 	
⑦ 足あげ 前へならえ 	⑧ おろす 	⑨ 足くみ  左右を入れかえる ⬇️早く入れかえる	⑩ 足はくしゅ 	⑪ おろす 	⑫ 自転車こぎ 	
⑬ おろす 	体を動かすのが苦手な子も毎日少しずつ繰り返して上達する 「10分間体幹トレーニング」 朝のはじめに取り入れると効果的。①から⑤7までを一連の動き(各5〜10秒キープ)として、子どもに合わせて行ってみよう(⬇️はチャレンジメニュー、🔴はハイレベルメニュー)。 学研教育みらい「実践障害児教育」2019年4月号とじ込み付録 ©監修／川上康則 ©イラスト／シライカズアキ Gakken				⑭ テーブル  ⬇️足ぶみする 🔴おなかを高くキープ	⑮ 3本足(上向き)  右足をのばす
⑯ 2本足(上向き)  左うでをのばす 🔴5秒キープ	⑰ テーブル 	⑱ 3本足(上向き)  左足をのばす	⑲ 2本足(上向き)  右うでをのばす 🔴5秒キープ	⑳ テーブル 	㉑ すべり台  🔴おなかを高くキープ	
㉒ おうぎ 	㉓ うで立て 	㉔ カエル  おしりと両足を上げる 🔴上で足はくしゅ	㉕ よつばい 	㉖ イヌのおしっこ(左右) 	㉗ 3本足(下向き)  左足をのばす(右足をのばす)	



ねん 年 くみ 組 ばん 番

なまえ 名前

たし算 できるかな？①

さん
たし算をしましょう。



	3	1
+	2	5
	5	6



	7	4
+	1	3
	8	7



	1	6
+	3	2
	4	8



	4	3
+	2	3
	6	6



	2	4
+	5	4
	7	8



	1	4
+	1	5
	2	9



	1	6
+	4	3
	5	9



	2	5
+	1	3
	3	8



	2	1
+	2	8
	4	9

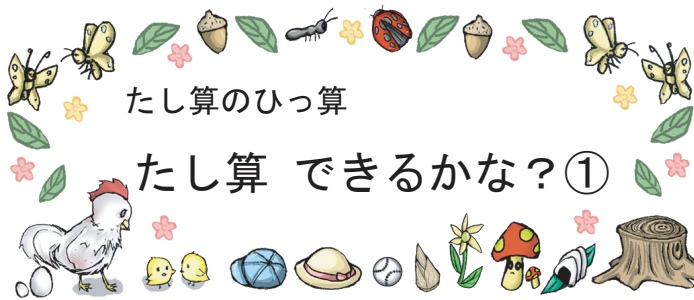


	7	1
+	2	5
	9	6

↑
一のくらい

けいさん
計算は 一のくらい
から しょうね。





ねん 年 くみ 組 ばん 番

なまえ 名前

たし算 できるかな？①

さん
たし算をしましょう。



	3	1
+	2	5



	7	4
+	1	3



	1	6
+	3	2



	4	3
+	2	3



	2	4
+	5	4



	1	4
+	1	5



	1	6
+	4	3



	2	5
+	1	3



	2	1
+	2	8



	7	1
+	2	5

↑
一のくらい

けいさん
計算は 一のくらい
から しょうね。



どくしょカード

2年（ ）組（ ）ばん 名前（ ）

日づけ	本のだい名	作しゃ名	一言かんそう

たくさん よもう!

