

GRASS ROOTSに 名を刻め!

— RESPECTから始める冒険 —

その38 (R05.06.07)

～ 夢叶える冒険の地図 5年2組の冒険【5月】 ～

今の所忘れ物がないので、この調子でがんばります。あの、一番最後の日が30なんですが、31ですか?

参考になりました。ありがとうございます。今日からやってみます。

ありがとうございます。

①では、1日の学習時間を〇〇分て記録する。月の合計も出せます。
②忘れ物をなくすためのアイデアを付せてメモしよう。

最後の日は、31日です。サービスて直しました。

R05 夢叶える冒険の地図

5年2組 番

かなえる

5月末までにできるように
なりたいことを書こう!

◎ しっかり勉強する。忘れ物をなくす。

やりぬく

05 01	05 02	05 03	05 04	05 05	05 06	05 07	05 08	05 09	05 10	05 11	05 12	05 13	05 14
-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------

① 40分は勉強する。

てきた	てきた	てきた	もう少し	もう少し	てきた	あんまり	てきた	てきた	もう少し	もう少し	てきた	あんまり	てきた
-----	-----	-----	------	------	-----	------	-----	-----	------	------	-----	------	-----

② 忘れ物しない

○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---

05 15	05 16	05 17	05 18	05 19	05 20	05 21	05 22	05 23	05 24	05 25	05 26	05 27	05 28	05 29	05 30	05 31
-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------

てきた	もう少し	てきた	てきた	40	20	45	35	45	45	30	40	27	50	35	40	50
-----	------	-----	-----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----

○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---

↑
毎日、こつこつ
がんばっている
様子がわか
りますね。
続けること
で、成長でき
ますよ。



5/21焼きそば

とっても美味しかった!!



5/21
祖父に教えてもらいながら、焼きそばを作りました。とっても美味しくできました。

地球グミみたいなものを、
ライスペーパーで作りたい

5/21
ライスペーパーを食べてみましたが、あまり好きな味じゃありませんでした。

こちらの取り組みは、
上の取り組みと同一
ではありません。

2ページ目を作って、
チェックと別に成果を
表しています。

早速、2Pめを作りましたね。えらい。
焼きそばのことは、
2Pにまとめると、見やすいよ。文字サイズは18に統一しよう。

- 柔軟内容
- 開脚系5分
 - 腹筋30回
 - スーパーマン10秒
 - 猫10秒
 - ブリッジ10秒

R05 夢かなえる冒険の地図

5年 組 番

かなえる 5月末までにできるように ① ロンダードバック宙を補助なしでできるようにしたい

やりぬく	05 01	05 02	05 03	05 04	05 05	05 06	05 07	05 08	05 09	05 10	05 11	05 12	05 13	05 14
① ロンダードバック宙を補助なしでできるようにする	柔軟	柔軟	柔軟	柔軟	柔軟	柔軟	柔軟	柔軟	クラブ	柔軟	柔軟	柔軟	柔軟	柔軟
② バック宙3回連続or 4回連続	クラブの動画を観る		クラブの動画を観る						② クリア					

05 15	05 16	05 17	05 18	05 19	05 20	05 21	05 22	05 23	05 24	05 25	05 26	05 27	05 28	05 29	05 30	05 30
柔軟	① クリア クラブ	柔軟	柔軟	柔軟	柔軟	柔軟	① クリア クラブ	① クリア クラブ	柔軟	柔軟	柔軟	柔軟	柔軟	柔軟	柔軟	柔軟
	② クリア							② クリア								

01

おめでとう
ございます!

体操の練習があるときは、練習に取り組み始めるね。練習がない日は柔軟、または技のコツをつかむ動画をみてみよう。

目標をクリアできたときは、とてもうれしいですね。努力したことは、必ず、自分の力につながります。

毎日の取り組みを振り返ることは、とても大切ですね。今、「インプット」と「アウトプット」の両方を大切にしたいですね。

- 5月23日「火曜日」
きついけど、背中を曲げずに途中で止まってしっかり意識してできました。
- 5月24日「水曜日」
お腹で引き上げるといふのを、意識してやりました。
- 5月25日「木曜日」
膝をついてだけど奥の方まで倒れない程度で意識してやりました。
- 5月26日「金曜日」
お腹で引き上げるといふのを、意識してやりました。
- 5月27日「土曜日」
結構おくまでお腹にきかせるのを、意識してやりました。

R05 夢かなえる冒険の地図

5年 組 番

かなえる 5月末までにできるように ① 毎日筋トレしてお腹をわる。

やりぬく	05 01	05 02	05 03	05 04	05 05	05 06	05 07	05 08	05 09	05 10	05 11
① 毎日筋トレの動画を見る。											
② 毎日筋トレ 10分やる。											

- ① 筋トレのメニューやコツを記録しよう。
 - ② 筋トレをした時間を記録しよう。
- 目標に向かって、頑張ろう。

付せんが多くなったので、右上のボタンを使って2ページ目を作ろう。2ページ目に付せんで動かそう。見やすくなりますよ。

05 15	05 16	05 17	05 18	05 19	05 20	05 21	05 22	05 23	05 24	05 25	05 26	05 27	05 28	05 29	05 30	05 30
				全身筋トレの動画	全身筋トレの動画	全身筋トレの動画	トレダンジョンの動画	トレダンジョンの動画	トレダンジョンの動画	トレダンジョンの動画	トレダンジョンの動画	トレダンジョンの動画	トレダンジョンの動画	トレダンジョンの動画	トレダンジョンの動画	トレダンジョンの動画
				アフロ	アフロ	15分アフロ	体調が悪くてアフロ	アフロ	アフロ	アフロ	アフロ	アフロ	アフロ	アフロ	アフロ	アフロ
				30回	40回	30回	40回	40回	40回	30回	30回	40回	20回	20回	30回	

01