

せいいかついスムチェック NO. 3(1・2・3ねん)

ねん くみ なまえ()

へめあてくじふんまでにねよう。

ウサギマーク せいいかつ				5月15日 (金)	5月16日 (土)	5月17日 (日)	5月18日 (月)	5月19日 (火)	5月20日 (水)	5月21日 (木)
おきたじこく	7じまで まで	7じ30分 よりおそい	7じ30分 よりおそい	おきたじこくをかく。 :	おきたじこくをかく。 :	おきたじこくをかく。 :	おきたじこくをかく。 :	おきたじこくをかく。 :	おきたじこくをかく。 :	おきたじこくをかく。 :
あさごはん	しっかり たべた	すこしだけ たべた	たべなかつた							
はみがき	あさとよる みがいた	よるまたは あさだけ みがいた	みがかな かつた							
うんち	おはよう うんち	<u>こんにちは</u> <u>うんち</u> <u>こんばんは</u> <u>うんち</u>	ぜんぜん でなかつた							
うんちの ようす	バナナ・かたい(ころころ)やわらかい・ べちゃべちゃ									
ねたじこく	9じまでに ねた	10じまでに ねた	10じより おそくなた	ねたじこくをかく。 :	ねたじこくをかく。 :	ねたじこくをかく。 :	ねたじこくをかく。 :	ねたじこくをかく。 :	ねたじこくをかく。 :	ねたじこくをかく。 :

■ふりかえり■

・もくひょうのじかんまでに ねるじゅんびは できましたか? ○をつけてください。

(できた · だいたいできた · あまりできなかつた · できなかつた)

・あさは きもちよく おきられましたか? ○をつけてください。

(おきられた · だいたいおきられた · あまりおきられなかつた · おきられなかつた)

■おうちのひとからひとこと■ (この1週間を振り返って、励ましのメッセージなど)