

ねん ぐみ なまえ
1・2年 組 名前

自分でできるよ! チャレンジシート

できることからチャレンジしてみよう!
自分でできたら ① からじゅんにシールをはり、くりかえし やってみよう♪
③ にシールが はれたら、おうちの人に 見てもらおう!

チャレンジを 月 日 日
はじめた日

チャレンジを 月 日 日
達成した日

すべての
チャレンジの①に
シールがはれたら
おうちの人といっしょに
銅のごぼうび
シールをはろう!

すべての
チャレンジの②に
シールがはれたら
おうちの人といっしょに
銀のごぼうび
シールをはろう!

すべての
チャレンジの③に
シールがはれたら
おうちの人といっしょに
金のごぼうび
シールをはろう!



あいさつをする

ほうしやういん 宝生院のシンバク

とどのしやうちやう しょうどしまちやう

なをしまちやう

さかいでし

うたづちやう

まるがめし

たどつちやう

しんこうじ まつ 真光寺の松

ごはんを食べたら はをみがく

いわたじんじや 岩田神社のフジ

みちちやう

とみだじんじや 富田神社のクスノキ

さめきし

いづつやしき 井筒屋敷のホルトノキ

くまのじんじや 熊野神社の二本杉

あやがわちやう

あまかわじんじや 天川神社社叢

ことひらちやう 琴平町のたい大セندان

まんのうちやう

ひえじんじや 日枝神社のクスノキ

あしたのじゅんびをする

そとから帰ったら 手あらいうがい

朝6時30分までに 自分でおきる

朝ごはんを 食べる

朝おきたら顔をあらう

夜9時までに ねる

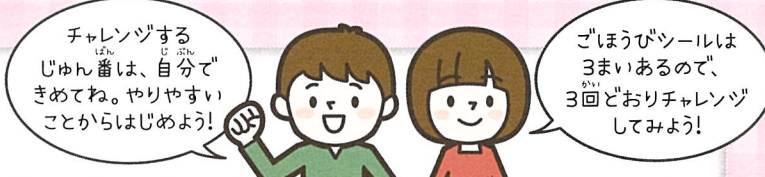
くつをそろえる

こんなところを がんばったよ!

おうちの人から ひとこと

※社叢とは、神社やお寺などを囲むようにある、昔から大切に守られてきた森や林のことです。

自分でできるよ! チャレンジシートの使い方



チャレンジシートに、「名前」と「チャレンジをはじめた日」を書いて、おうちの人に「今日からチャレンジをはじめます!」とつたえましょう。

自分でできたら、チャレンジしたことの①から③のじゅんにシールをはりましょう。おうちの人にも「自分でできました」とつたえましょう。

ぜんぶのチャレンジに1つずつシールがはれたら、チャレンジたっせいです。「チャレンジをたっせいした日」を書きましょう。

おうちの人に「自分でチャレンジできました!」とつたえて、ごほうびシールをいっしょにはりましょう。

夜9時までにおて 朝6時30分までにおきる

おふとんにはいって「すくに」「ぐっすり」ねむれて、朝「すっきり」おきられるかな? そのためには毎日だいたい同じ時間におて、おきることがたいせつだよ。ねる1時間前にはテレビやゲームのスイッチは切って、あかりをくらくして、ねるじゅんびをしよう。

朝おきたら顔をあらう

- 1 りょう手をそろえて水をためる。
- 2 水の入っている手を顔につけてやさしくこする。
- 3 タオルでよくふく。

あいさつをする

つぎの中から毎日元気にできているあいさつに○をつけよう。
(おはよう、おやすみ、こんにちは、さようなら)

ほかにうれしいときには「ありがとう」、しっばいしたときには「ごめんなさい」とゆうきを出して心をこめてつたえようね。そしてお友だちから言われたら「いいよ!」とえがおでこたえよう。

毎日朝ごはんを食べる

朝ごはんを食べないとみんなの頭や体はうまくはたらかないんだ。ごはんやパンとたまごややさいななどのおかずをバランスよく食べると、みんなの力をパッチリ出すことができるよ。

明日のじゅんびをする

明日のじゅんびやしゅくだいはする時間をきめておこう。自分でできたらおうちの人といっしょにかくにんしよう。

くつをそろえる

- 1 くつをぬいたら
- 2 かかともってクルッ!
- 3 つぎにくつをはくときすっとはける

おうちの方へ

お子さんが「チャレンジ」を始めたら、「やろうとしたこと」や「努力したこと」を見つけて、「がんばってるね!」「工夫したね」など、声をかけてください。やろうとしない時には、一緒に楽しんでやってみてください。やらせることにとらわれず、家事を通してお子さんとのコミュニケーションを大切にしましょう。チャレンジを達成したら、「やったね!よくがんばったね!!」と一緒に喜び、しっかりほめてください。