

# 4月 音読 & 体力UPカード

技の練習は、つま先や指先まで伸ばしましょう。

日付	読んだところ 読んだもの (題名・ページ) できた○もう少し△	文頭をはっきり	ゆっくりスラスラ	相手に分かるように	長座体前屈 (秒)	上体起こし (回)	お家の人印	先生印	日付	読んだところ 読んだもの (題名・ページ) できた○もう少し△	文頭をはっきり	ゆっくりスラスラ	相手に分かるように	長座体前屈 (秒)	上体起こし (回)	お家の人印	先生印		
1									17										
2									18										
3									19										
4									20										
5									21										
6									22										
7									23										
8									24										
9									25										
10									26										
11									27										
12									28										
13									29										
14									30										
15																			
16										毎日続けることが、力になります。									