

## 2022.05.09 作业

听小磨宝 每半小时休息一次，注意眼睛

✧ 书写 7 行（4 行文字，三个笔划）

✧ 语文

➤ 一日一练一面

➤ 老师布置的

✧ 数学

➤ 一日一练一面

➤ 老师布置的作业

✧ 英语作业

➤ 英语老师布置的背诵

✧ 运动

➤ 跳绳 600，挑战一分钟 200，练习花样跳

➤ 仰卧起坐 1 组 x15 个

➤ 平板支撑一分钟

➤ 坐位体前屈 3 组 x1 分钟，挑战 21 厘米

✧ 英语绘本

➤ 听音频跟读 Look at that Cat!

✧ 百家姓，背诵完

✧ 阅读 30 分钟