

とび箱運動 学習カード

			名前
年	組	番	

<目ひょう>

- きほんのわざができるようになるろう。
- 自分のかだいを持って、練習をくふうしよう。
- きまりを守り、場やきぐの安全に気をつけよう。

自分の目ひょう（たんげんを通して、がんばりたいこと・せいちょうしたいこと）

ステップ1 切り返しのわざを身につけよう。

わざの名前	どのようにしたいか	そのためのくふう
(れい)開きやくとび	手をおくのほうにつく。	しっかりふみ切って、手をのばす。
開きやくとび		
大きな開きやくとび		
かかえこみとび		

ステップ2 回転わざを身につけよう。

わざの名前	どのようにしたいか	そのためのくふう
台上前転		
しんしつ台上前転		

ふかく学ぼう 台上前転では、どこに気をつけたらいいかな。

◆ ふりかえり (◎○△で、じこひょうかしよう) ◆

日にち	/	/	/	/	/	/
できるようになったことがあった。						
^{すす} 進んで取り組んだ。						
^ま 決まりを守り、だれとでもなかよく取り組んだ。						
安全に気をつけて取り組んだ。						

	本時の目当て	友だちから学んだこと	ふりかえり
/			
/			
/			
/			
/			
/			

学びの記ろく	● 開きゃくとびがうまくとべたとき、手をついたいちはとび箱のどこでしたか。
● 台上前転ができたとき、体のどこをどんなじゅんでとび箱につけましたか。	

自分の目ひょうについてのふりかえり