

# 高とび 学習カード

年	組	番	名前
---	---	---	----

## <目ひょう>

- 短い助走から強くふみ切って、高くとぶことができるようになるろう。
- とび方やきょうそうのしかたをくふうし、考えたことややってみたことを友だちにつたえよう。
- やくそくや安全を守ったり、考えを聞いたりして、友だちといっしょにと取り組もう。

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 ふみ切りと安全な着地で、高くとぼう。

ふみ切り足を決めよう

自分のふみ切り足	左足 ・ 右足
助走の歩数	3歩 ・ 4歩 ・ 5歩

## ステップ2 グループできょうそうしてみよう。

	回数	1回目	2回目	3回目	4回目	最高とく点
さん	記ろく	点	点	点	点	点
	回数	1回目	2回目	3回目	4回目	最高とく点
さん	記ろく	点	点	点	点	点
	回数	1回目	2回目	3回目	4回目	最高とく点
さん	記ろく	点	点	点	点	点
	回数	1回目	2回目	3回目	4回目	最高とく点
さん	記ろく	点	点	点	点	点
	回数	1回目	2回目	3回目	4回目	最高とく点
最高とく点の合計点数						点

◆ 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。						
すすんで取り組んだ。						
きまりを守り、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	● 高くとべた友だちは、どのようにとんでいましたか。
●	高とびで強くふみ切るときに、どんなことに気をつけましたか。

自分の目ひょうについてのふりかえり