

体ほぐしの運動 学習カード

年	組	番	名前
---	---	---	----

＜目標＞

- 心や体の^{へんか}変化に気づいたり、^{ともだち}友達と^{なか}仲よく運動したりしよう。
- みんなで行うと楽しい運動を考えてくふうし、^{つた}友達に伝えよう。
- ^{やくそく}約束や安全を守り、^{ともだち}友達とともに取り組もう。

自分の目標（^{たんげん}単元を通して、がんばりたいこと・成長したいこと）

変化に気づこう。

ステップ1 体を動かす楽しさやこちよさを味わおう。

楽しかったこと

ステップ2 自分や友達の体の変化に気づこう。

考えよう 相手が気持ちよくなる動きを考えよう。

ふかく学ぼう 動いてみたら、どんな感じがしたかな。

友達と遊ぼう。

ステップ1 友達と体を動かす楽しさやこちよさを味わおう。

ふかく学ぼう どうやったらうまくすわれるかな。

ステップ2 友達と体の動かし方や遊びをくふうしよう。

くふうしたこと

◆ ふり返り (◎○△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。						
約束や安全を守り, 友達とともに取り組んだ。						

	本時の目当て	友達から学んだこと	ふり返り
/			
/			
/			
/			
/			
/			

学びの記録 <small>きろく</small>	● 体を動かす前と, たくさん動かした後とで, 自分の体はどんなふうにか変わりましたか。
● 友達の足を持ったり, 友達に体をささえてもらったりしたときに, どんな気持ちになりましたか。	

自分の目標についてのふり返り