

# 高とび 学習カード

年	組	番	名前
---	---	---	----

## ＜目標＞

- 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ろう。
- とび方や競争のしかたをくふうし、考えたことややってみたことを友達に伝えよう。
- 約束や安全を守ったり、考えを聞いたりして、友達といっしょに取り組もう。

自分の目標 (単元を通して、がんばりたいこと・成長したいこと)

## ステップ1 3～5歩の助走で、高くとぼう。

自分のふみ切り足	左足 ・ 右足
助走の歩数	3歩 ・ 4歩 ・ 5歩

回数	1回目	2回目	3回目	最高とく点
きろく記録	点	点	点	点

## ステップ2 助走やとび方をくふうして、記録にちょうせんしよう。

回数	1回目	2回目	3回目	最高記録
記録	cm, 点	cm, 点	cm, 点	
回数	4回目	5回目	6回目	最高記録
記録	cm, 点	cm, 点	cm, 点	

◆ 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。						
<small>すす</small> 進んで取り組んだ。						
きまりを守り, <small>なか</small> だれとでも仲よく取り組んだ。						
安全に気をつけて取り組んだ。						

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

<b>学びの記録</b>	● 高くとべた友達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。	

自分の目標についてのふり返り