

鉄ぼう運動 学習カード

年	組	番	名前
---	---	---	----

＜目標＞

- きほんのわざができるようになる。
- 自分の課題かだいに合った練習をくふうし、考えたことを友達ともだちに伝えよう。
- 運動に進んで取り組み、約束や安全を守って友達といっしょに行おう。

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）

ステップ1 きほん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
(例)ひざかけふり上がり	いきおいよくふり上がる。	鉄ぼうにかけていない足を大きくふる。
ひざかけふり上がり		
ほ助さか上がり		
かかえこみ前回り		
後方かたひざかけ回転		
前回り下り		
転向前下り		
両ひざかけとう立下り		

ステップ2 わざの組み合わせにちょうせんせんしよう。

組み合わせてみよう：わたしの組み合わせ

➡

➡

◆ 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。						
進んで取り組んだ。						
きまりを守り、だれとでも <small>なか</small> 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
/			
/			
/			
/			
/			
/			

学びの記録 <small>きろく</small>	● いきおいよく回れたとき、手や足の動き方や、はらの引きつけ方はどうなっていましたか。
	● わざができるようになるために、気をつけたことやくふうしたことは何ですか。

自分の目標についてのふり返り