

投運動 学習カード

年	組	番	氏名
---	---	---	----

<目標>

- 投げ方を知って、遠くへ投げることができるようになろう。
- 自分の課題を見つけて解決したり、考えたことを友達に伝えたりしよう。
- 約束や安全を守り、友達とともに積極的に取り組もう。

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 オーバーハンスローで遠くへ投げよう。

ふかく学ぼう	どこを目がけて投げると記録がのびるかな。
投げているときの足，ボールを持っているほうのうで，ボールを持っていないほうのうではどうするといいな。	

ステップ2 記録にちょう戦したり，競争したりしよう。

自分の記録	初めの記録	目標の記録	自己ベスト
	m	m	m

自分の課題・くふうするところ	練習のしかた	結果
		m
		m

◆ ふり返り (◎○△で、^{じこひょうか}自己評価しよう) ◆

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、友達とともに積極的に取り組んだ。						

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

学びの記録	● 遠くに投げられたとき、ボールはどんな回転をして飛んでいきましたか。
● 遠くに投げられたとき、ボールがはなれるしゅん間の指先の感覚はどうでしたか。	

自分の目標についてのふり返り