

はばとび 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、遠くへとぶことができるようになる。
- 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 短い助走で、遠くへとぼう。

回数	1回目	2回目	3回目	4回目	
記録	m cm	m cm	m cm	m cm	
回数	5回目	6回目	7回目	8回目	最高記録
記録	m cm	m cm	m cm	m cm	m cm

ステップ2 とび方をくふうして、記録にちょうせんしよう。

ふかく学ぼう	自分が気をつけるところはどこかな。
自分に合っているふみ切り足はどっちかな。	
左足 ・ 右足	
記録をのばすために、着地するときの足はどのようにすればいいかな。	

◆ 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
/			
/			
/			
/			
/			
/			

学びの記録	● 遠くへとべた友達は, どのようにとんでいましたか。
● はば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