

# とび箱運動 学習カード

年	組	氏名	
		番	

## <目標>

- 基本的な技を安定して行い、技を組み合わせたリ、発てん技にちょう戦したりできるようにしよう。
- 練習のしかたや技の組み合わせ方をくふうして、考えたことを友達に伝えよう。
- 運動に進んで取り組み、約束や安全を守り、友達とともに学習しよう。

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 基本的な技を安定してできるようにしよう。

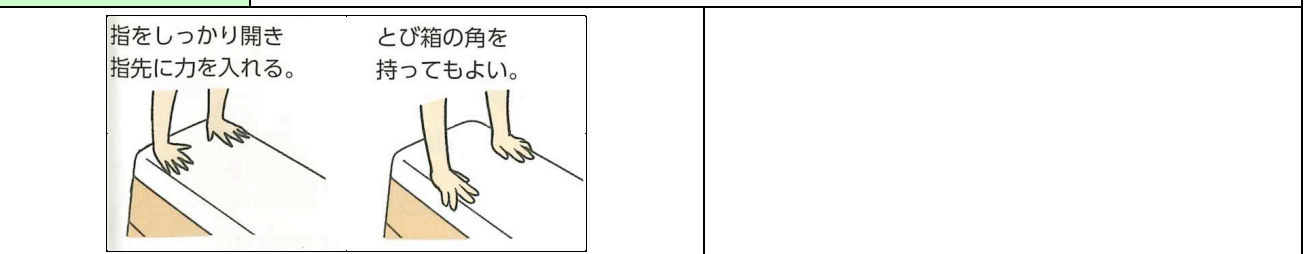
### ふかく学ぼう

開きやくとびで、両足でピタッと着地するにはどうしたらいいかな。



### ふかく学ぼう

台上前転の手のつく位置はどこがいいかな。



## ステップ2 できそうな発てん技にちょう戦しよう。

ちょう戦する技の名前	どのようにしたいか	そのための場や練習のくふう
(例) 頭はねとび	タイミングよくはねる。	「はね」動作と足のふり出しをそろえる。

◆ ふり返り (◎○△で、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。						
進んで運動に取り組み、約束や安全を守り、友達とともに学習した。						

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

<b>学びの記録</b>	● 台上前転やしんしつ台上前転ができたとき、とび箱のどこに手をつきましたか。
● 首はねとびや頭はねとびは、足をどう動かすとうまくはねることができましたか。	

自分の目標についてのふり返り