



# 鉄棒運動 学習カード

4年 ( ) 組 名前 ( )

☆ できた技に○を書こう!

基本の技		うんてい		ふとんほし		だるまさん		だるまふり
		ちきゅう回り		だんごむし		つばめ		ひざかけふり
		こうもり		こうもりふり		ふたのまるやき		
上りの技		とび上がり		しり上がり		ひざかけふり上がり	★ 	さか上がり
下りの技		前回り下り		こうもり下り		てんこう前下り	★ 	片足ふみこし下り
回転技		ひざかけ前回り		ひざかけ後ろ回り	★ 	前方しじ回転	★ 	後方しじ回転
		かかえこみ前回り		かかえこみ後ろ回り				

日付	学習のめあて	学習をふり返って(学んだこと、工夫したこと、できたこと)
／	自分ができる技を確認しよう。	
／	( ) に挑戦しよう。	

鉄棒運動の学習を振り返って(がんばったこと、学んだこと、工夫したこと)

-----

