

# とび箱学習カード①



月 日 ( )

年 組名前 ( )

## ★全体のめあて

いろいろな技に挑戦し、安定したとび方ができるようにする。  
「切り返し系」の技に挑戦しよう！

## ★自分のめあて

## ★とんだ技と段に○をつけよう。

技の名前	開きしゃくどび(たて)	横どび(つ)	かかえつみどび(横)	かかえつみどび(たて)	台上前転	首はねどび
段数	4	4	4	4	4	4
	5	5	5	5	5	5
	6	6	6	6	6	6
	7	7	7	7	7	7
	8	8	8	8	8	8

## ★学習のまとめ

(よくできた：◎ できた：○ もう少し：△)

わすれものをせず、進んで運動に取り組むことができた。	
練習をがんばり、できない技に挑戦することができた。	
自分の力を考えながら、めあてをもつことができた。	
ルールやマナーを守り、安全に注意して、みんなと協力できた。	

## ★授業の振り返りをしよう。

振り返り	できたこと・感想
	できなかったこと(課題)