



走り高とび学習カード

月 日 () 年 組 名前 ()

学習のめあて

短い助走から強くふみ切ってとび、友達ととびくらべをしたり、記録に挑戦したりする。

今日のめあて

1 / 3	
2 / 3	
3 / 3	

自分のふみきり足…(左足 ・ 右足)

目標記録 _____ cm

自分の助走……………(3歩 ・ 5歩)

今日の記録	①	②	③	④
	cm	cm	cm	cm
	①	②	③	④
	cm	cm	cm	cm
	①	②	③	④
	cm	cm	cm	cm

★ふり返り (◎よくできた ◦できた △もう少し)		1/3	2/3	3/3
評価	忘れものをせず、進んで運動に取り組むことができた。			
	ルールやマナーを守り、はげまし合って練習をすることができた。			
	リズムカルな助走でふみきり、高くとぶことができた。			
	記録をのばすための運動のポイントを考えることができた。			

ふり返り	【うまくいったこと・学んだこと・できるようになったこと】

友達のいいところ	