

# てつ うんどう 鉄ぼう運動 学習カード

年	組	番	名前
---	---	---	----

## ステップ1 きほんのわざを身につけよう。

わざの名前	どのようにしたいか	そのためのくふう
(れい) ひざかけふり上がり	一気に鉄ぼうの上に上がる。	ふり足を後方に大きくふる。

ふかく学ぼう	かかえこみ前回りで、いきおいよく回るにはどうしたらいいかな。

組み合わせてみよう：わたしの組み合わせ

	➡		➡	
--	---	--	---	--

## ステップ2 はってんわざにちょうせんしよう。

わざの名前	どのようにしたいか	そのためのくふう

### ◆ ふりかえり（◎○△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。						
きまりをまもり、場やきぐのあんぜんに気がつけた。						

学びの記ろく	● ほ助さか上がりやさか上がりができたとき、ひじはどうなっていましたか。
● いきおいよく回れたとき、手や足の動かし方や、はらの引きつけ方はどう気をつけましたか。	