

とび箱運動 学習カード

年	組	番	氏名
---	---	---	----

ステップ1 わざ 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	かかえこみとびがうまくとべている友達は、こしやひざがどうなっているかな。

段数 向き 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) 7段	たて 縦 横	大きな開きやくとび	ひざをのばして大きな動作でとぶ。	ふみ切り板をはなして、遠くから強くとぶ。
	縦 横			

ステップ2 はってん 発展技にちよう戦しよう。

ふかく学ぼう	側方とう立回転とびの手のつく位置はどこがいいかな。

段数 向き 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

	縦 横			
--	--------	--	--	--

◆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。						
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た。						

学びの記録	● 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。	