

学習カード 「倒立・腕立て横跳び越し」 マット運動

4 年 組 名前（ ）

めあて 友達と協力したり、教え合ったりしたりしながら楽しく運動し、技を身に付けよう。	／	／	／	／	／	感想 よかったところ・できたこと わかったこと・がんばりたいこと
① 材木わたし 						／
② 材木立て 						
③ 壁登りからの <small>ほじょとうりつ</small> 補助倒立 						／
④ <small>かべとうりつ</small> 壁倒立 <small>たいかん しめる</small> ＊体幹を締める 						
⑤ <small>ほじょとうりつ</small> 補助倒立 <small>たいかん しめる</small> ＊体幹を締める 						／
⑥ 腕立て横跳び越し <small>こし いち たかくたちつ</small> ＊腰の位置を高く保つ 						
学 楽しく運動できましたか。						／
習 を 運動の仕方でわかったことが、ありましたか。						
振 り できるようになったことは、ありましたか。						
返 せいいっぱい運動できましたか。						◎…よくできた・ ○…できた △…あまりできなかった
つ なかよく協力してできましたか。						