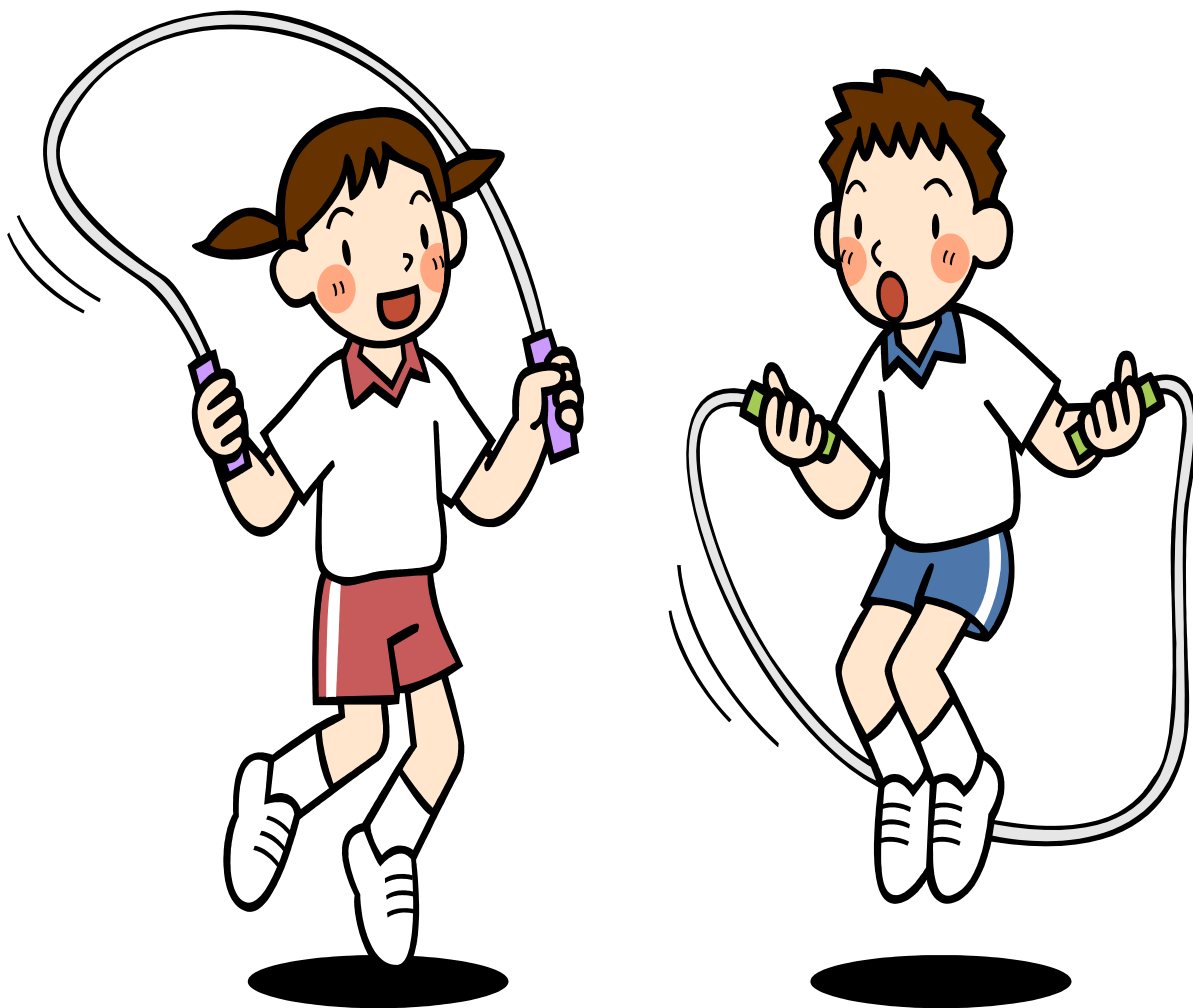


【体つくい運動】

～多様な動きをつくる運動～



南中山小学校

3年

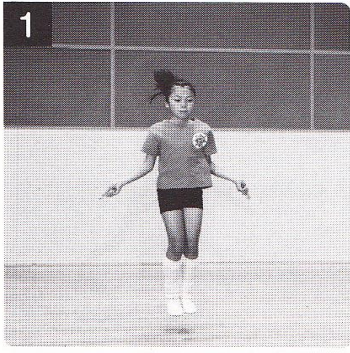
組

番

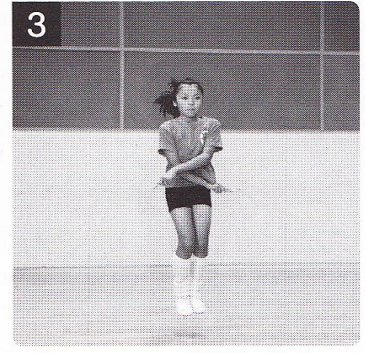
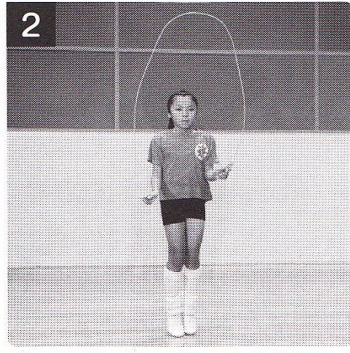
名前(

)

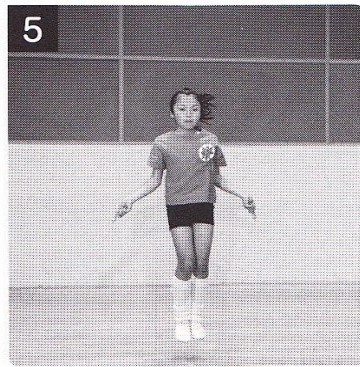
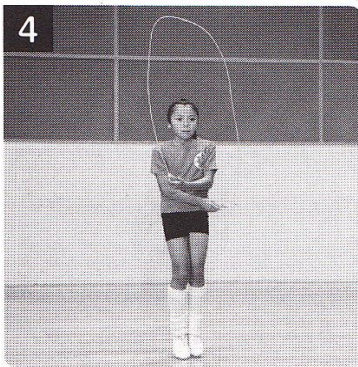
あやとび



1
いよう足とび



3
手をばってんに
していよう足とび

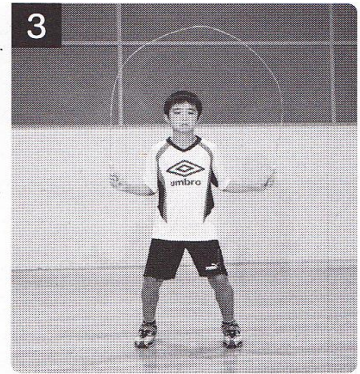
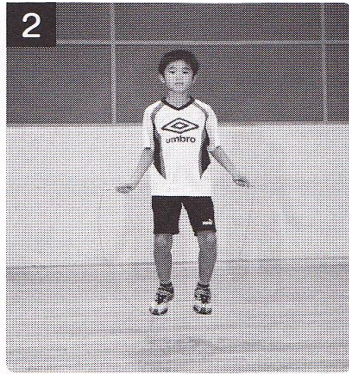
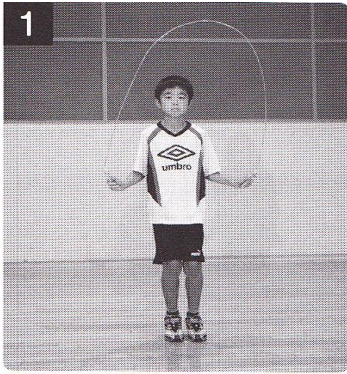


5
いよう足とびにもどる

日付	/	/	/	/	/
○ ○ △					

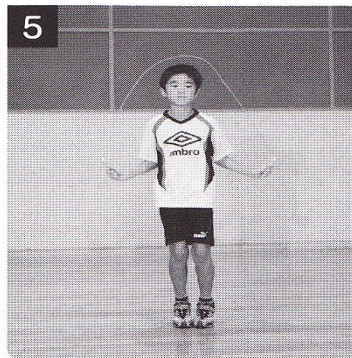
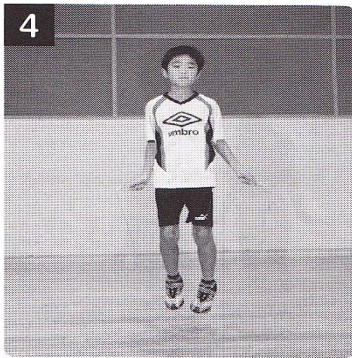
<一言感想・ポイント>

グーパーとび



パーでとんで!

パーで着地



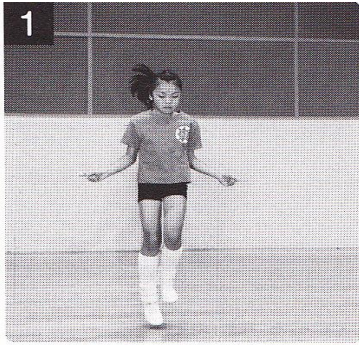
グーでとんで!

グーで着地

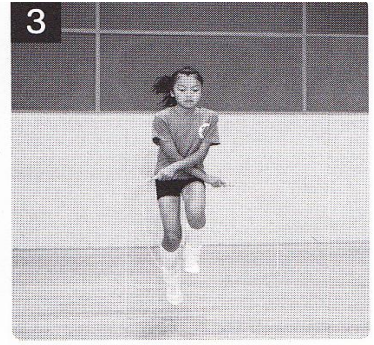
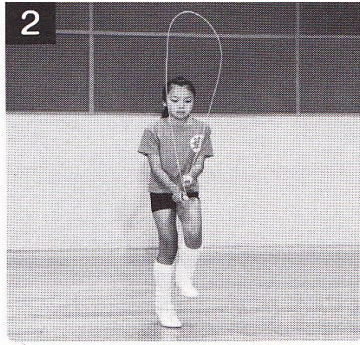
日付	/	/	/	/	/
○ ○ △					

<一言感想・ポイント>

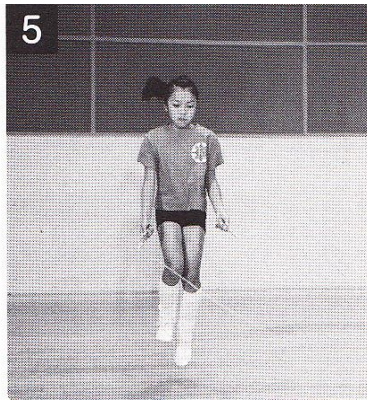
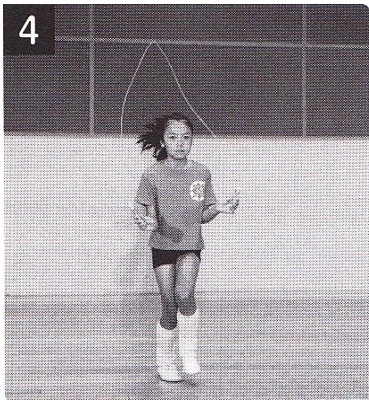
かけ足あやとび



かた足とび



手をばってんに
してかた足とび

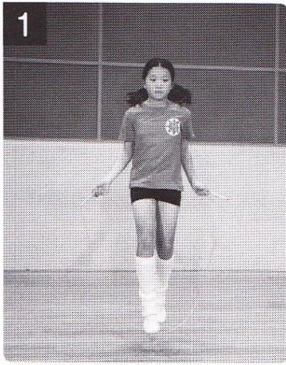


かた足とびにもどる

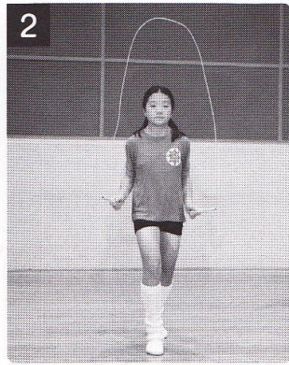
日付	/	/	/	/	/
○ ○ △					

<一言感想・ポイント>

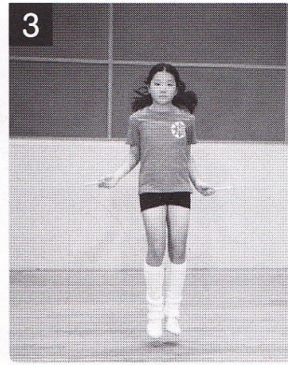
チョキチョキとび



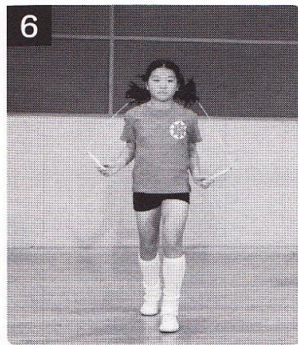
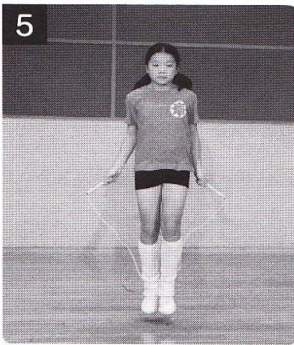
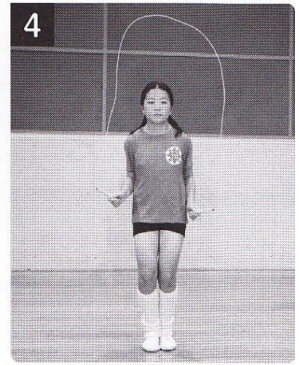
1 右前チョキとび



2 着地



3 グーでとんで、グーで着地

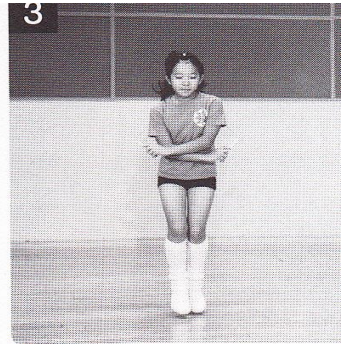
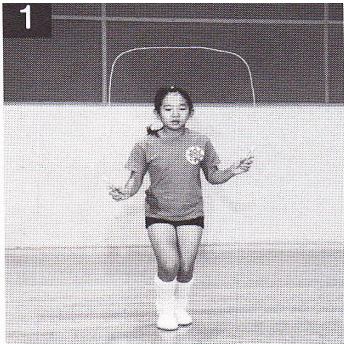


5 左前チョキとび

日付	/	/	/	/	/
○ ○ △					

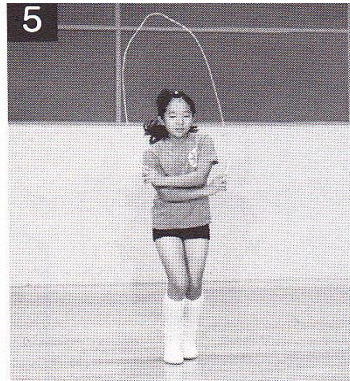
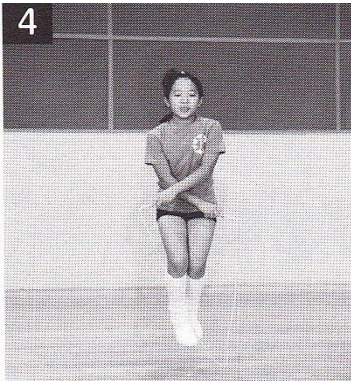
<一言感想・ポイント>

交差とび



りょう足とび

手をばってんに
してりょう足とび

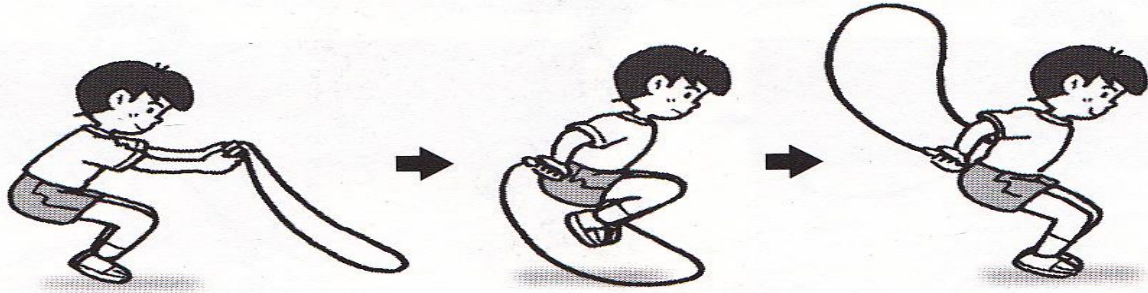


そのまま手をばってんにして、りょう足とび

日付	/	/	/	/	/
○ ○ △					

<一言感想・ポイント>

うさぎとび



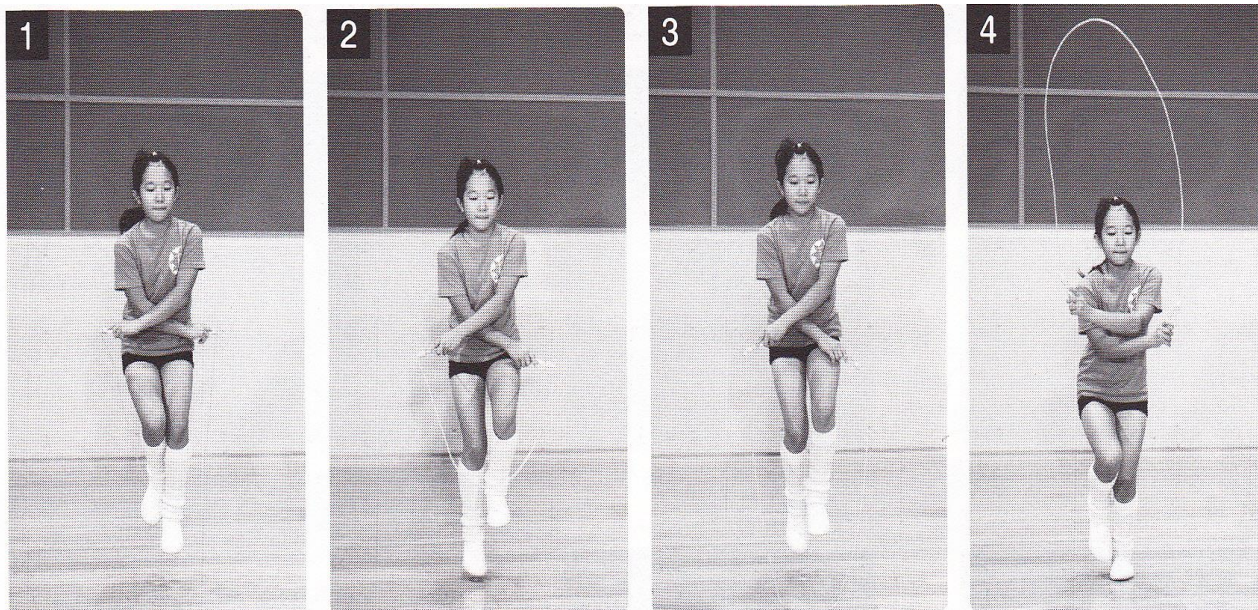
しゃがんだまま、前回しとび

日付	/	/	/	/	/
○ ○ △					

<一言感想・ポイント>

<hr/>

かけ足交差とび



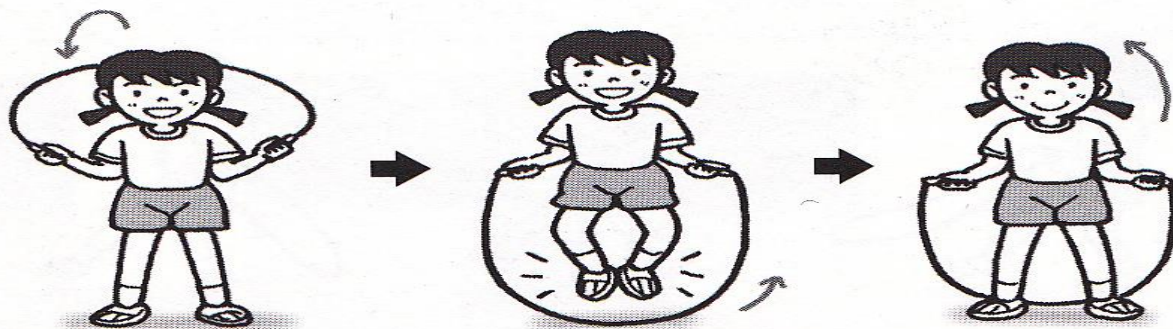
手をばってんにしたまま、かけ足とび

日付	/	/	/	/	/
○ ○ △					

<一言感想・ポイント>

<hr/>

はく手とび



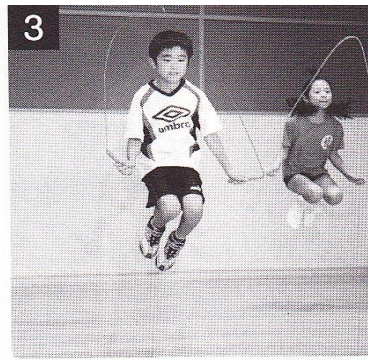
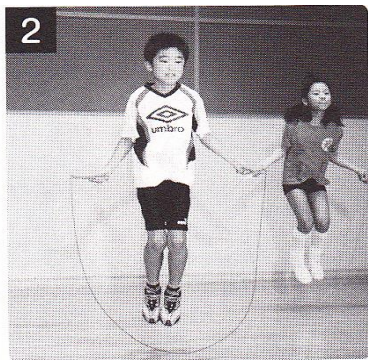
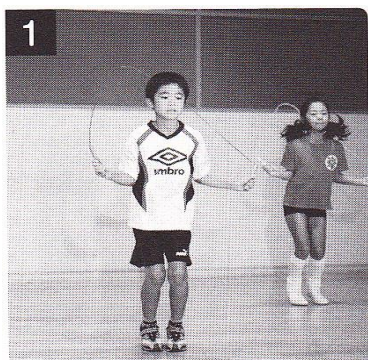
前回しとびで、とんだときに空中で足はく手

日付	/	/	/	/	/
○ ○ △					

<一言感想・ポイント>

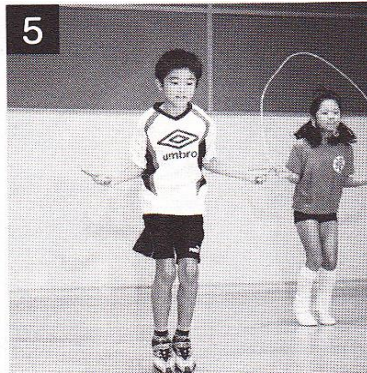
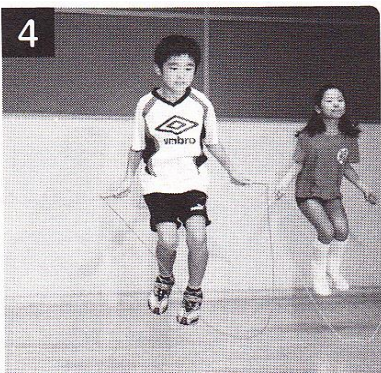
<hr/>

二重とび



いよう足とび

すばやくなわを
2回回す

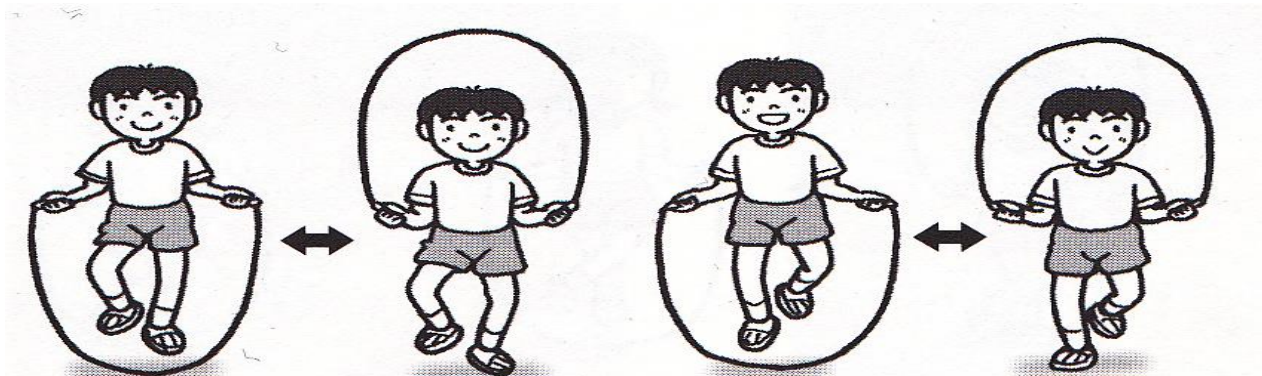


着地前になわを2回くぐらせる

日付	/	/	/	/	/
○ ○ △					

<一言感想・ポイント>

ケンケンとび



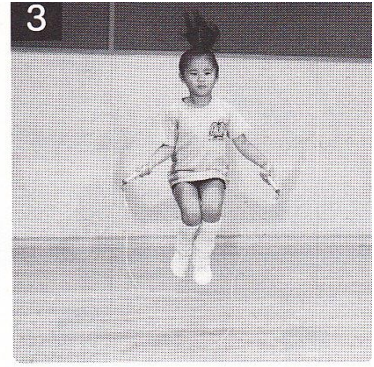
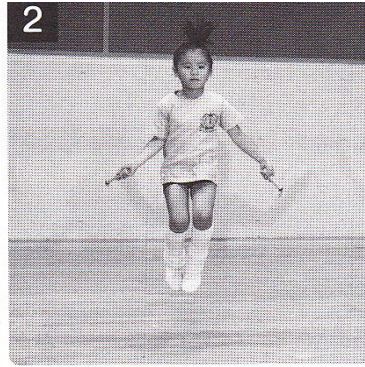
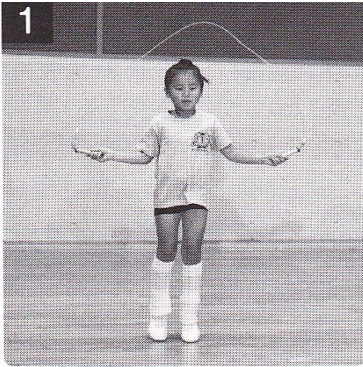
かた足ケンケンで前回しとび
右・左かえてもいいし、右だけ、左だけでもいい

日付	/	/	/	/	/
○ ○ △					

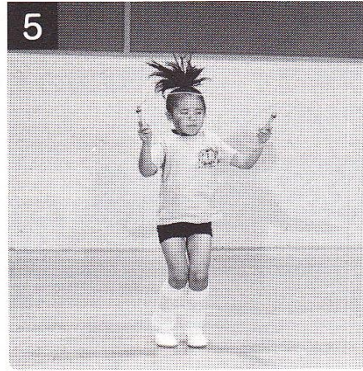
<一言感想・ポイント>

<hr/>

後ろとび



なわを前から後ろへ回していよう足とび

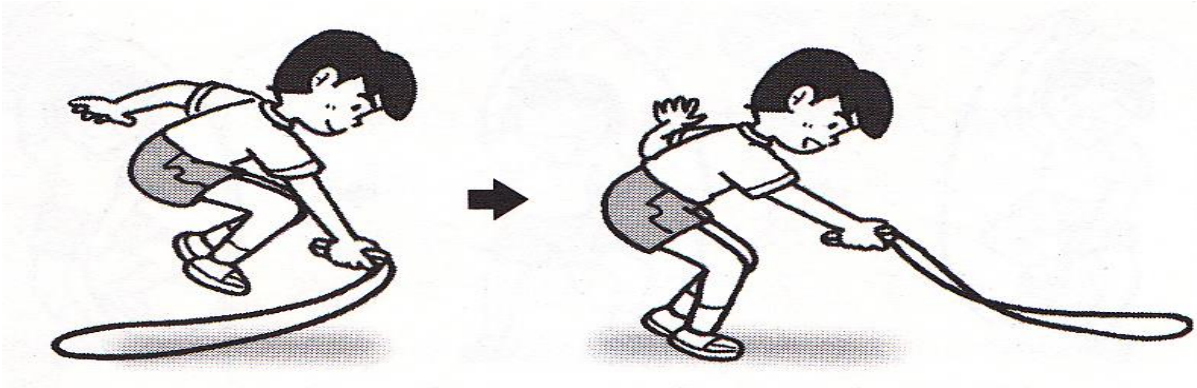


日付	/	/	/	/	/
○ ○ △					

<一言感想・ポイント>

<hr/>

ヘリコプターとび



とびなわを自分の足の下を回してとぶ。

日付	/	/	/	/	/
○ ○ △					

<一言感想・ポイント>

<hr/>

ふいかえい

日付	友だちと楽しく運動できたか	いろいろな運動にチャレンジすることができたか	友だちのよい動きを見付けることができたか
/			
/			
/			
/			
/			

<一言感想>

/	<hr/> <hr/>
/	<hr/> <hr/>
/	<hr/> <hr/>
/	<hr/> <hr/>
/	<hr/> <hr/>