



















































鉄棒運動 チェックカード 6年 7番 氏名 小侍 悠平

わたしのめあて

友達や先生に見てもらって、自分の技をチェックしよう。

上がる技		でき具合	チェック(月日)
1	逆上がり	できそうだ できた いつでもできる	/ / /
2	ひざかけ振り上がり	できそうだ できた いつでもできる	/ / /
3	け上がり	できそうだ できた いつでもできる	/ / /

下りる技		でき具合	チェック(月日)
1	踏み越し下り	できそうだ できた いつでもできる	/ / /

回る技	でき具合	チェック(月日)
1 前方懸掛け回転	できそうだ できた いつでもできる	/ / /
2 前方膝掛け回転	できそうだ できた いつでもできる	/ / /
3 後方支持回転	できそうだ できた いつでもできる	/ / /
4 前方支持回転	できそうだ できた いつでもできる	/ / /

ふりかえり

先生から