

とびばこチャレンジカード

名前 ()

☆それぞれの動きができたならシールをはろう

| | 動き | できた印 | 日付 |
|-------------|---|------|----|
| じょそう 助走 | まっすぐに助走 ^{じょそう} ができる | | |
| | とび箱 ^{ばこ} を見ながら助走 ^{じょそう} ができる | | |
| ふみきり 踏切 | ふみ切り板の上でふみきれる | | |
| | 両足をそろえてふみ切れる | | |
| ちやくしゅ 着手 | 両手をとび箱 ^{ばこ} に着けられる | | |
| | 両足をそろえてとび箱 ^{ばこ} に着けられる | | |
| ちやくち 着地 | 両足で着地 ^{ちやくち} ができる | | |
| | 両足をそろえて着地 ^{ちやくち} ができる | | |
| | 着地 ^{ちやくち} のあとポーズができる | | |
| ぜんたい 全体 | とび箱 ^{ばこ} が跳 ^と べる | | |
| | 安定した姿勢 ^{しせい} でとび箱 ^{ばこ} が跳 ^と べる | | |