

# マットチャレンジカード

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
<b>着手</b> <small>ちやくしゅ</small>	手のひらをしっかりマットに着けることができる		
<b>補助運動</b> <small>ほじゅうんどう</small>	<small>どうぶつ</small> 動物歩きができる		
	うさぎ <small>と</small> 跳びができる		
	かえる足打ちができる		
<b>ゆりかご</b>	ゆりかごができる		
	ゆりかごから立ち上がれる		
<b>前転がい・前転</b> <small>ぜんてん</small>	前転がりができる		
	まっすぐに <small>ぜんてん</small> 前転ができる		
	<small>あたま</small> 頭 <small>ぜんてん</small> のてっぺんをつけない前転ができる		
	<small>ぜんてん</small> 前転をした後立ち上がれる		
	立ち上がった時にポーズができる		