**マット運動学習カード**

**６時間で　できるようになりたい技に○をつけましょう！**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ①前てん | |  | ②開きゃく前てん | | | | |  | |
| ③後てん |  | ④開きゃく後てん | | | |  | ⑤しんしつ後てん |  | |
| ⑥うで立て横とびこし | | | |  | ⑦そく方とう立回てん | | |  |
| ⑧かべのぼりさか立ち | | | |  | ⑨かべとう立 | | |  |
| ⑩ブリッジ | | | |  | ⑪ほじょとう立ブリッジ | | |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | 今日の技 | どのようにがんばる？ | ふりかえり |
| 5/11  (水) |  |  |  |
| 5/12  (木) |  |  |  |
| 5/13  (金) |  |  |  |
| 5/18  (水) |  |  |  |
| 5/19  (木) |  |  |  |
| 5/25  (水) |  |  |  |