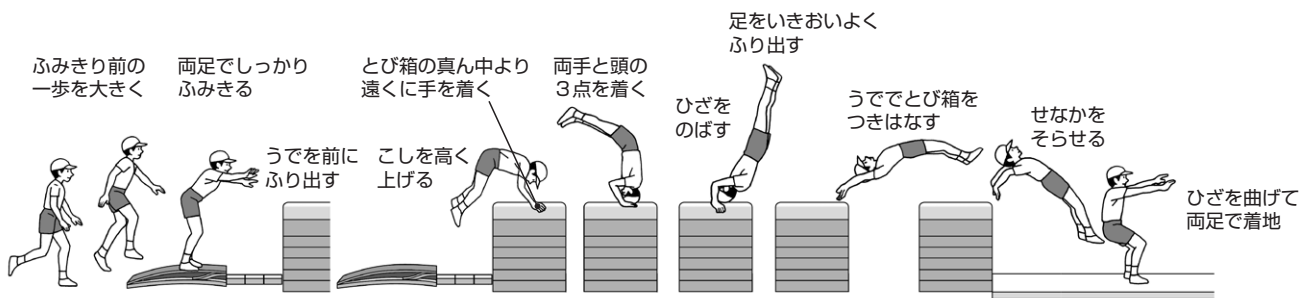


とび箱

頭はねとび

年 組 名前

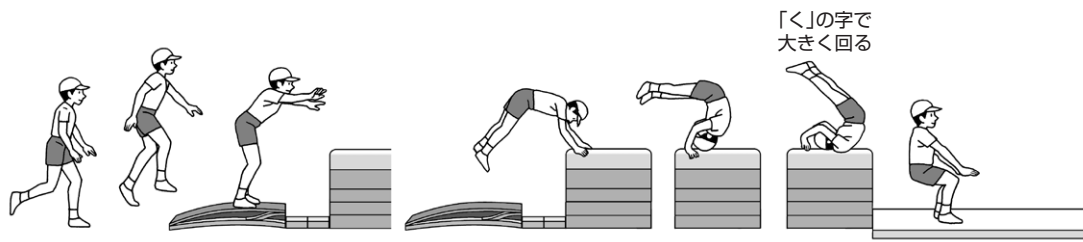


できるかな 1

ひざをのぼした台上前転ができるかな?

チェック

自分	友 だ ち	先 生
----	-------------	--------

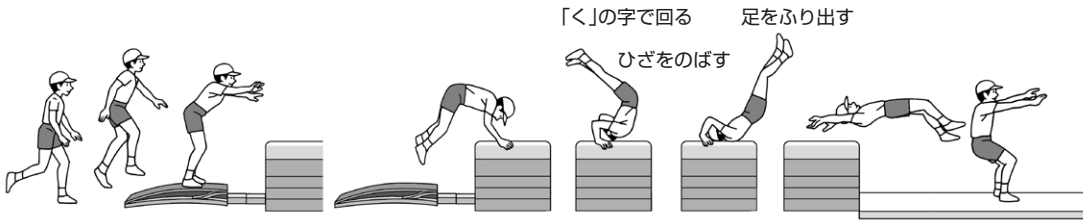


できるかな 2

首はねとびができるかな?

チェック

自分	友 だ ち	先 生
----	-------------	--------

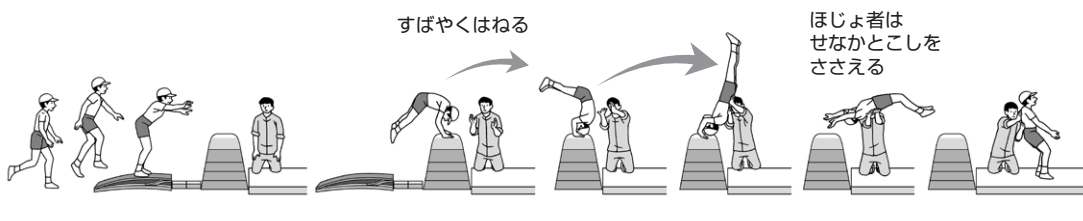


できるかな 3

横置きのとび箱で頭はねとびができるかな?

チェック

自分	友 だ ち	先 生
----	-------------	--------



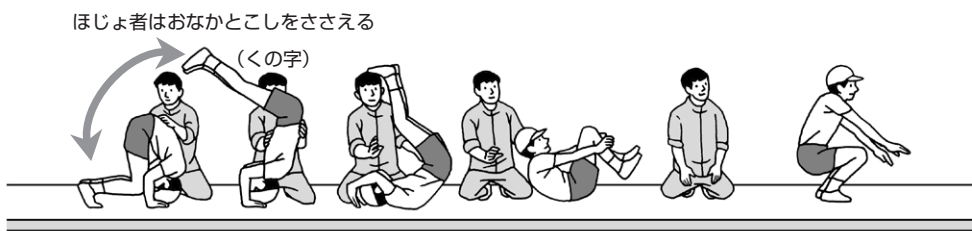
練習

両手と頭で 体をささえる練習

「く」の字～前転

チェック

自分	友 だ ち	先 生
----	-------------	--------



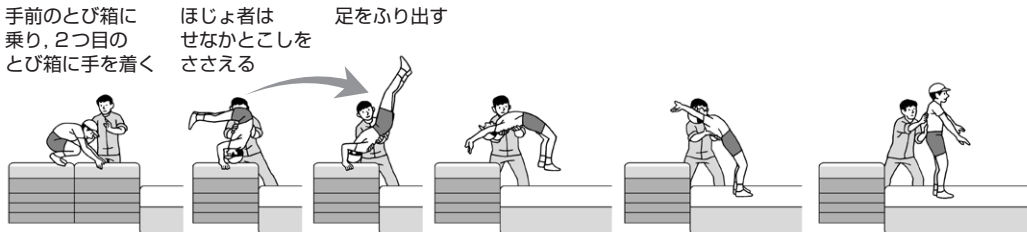
練習

頭はねの練習1

つなげたとび箱で頭はねとび

チェック

自分	友 だ ち	先 生
----	-------------	--------



練習

頭はねの練習2

高さのちがうとび箱で
頭はねとび

チェック

自分	友 だ ち	先 生
----	-------------	--------

