

| | |
|-----------------------|--|
| 4. 動画分析から自己の課題を発見しよう。 | |
| 自分の課題 | (技名)前転・開脚前転 蹴ると同時に膝が伸び、立っているか。 |
| | (技名)後転・開脚後転 膝を伸ばし、奥に向かって足(クツ)で着地できているか。 |

| | |
|-------------------------------|----|
| 5. 練習場の運営に向けた準備をしよう。 (練習場の技名) | |
| 良い練習場とは、どんな場だろうか？ | |
| さん | さん |
| 役割 | 役割 |
| さん | さん |
| 役割 | 役割 |

| | |
|---|------|
| 6. 練習場の運営を通して、良い練習方法について考えを伝え合おう。 | 練習場： |
| どんな練習場であれば、すすんで挑戦できるだろうか？ | |
| まとめ・もらった意見(ここが良かったから練習に取り組みやすかった。こんな工夫があるとより取り組みやすい。) | |
| 振り返り(次回より良い練習場にするために何を大切にしていきたいか) | |

| | |
|---|------|
| 7. より良い練習方法や援助の仕方について考えを伝え合おう。 | 練習場： |
| 仲間の練習をどう援助できたか・どう援助されたときに取り組みやすかったか | |
| 振り返り(次回から「発表会に向けた練習」となる。どの技の精度を高め、発表するか。) | |