**ハンドテニス**個人学習カード　　年　　組　　番（　　　　　　　）

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **月　　日（　）** | | **月　　日（　）** | | **月　　日（　）** | | **月　　日（　）** | | **月　　日（　）** | |
| 自分のめあて  （番号を書く） |  | ◎　○　△ |  | ◎　○　△ |  | ◎　○　△ |  | ◎　○　△ |  | ◎　○　△ |
| 楽しさ | ◎　 ○ 　△ | | ◎　 ○ 　△ | | ◎　 ○ 　△ | | ◎　 ○ 　△ | | ◎　 ○ 　△ | |
| がんばり | ◎　 ○ 　△ | | ◎　 ○ 　△ | | ◎　 ○ 　△ | | ◎　 ○ 　△ | | ◎　 ○ 　△ | |
| 感想  がんばったこと  良い動きなど |  | |  | |  | |  | | ハンドテニスの  学習をふりかえって | |
|  | |  | |  | |  | |  | |
|  | |  | |  | |  | |  | |
|  | |  | |  | |  | |  | |
|  | |  | |  | |  | |  | |
| 次のめあてを  選んだ理由 |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | |  | |  | |  | |
|  | |  | |  | |  | |
| 先生から |  | |  | |  | |  | |  | |

**打つ**①ボールをよく見て打つ　　②コースをねらって打つ　　③ボールを打つ強さを考えて打つ　　**動き**④ボールが来たら打ちやすいところにすばやく動く

⑤ペアと動きが重ならないように動く　　**声かけ**⑥「ナイス」「ドンマイ」などはげましの声をかける　　⑦「打つ」「おねがい」などの声をかける

**スペシャルめあて**⑧　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　⑨