空手道　個人学習カード

|  |
| --- |
| 2年　　組　　番氏名 |
| 時間 | 個人のめあて（　課　題　） | どのような行動（動き）を意識し、取り組みましたか。 | 自己評価 | 学習のまとめ（課題がどうなったか） |
| １ |  |  | ＡＢＣ |  |
| ２ |  |  | ＡＢＣ |  |
| ３ |  |  | ＡＢＣ |  |
| ４ |  |  | ＡＢＣ |  |
| ５ |  |  | ＡＢＣ |  |
| ６ |  |  | ＡＢＣ |  |
| ７ |  |  | ＡＢＣ |  |
| ８ |  |  | ＡＢＣ |  |
| ９ |  |  | ＡＢＣ |  |
| 単元のまとめ |  |

空手道　班ノート

班　名（　　　　　　　　　　　）

2年　　組　　　班

リーダー（　　　　　　）

記録者　（　　　　　　）

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 組・番 | 氏　　名 | 班の一員としてどうしていきたい（個　人　目　標） |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |

|  |
| --- |
| 班　の　テ　ー　マ　（例：力強い動きがだせるように、足の動きと手の動きを一致させ力一杯技を繰り出す。） |
|  |
| どのような視点で取り組むか（どのようにしたらテーマを達成できるか。）（例：①基本動作の足の曲げ方を意識して動かす。）　　（②突きはまっすぐに突く。） |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |

月　　　　日（　　　　）曜日　　　校時

|  |
| --- |
| 今日の班の目標**（班としてどのように授業に取り組むか？）** |
|  |

|  |  |
| --- | --- |
| 氏　　名 | ①　この時間で何ができるようになった。（できなかったものができた）②　どうしてできた。（どのように練習をみんなとした。）③　誰から、どんなアドバイスをもらった。 |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |

月　　　　日（　　　　）曜日　　　校時

班の自己評価

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 項　目 | 到　達　目　標 | 班　評　価 |
| 技能の達成度 | 立ち方、礼儀の仕方は正しくできたか。基本動作はうまくなったか。姿勢、目付け位置は正しいか。形の順序を覚えているか。 | ５・４・３・２・１５・４・３・２・１５・４・３・２・１５・４・３・２・１ |
| 意欲・態度 | 意欲的に取り組んでいるか。空手道を楽しんでいるか。仲間と協力して学習しているか。礼儀正しい態度ができているか。元気に声を出しているか。 | ５・４・３・２・１５・４・３・２・１５・４・３・２・１５・４・３・２・１５・４・３・２・１ |
| 健康・安全 | 靴はきちんと並べられているか。練習場所を清潔に保っているか。安全の決まりを守っているか。体育着の上着はズボンの中に入れているか | ５・４・３・２・１５・４・３・２・１５・４・３・２・１５・４・３・２・１ |