

# がんばれ！けいとくの子どもたち！

## じぶんですすめる『まなびのいっぽ』

### 5月

あたら きょうかしょ つか がくしゅう すす  
新しい教科書を使いながら学習が進められるように、このプリント集を作りました。

がっこう はじ とき からら やく た きょうかしょ ひと そうだん てつだ  
学校が始まった時に、必ず役に立ちますので、教科書をみたり、おうちの人と相談したり手伝  
ってもらったりしながら、丁寧に取り組んでみてください。

おも  
むずかしいなと思うところもあるかもしれません、できるところはぜひ取り組んでくだ  
さい。

「どこがむずかしかったのか」「どこがわからなかったのか」ということが「わかる」こと  
も、たいせつなことです。がんばりましょうね。

<おねがい>

このプリントは、がっこうがはじまつたら、もってきてください。

ねん  
年  
くみ  
組  
なまえ  
名前

---

★ 他の漢字でも、音と訓をどちらも使って、文を作りましょう。

(例) 表 ↓ 次の発表会では、地いきの人へのかんしゃの思いを表そう。

ステップ2  
(もっと調べよう)

ステップ1 (教科書を見てやってみよう)

一 教科書を読んで、漢字の「音」と「訓」について知りましょう。

今日は、朝早くおきて、  
ゆっくり朝食をとった。



2 教科書の問題に取り組みましょう。

I 線の言葉では、音と訓のどちらが使われているでしょうか。

読み方と「音」「訓」を調べましょう。

読み方

「音」か「訓」か

音の読み方は、かたかなで  
訓の読み方は、ひらがなで  
表されているね。

朝

(音) チョウ 朝食 早朝

(訓) あさ 朝 朝顔



(例) 小 ↓ 小学校で、小さなねこを見た。

2 次の漢字の音と訓をどちらも使って、文を作りましょう。

薬 ↓ 切 ↓ 回 ↓ 下 ↓

- ・県道ぞいに、有名な公園がある。 (コウエン) 「音」
- ・氷がとけて水になる。 ( ) ( ) ( ) ( ) ( )
- ・一分は六十秒だ。 ( ) ( ) ( ) ( ) ( )
- ・農家のおじさんに話を聞く。 ( ) ( ) ( ) ( ) ( )
- ・毎日、野球のれんしゅうをする。 ( ) ( ) ( ) ( ) ( )
- ・ゆうびん局までの近道を教える。 ( ) ( ) ( ) ( ) ( )

# 自分ですすめる『学びの一歩』

小三国語『段落とその中心をとらえて読み、かんそうをつたえ合おう（言葉で遊ぼう）（こまを楽しむ）』  
教科書 47 ~ 59 ページ

段落とその中心をとらえて読み、かんそうを書こう。

## 段落

文章を組み立ててい  
るまとまり。

159 ページ

## 問い合わせ

160 ページ

教科書を読んで、  
たしかめよう

れんじゅう 「こまを楽しむ」の学習にいかしましよう。

## 言葉で遊ぼう

小野  
恭靖

1 それぞれの段落に書かれていることを  
たしかめながら、音読しましよう。

名前（

2 この文章には、「問い合わせ」が二つ書かれてい  
ます。「問い合わせ」に書かれていることをた  
しかめましょう。



問い合わせ① 言葉遊びには、ほかにどのような  
□ があるのでしょうか。  
問い合わせ② どのような□ があるのでしょうか。

はじめ  
① みなさんは、しりとりや早口言葉で遊んだことがありますか。これらは、古  
くから多くの人に親しまれている言葉遊びです。言葉遊びには、ほかにどのような  
ものがあるのでしょうか。また、どのような□ があるのでしょうか。

② にた音や同じ音の言葉を使って文を作るのが、  
しゃれです。たとえば、「ふ  
とんがふとんだ」、「イクラはいくらだ」がそうです。しゃれは、「ふとん」と  
「ふとんだ」や、食べ物の「イクラ」と数やねだんをたずねる「いくら」の  
ように、にた音や同じ音の言葉を使って作られます。言葉には、にた音や同じ  
音であっても、意味がちがうものがあります。しゃれには、言葉のもつ音と意味  
とを組み合わせるという□ があるのです。

③ 上から読んでも下から読んでも同じになる言葉や文が、回文です。回文には、  
「きつつき」や「しんぶんし」のような短い言葉もあれば、「わたしわしわた  
したわ」のように長い文のものもあります。回文になっている言葉や文を見つ  
けたり、自分で作ったりする楽しさがあります。回文は、長くなればなるほど、  
作るのがむずかしくなりますが、できたときのうれしさも大きくなります。

④ 言葉を作っている文字の順番をならべかえて、べつの言葉を作るのが、アナ  
グラムです。たとえば、「とけい」をならべかえると、「けいと」という言葉が  
できますし、「くつみがき」をならべかえると、「実がつく木」というひとまと  
まりの言葉ができます。アナグラムには、元の言葉とは全くちがう意味の言葉  
を作る楽しさがあります。

⑤ このように、言葉遊びにはいろいろあり、それぞれに楽しさがあります。言  
葉遊びをするには、とくべつなどうぐや、広い場所はいりません。ふだん  
使っている言葉だけで、楽しい時間をすごすことができるのです。人々は、昔  
から言葉遊びを通して、言葉のおもしろさにふれてきました。あなたも、言葉  
遊びを楽しんでみましょう。

④の段落	③の段落	②の段落	段落
			<p>問い合わせ①の答え 言葉遊びの名前</p> <p>しゃれ</p>
			<p>問い合わせ②の答え 言葉遊びの楽しさ</p> <p>言葉のもつ音と意味とを組み合わせるという楽しさ</p>

## ステップ1 (とらえよう)

「言葉で遊ぼう」とくらべ、せつ明のしかたや文章の組み立てで、にているところを考えながら、「こまを楽しむ」を読みましょう。

この文章には、「問い合わせ」が二つ書かれています。「問い合わせ①」「問い合わせ②」に分けて書きましょう。

問い合わせ① どんな

問い合わせ② どんな

2 それぞれの段落を「はじめ」「中」「おわり」のまとまりに分けるとしたら、どのようになるでしょうか。段落に番号をつけて、考えましょう。

一字下がっているところをさがして、番号をつけよう。

おわり	中	はじめ	段落
「問い合わせ」がある			文章の組み立てを考えるヒント
全体のまとめになっている			「問い合わせ」がある
「このように」はまとめの言葉だね。			「問い合わせ」にたいする「答え」がある

段落の番号を書こう。

「このように」はまとめの言葉だね。

## ステップ2 (ふかめよう)

3

「中」では、「問い合わせ①」「問い合わせ②」にたいする「答え」として、どんなことが書かれているのでしょうか。「答え」の部分を表にまとめましょう。

「中」

段落	問い合わせ①の答え	問い合わせ②の答え
2	色がわりごま	回っているときの色を楽しむ。
3		
4		
5		
6		
7		

・日本には、  
こまがあります。

「おわり」では、「中」で書かれていた六つのこまを、どのような言葉を使ってまとめているかたしかめて書きましょう。

・人々は、このつくりにくふうをくわえ、回る様子や回し方で、のできるこまをたくさん生み出してきたす。

5 「こまを楽しむ」に出てきた六つのこまの中から、いちばん遊んでみたいものをえらび、理由とあわせて書きましょう。

ぼくは、鳴りごまで遊びたいと思いました。

このこまは、回っているときの音を楽しむことができることです。

ボーッという音をじっさいに聞いてみたいと思ったからです。また、たくさんの鳴りごまをいっせいに回したら、さうごく大きな音がするのか、ためしてみたいと思ったからです。

えらんだ理由

楽しみ方

こまのしゅるい

★ 昔からつたわる遊びについて書かれた本やちしき・科学の本を読みましょう。



すてきな日本の伝統  
1巻 いろいろあそび  
しゃれ、回文、しりとり、なぞなぞ、当て字など、文字や言葉の楽しさ、手遊び、草花遊び、外遊びなど、長くつたわる遊びがたくさんついています。



ことば遊び チャレンジ 20  
しゃれ、回文、しりとり、なぞなぞ、当て字など、文字や言葉の楽しさ、手遊び、草花遊び、外遊びなど、長くつたわる遊びがたくさんついています。



昔の子どものくらし事典  
ゴムとびや竹馬、けん玉など、昔の子どもたちの遊びが分かります。

読書ノート



中学年

京都市立学校  
年組

京都市立小学校図書研究会  
京都市教育委員会

読書ノートが家にある人は、読んだ本をどんどんきこうくしましょう。

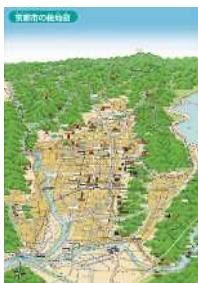


## 自分ですすめる『学びの一歩』 No.3

### 小3社会科『京都市の様子』 名前( )

#### ステップ1(先生の一言)

- あなたの住所を思い出そう。
- 『わたしたちの京都』の『京都の地図帳』を見よう。



- 『わたしたちの京都』8~9ページや『京都の地図帳(京都市の絵地図)』で、知っている場所を見つけよう。
- 『京都の地図帳(京都市の絵地図)』で動物園・京都駅・知っている神社や寺・京都市役所を見つけよう。
- 京都駅のまわりの交通の様子やたて物などに注目しよう。
- 八坂神社や知恩院三門の近くに多いたて物に注目しよう。
- 地図記号に注目しよう。  
()

- 動物園の近くに多いたて物に注目しよう。
- 公共施設とは、みんなが使ったて物や場所のこと。

#### ステップ2(自分でやってみよう)

##### 1. あなたの住所を書こう。

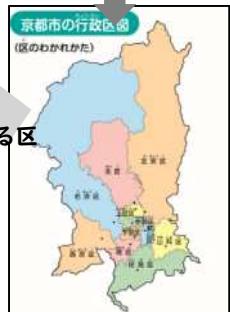
( )府



( )市



( )区



##### 2. 京都市の中であなたが知っている場所があれば、下に○をしよう。

(動物園・京都駅・青少年科学センター・岡崎公園・○○神社や○○寺)

##### 3. 『わたしたちの京都』12ページで京都駅の近くの様子を調べ、気付いたことを書こう。



京都駅の近くの様子は…

##### 4. 『わたしたちの京都』13ページで八坂神社や知恩院三門の近くの様子を調べ、気付いたことを書こう。



八坂神社や知恩院三門の近くの様子は…

##### 5. 『わたしたちの京都』14ページで動物園の近くの様子を調べ、気付いたことを書こう。



動物園の近くの様子は…



## 自分ですすめる『学びの一歩』 (A3に拡大して使用) No.4

### 小3社会科『京都市の様子』 名前( )

#### ステップ3 (学びを生かしてチャレンジ!)

6. なぜ、『お店やビルが集まっているところ』は、たくさんの人でにぎわっていたり、バスや電車などの交通きかんともつながっていたりするのでしょうか。(『わたしたちの京都』16ページ)

##### 店やビルが集まっているところ



わたしたちの学校から北の方角に、四条烏丸があります。校区よりもたくさんの人でにぎわっています。歩道も広く、たくさん的人が歩きやすくなっています。バスやタクシー、私鉄や地下鉄など多くの交通きかんともつながっています。外国から観光に来た人も多いです。

たくさん的人は何をするために来るのだろう。どのようにして来るのだろう。



それは…

7. なぜ、『工場が多いところ』は、たくさんのトラックが走っていたり、近くに高速道路があつたりするのでしょうか。(『わたしたちの京都』17ページ)

##### 工場が多いところ



わたしたちの学校から、南の方角に久世工業団地があります。校区にも工場がありますが、こんなにたくさん工場が集まっている場所はありません。

近くには高速道路があり、たくさんのトラックが荷物を運んでいます。

工場でつくったものはどうするのかな？  
そのためには何がひつようかな？



それは…

8. 『わたしたちの京都』21ページをヒントに、これからもっと知りたいことや調べたいこととその理由を書こう(21ページのふきだし□からえらんでもいいです)。

わたしが知りたいこと・調べたいことは…

理由は…

Q: 京都市の北には南丹市があります。京都市の西には何市があるでしょう(ヒント:『わたしたちの京都』20ページ)。

## 自分ですすめる『学びの一歩』

### 小3算数『たし算とひき算の筆算』① 名前( )

#### ステップ1(先生の一言)

1. (3けた)+(3けた)の筆算のしかたを考えよう。

位をそろえて、計算しましょう。

くり上がりが何度もでてきますが、1と同じように一の位からじゅんにやってみましょう。

3けたのたし算の筆算ができるようになったら、教科書39, 40, 41ページの問題にチャレンジ!

2. (3けた)-(3けた)の筆算のしかたを考えよう。

くり下がりが何度もでてきますが、2と同じように一の位からじゅんにやってみましょう。

3けたのひき算の筆算ができるようになったら、教科書43, 44, 45ページの問題にチャレンジ!

#### ステップ2(自分でやってみよう)

1.  $154+237$ の筆算のしかたを考えましょう。

2.  $324-182$ の筆算のしかたを考えましょう。

$$\begin{array}{r} 321 \\ - 185 \\ \hline \end{array}$$

$$\begin{array}{r} 390 \\ - 194 \\ \hline \end{array}$$

## 自分ですすめる『学びの一歩』

小3算数『たし算とひき算の筆算』② 名前( )

ステップ3(学びを生かしてチャレンジ!)

3. 4けたの筆算にちょうどせんしましょう。

くり上がりやくり下がりをすれば  
何けたの数でも計算ができそうですね。

$$\begin{array}{r} 1386 \\ + 2459 \\ \hline \end{array}$$

$$\begin{array}{r} 6825 \\ - 5919 \\ \hline \end{array}$$

たす数とたされる数を入れかえても  
答えは同じでしたね。

4. 答えをたしかめて、計算のまちがいを、せつめいしてみましょう。

百の位から  
かりよう!

$$\begin{array}{r} 29 \\ 302 \\ - 165 \\ \hline 137 \end{array}$$

③百の位は  
 $2-1=1$

②十の位は  
 $9-6=3$

十の位が0だからくり下がりられない!

①百の位から1くり下げる  
十の位は10  
一の位は十の位から  
1くり下げて12  
 $12-5=7$

$$\begin{array}{r} 600 \\ - 243 \\ \hline 457 \end{array}$$

□の位から□  
のをわすれています。

□の位は  
□になります。

5. 次の筆算で、●でかくれている数字をいいましょう。また、問題をつくり、答えの見つけ方をせつめいしましょう。

$$\begin{array}{r} 265 \\ + 4\bullet2 \\ \hline 737 \end{array}$$

十の位は、3から6がひけないから  
 $13-6=\square$   
●は□です。

$$\begin{array}{r} 4\bullet3 \\ - 178 \\ \hline 225 \end{array}$$

十の位は  $2+7=\square$   
一の位にくり下がりがあるから  
●は□です。

<つくれた問題>

## 自分ですすめる『学びの一歩』

### 小3算数『時こくと時間』① 名前( )

#### ステップ1(先生の一言)

1. 時こくのもとめ方を考えよう。

2. 時間のもとめ方を考えよう。

15分後は、午前9時ですね。

あと何分で、午前9時20分になりますか？

3. もとの時こくのもとめ方を考えよう。

まず10分もどして、11:00にしました。  
あと何分もどせば、時こくがわかるでしょう。

時こくや時間がもとめられるようになったら、教科書53,54ページの問題にチャレンジ！

4. 1分より短い時間のたんいについて知ろう。

1分より短い時間のたんい  
びょう  
秒  
→

#### ステップ2(自分でやってみよう)

1. いま、午後3時45分です。45分あとの時こくをいいましょう。

① 15分後は、午後4時ですね。  
② 「45分あと」にするには、あと何分ですか？

午後 時 分

2. 散歩をしに、家から午前8時45分に出て、午前9時20分に帰ってきました。

散歩をしていた時間はどれだけでしょう。 家に帰ってきた時こく  
家を出た時こく

分

3. 公園から家まで歩いて25分かかります。 家にもどる時こく  
午前11時10分に家にもどってくるには、公園を何時何分に出るといいですか。

午前 時 分

4. 5とびで60まで数えてみましょう。

「5,10,15,20,25,30,35,40,45,50,55,60」  
1分より短い時間で言えますか？

いちばん速く動くはりがひとまわりすると、長いはりは1目もり動きます。

目もりの数は60だから…

1分 = □秒

## 自分ですすめる『学びの一歩』

### 小3算数『時こくと時間』② 名前( )

#### ステップ3(学びを生かしてチャレンジ!)

5. 右の表はバスの時こく表の一部です。家からバスでいまでは、歩いて20分かかります。

バスの来る時こくをみて、家を何時何分に出るとよいか考えましょう。

< 7時13分のバスに乗るために>

<時こくのもとめ方>

時 分

	平 日			
5	10	30	49	
6	5	23	42	58
7	13	29	44	
8	4	24	44	
9	5	25	45	
10	5	25	45	
11	5	25	45	

<□時□分のバスに乗るために>

<時こくのもとめ方>

時 分

13分前は7時ですね。  
20分前は?

6. みのまわりで使われている時間のたんいをいいましょう。

時間のたんい

使われている場面

時間の単位には  
秒、分、時間 がありましたね。

(

)

(

)

(

)

7. 1分間でどんなことができるでしょう。

<例> 「ハッピーバースデー」を4回歌う。

教科書57ページにも  
例がかれていますよ。



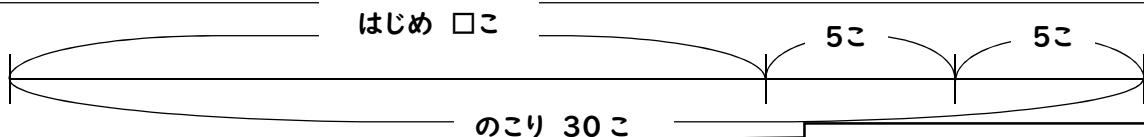
## 自分ですすめる『学びの一歩』

### 小3算数『図を使って考えよう』② 名前( )

#### ステップ3(学びを生かしてチャレンジ!)

3. 図のまちがいを考えて、正しい図をかいて、答えをもとめましょう。

おばさんがみかんを送ってくれました。5こずつ2人の友だちにあげたら、のこりは30こになりました。はじめ、みかんは何こありましたか。



「のこり」が全体になっていますね。

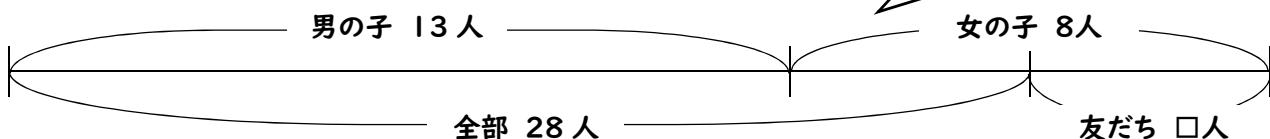
正しい図

式

正しい図はどうなりますか。

答え

公園で、男の子13人と女の子8人が遊んでいました。そこへ、友だちが何人か來たので、全部で28人になりました。友だちは何人來ましたか。



$13+8$  より 28 の方が小さくなっていますよ。

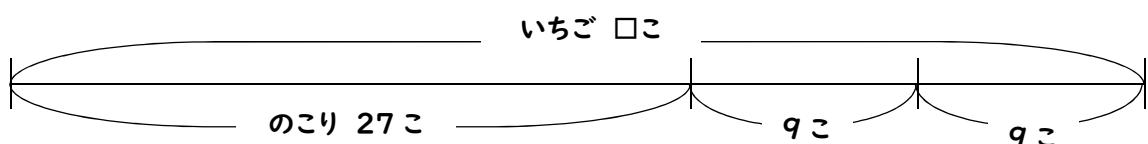
正しい図

式

正しい図はどうなりますか。

答え

4. 図から問題をつくってみましょう。



<問題>



## 小3理科『植物の育ち方[1] たねまき』 名前( )

### ステップ1 (先生の一言)

・いろいろな植物の「たね」をかんさつしましょう。

- ▢ どんな色?
- ▢ どんな形?
- ▢ どんな大きさ?

おうちに植物のたねがあれば、そのたねをかんさつしてみよう。おうちにたねがないときは、教科書の18ページのたねのしゃしんをよく見てかんさつしよう。

かんさつカードの書き方は教科書の11ページや18ページを読んでたしかめよう。



### ステップ2 (自分でやってみよう)

1. 育ててみたい植物を2つ決めて、そのたねのようすをかんさつカードに記ろくしよう。

植物の名前	月 日 天気( )
-------	-----------

たね

植物の名前	月 日 天気( )
-------	-----------

たね

色

形

大きさ

色

形

大きさ

注意!

虫めがねを使ってかんさつするときに、虫めがねで太陽を見てはいけません。

小さなたねも、かんさつカードには大きく書いてね。ほんとうの大きさは、ものさしではかって書いておくといいよ。

色・形・大きさのほかにも、気づいたことや思ったことがあれば書いておこう。



## 小3理科『植物の育ち方[1] たねまき』 名前( )

## ステップ3(学びを生かしてチャレンジ!)

2. かんさつのしかたやかんさつカードの書き方について、問題にちようせんしてみよう。

① 植物のたねをかんさつするときに、かんさつカードに書いておくとよいことには○、書かなくてもよいことには×を( )に書きましょう。

- ( )先生の名前
- ( )かんさつした植物の名前
- ( )かんさつした日づけや天気
- ( )かんさつした日のふくそう
- ( )たねの色や形
- ( )気づいたことや思ったこと
- ( )たねのほんとうの大きさ

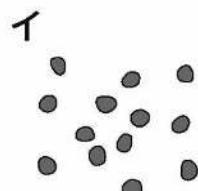


ヒント:教科書 11 ページ, 18 ページ

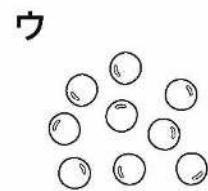
② 下のア～ウのたねは、ホウセンカ、ダイズ、ヒマワリのどれでしょうか。( )に名前を書きましょう。



( )



( )



( )



ヒント:教科書 18 ページ

③ 虫めがねを使って植物のかんさつをします。手に持っている植物をはっきりと見るには、虫めがねを動かすとよいでしょうか。それとも、手に持った植物を動かすとよいでしょうか。正しい使い方をしている方の( )に○をつけましょう。



( )虫めがねを動かす



( )手に持った植物を動かす



ヒント:教科書184ページ

じぶん  
自分ですすめる『まな  
学びの一歩』

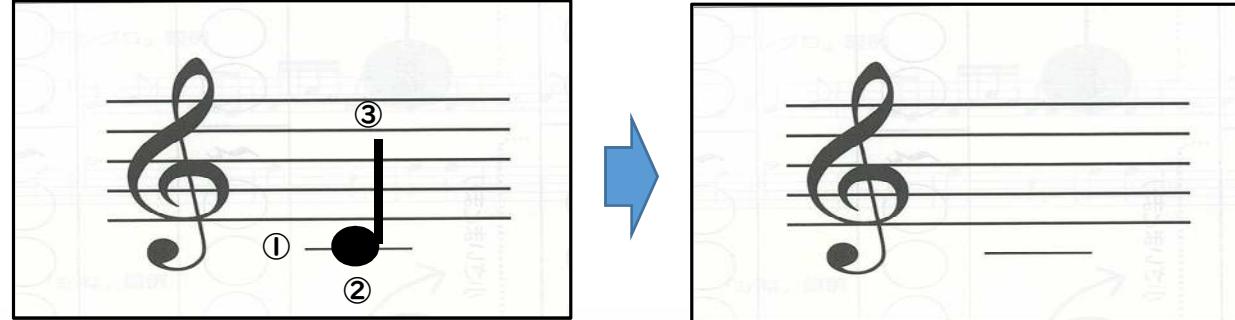
小3音楽科 『歌って 音の高さを かんじとろう』 なまえ( )

ステップ1 (先生の一

ステップ2 (自分でやってみよう)

♪教科書8~9ページを  
ヒントに、音ふをかいて  
みましょう。

♪音ふのぼうの長さやむ  
きに気をつけて、ひくい  
ドからじゅんぱんに音ふ  
をかきましょう。



ドレミファソラシドを階名といいます。  
♪で書くと、下のようになります。

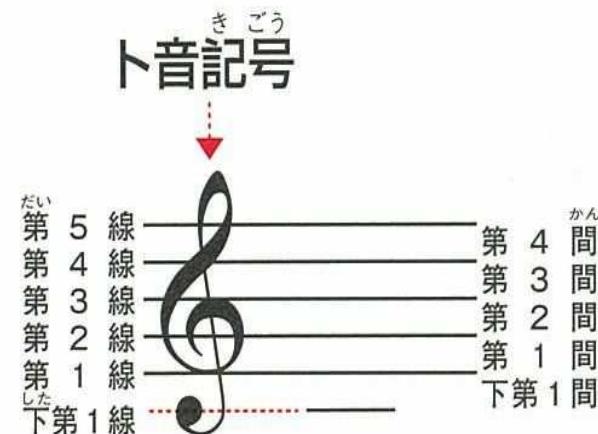


音符のぼうの長さやむきに  
気をつけて、上の楽譜を  
下の五線に書きうつそう。

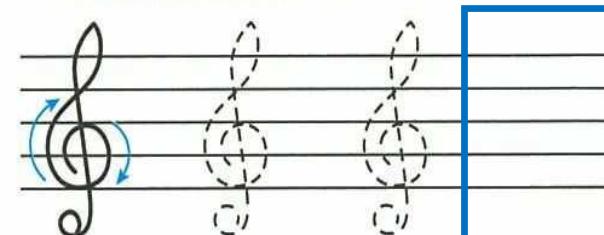


## 新しくおぼえること

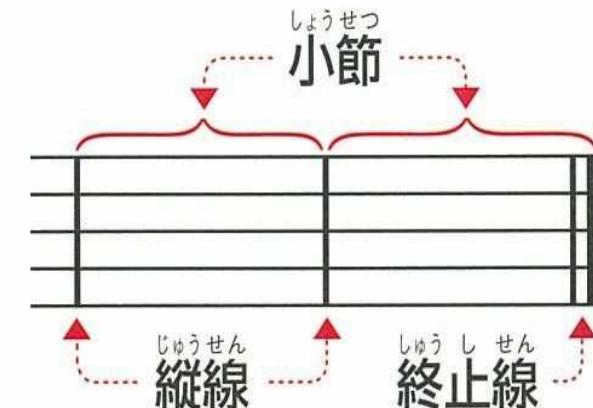
♪ト音記ごうの書き出しのばしょに気をつけ  
て、2つなぞってから自分でかいてみましょ  
う。



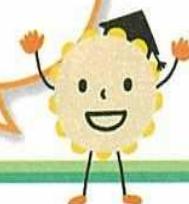
## 書いてみよう



♪五せんに、書きたい音  
ぶやト音記ごうをかき  
ましょ。



楽譜を読めるようになると、  
新しい曲を自分で歌ったり  
えんそうしたりすることが  
できるよ。



## ドレミで歌おう

小原光一 作詞／作曲者不明

♪ドレミのかい名で歌ってみましょう。歌えるようになったら、けんばんハーモニカでえんそうしましょう。

ミ→ファの音をえんそうするときは、3→1のゆびくぐりにきをつけてえんそうしましょう。

ファ→ミの音をえんそうするときは、1→3のゆびまたぎにきをつけてえんそうしましょう。

 ♩ = 100~108

1 3 → 1 2 1 3 → 1 2

みんなで うたおう たのしく うたおう

5 1 → 3 2 3

ド シ ラ ソ ファ ミ レ ミ ファ ソ ファ ミ レ ド


ゆび  
指くぐり・指またぎ

指くぐり ▶ 3 → 1 のとき



指またぎ ▶ 1 → 3 のとき



名前( )

『小さな自分』になって、お気に入りの場しょをつくりかえよう！

ステップ1 (小さな自分になって、おもしろそうな場しょをさがす)

【1】 小さな自分が「おもしろそうだな」と思ったのはどんな場しょですか？

見つけた場しょ

- ・
- ・
- ・

『小さな自分』  
になって、いろ  
いろなところを  
たんけんしよう。

ステップ2 (選んだ場しょに『小さな自分』をおいて、楽しい場しょになるようにつくりかえる)

【2】 やってみたことをかんたんにかいてみましょう。

場所 \_\_\_\_\_

★どんなかんじにつくりかえる？ (絵や言葉でかこう)

場所 \_\_\_\_\_

★どんなかんじにつくりかえる？ (絵や言葉でかこう)

場所 \_\_\_\_\_

★どんなかんじにつくりかえる？ (絵や言葉でかこう)

場所 \_\_\_\_\_

★どんなかんじにつくりかえる？ (絵や言葉でかこう)

ステップ3 (活動をふりかえる)

【3】 学習のふりかえり

とてもそう思う



そう思う



あまり思わない



◆すすんで学しゅうができた

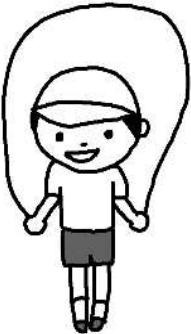
◆できたことや、むずかしかったこと、これからやってみようと思ふことを書きましょう。

『小さな自分』にな  
って、お気に入りの  
場しょがつくれた？

使った場しょは、もとどおりにしよう。

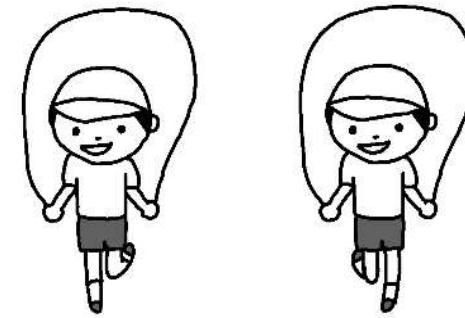
# なわとび わざカード

りょうあしとび



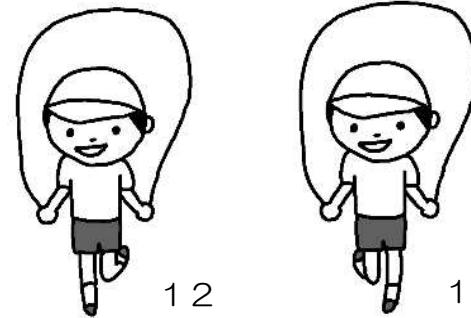
りょうあしをそろえてトントンととぶ

かけあしとび



右→左→右→左 と走るようにとぶ

ケンケンとび

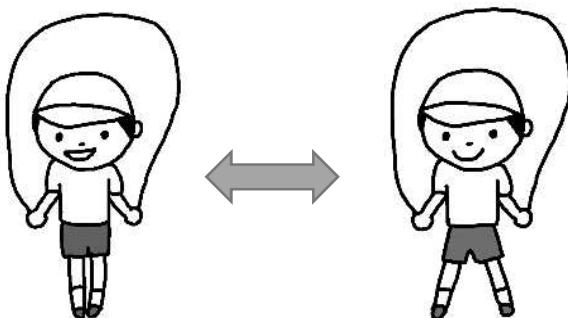


12

12

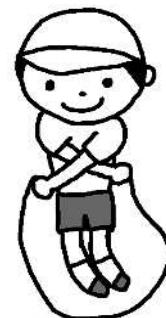
右→右→左→左 と2回ずつ同じ足でとぶ

グーパーとび



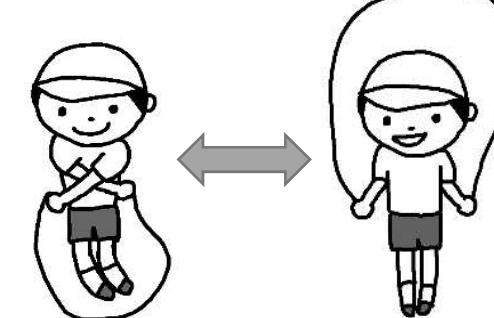
グー→パー→グー→パー ととぶ

こうさとび



手をクロスさせてとぶ

あやとび



こうさとび1回→りょうあしとび1回をくりかえす

にじゅうとび



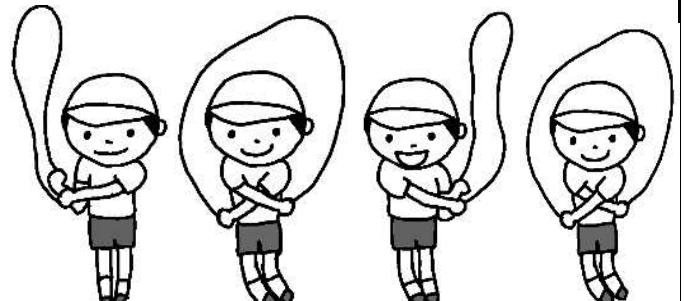
1回まわしている間に2回とぼう

はやぶさ



あやとびで二重とびをしよう

サイドクロス



よこまわし・こうさとびを1回ずつで二重とび

# なわとびカード

年 組 番  
できたら色をぬりましょう  
名前 ( )

	とびかた	回数									
前	りょう足とび	5	10	15	20	30	40	50	60	70	80
	かけあしとび	5	10	15	20	25	30	35	40	45	50
	ケンケンとび	5	10	15	20	25	30	35	40	45	50
	グーパーとび	5	10	15	20	25	30	35	40	45	50
後ろ	りょう足とび	1	2	4	6	8	10	15	20	25	30
	かけあしとび	1	2	4	6	8	10	15	20	25	30
	ケンケンとび	1	2	4	6	8	10	15	20	25	30
	グーパーとび	1	2	4	6	8	10	15	20	25	30
前	交さとび	1	2	4	6	8	10	12	14	16	18
	あやとび	1	2	4	6	8	10	12	14	16	18
	二重とび	1	2	4	6	8	10	10	14	16	18
	はやぶさ	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	サイドクロス	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
*見つけたコツやポイントを書きましょう。						*がんばったことやできるようになったことを書きましょう。					