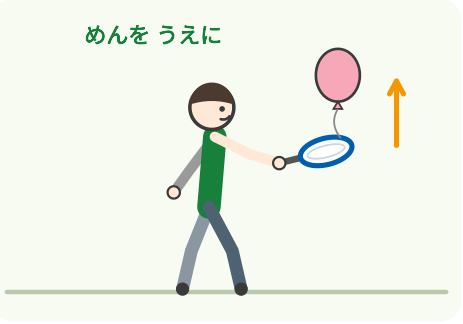
バドミントン | れんしゅうの かいだん

No.K18

なまえ _____ はじめた日 _____

したから 1だんずつ のぼろう。できたら「できた日」を かいて、☆に いろを ぬろう。むずかしい ときは、1だん もどって いいよ。

(おうちの方へ)今できる段のひとつ上から始めます。やる段・回数・休むタイミングは、お子さんが決めます。



6 かぞくと ラリー できた日 ／ ☆

5 したから サーブ できた日 ／ ☆

4 なげて もらって うつ できた日 ／ ☆

3 シャトルを うえに うつ できた日 ／ ☆

2 ラケットで ふうせんを うつ できた日 ／ ☆

1 てで ふうせんを つく できた日 ／ ☆

つぎに やってみたい だん(じぶんで きめよう): _____ **だん**

うまくいった 1かい(おうちの人の メモ:いつ・なにが よかったか)

ご家庭・園・学校で、自由に印刷してお使いください。販売や、ご自身が作ったものとしての配布はご遠慮ください。