テニス | れんしゅうの かいだん

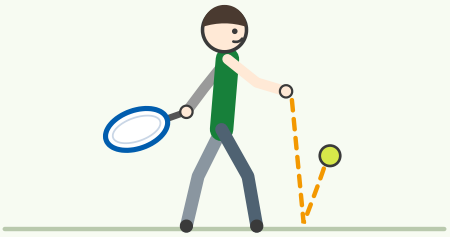
No.K20

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。

はずんで あがったら まえへ



6 コートで ラリー できた日 ／

5 ちかくで ラリー できた日 ／

4 なげた ボールを うつ できた日 ／

3 おとして うつ できた日 ／

2 じめんに ボールを つく できた日 ／

1 ラケットで ボールつき 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。