

# 学習課題(小学校全学年)

## 【<sup>たいいく</sup>体育】

けがをしないよう、まわりをよくたしかめて<sup>と</sup>取り<sup>く</sup>組みましょう。

### <学習内容>

※参考動画 <sup>どうが</sup> [https://www.city.sapporo.jp/kyoiku/shido/home\\_karada\\_.html](https://www.city.sapporo.jp/kyoiku/shido/home_karada_.html)

◆<sup>いま</sup>今までやってきたいろいろな動きに<sup>うご</sup>挑戦し、<sup>ちようせん</sup>体力を<sup>たいりよく</sup>高め<sup>たか</sup>ましょう。

(1) めあてを<sup>かくにん</sup>確認しましょう。

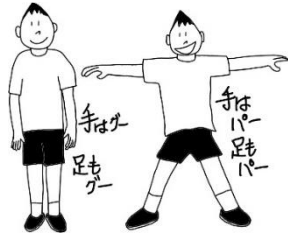
めあて～「<sup>いま</sup>今までやってきたうごきをためそう。」



(2) <sup>いま</sup>今までやってきたいろいろな動きに<sup>うご</sup>挑戦<sup>ちようせん</sup>してみる。

※うまく動かすコツはあるかな？

① マリオネット 1



② ぼうバランス



③ バーピー



④ バランス 1



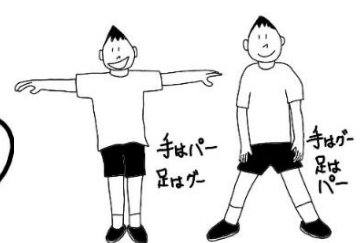
⑤ レジぶくろキャッチ



⑥ せかいいっしゅう



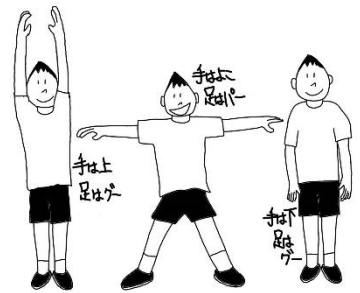
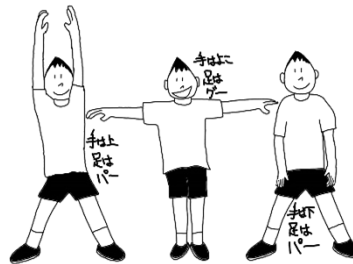
⑦ マリオネット 2



⑧ バランス 2



⑨ マリオネット 3



(4) めあてを<sup>たいりよく</sup>ふりか<sup>たか</sup>える。 ※<sup>かん</sup>体力の高まりは感じましたか？

### <保護者によるかわり方のポイント>※可能な範囲でお願いします。

- ・体づくり運動は、運動の楽しさを味わいながら、体の基本的な動きを身に付けていくことを目指しています。また、自分に合った運動の行い方を工夫できるようにすることも大切にしています。
- ・失敗しても何度もチャレンジしたり、時間や距離を変えるなどの仕方をしたりする姿を、ぜひほめていただきたいと思います。