

学習課題(全学年)

【体育】

けがをしないよう、まわりをよくたしかめて取り組みましょう。道具をつかうときは、かたい物やわれる物はつかわず、安全におこないましょう。

<学習内容>

※参考動画

https://www.city.sapporo.jp/kyoiku/shido/home_karada.html



◆「ごみごみボールを使った遊び」に挑戦し、巧みさと柔らかさを高めましょう。

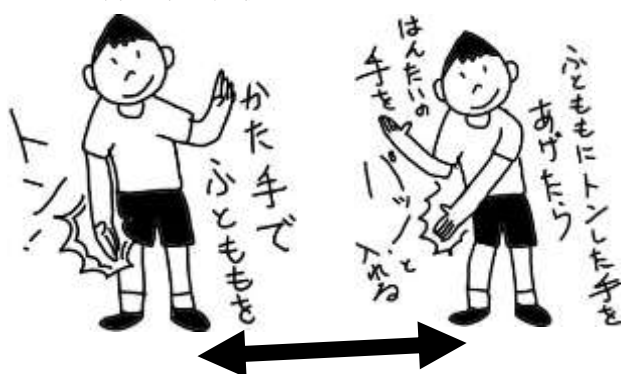
(1) めあてを確認しましょう。

めあて～「体のたくみさとやわらかさをたかめよう」

(2) ほうちょうトンとフライパンの遊びに挑戦してみよう。

①ほうちょうトンに挑戦したり、ほうちょうを持つ手を交換したりする。

②フライパンをふる遊びに挑戦する。



(3) 落とさずキャッチゲームに挑戦してみよう。

①足をそろえたり、広げたりして座って、ボールをころがしてみる。



②座ってボールを足ではさみ、寝転びながらボールを頭の方へ落としてみる。



③20秒間で②の動きが何回できるか数えてみる。

(4) めあてをふりかえろう。

※巧みさと柔らかさは高まったかな？

<保護者によるか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。