

【体育】

けがをしないよう、まわりをよくたしかめて^{とく}取り組みましょう。道具^{どうぐ}をつかうときは、かたいものやわれるものは使わず、安全^{あんぜん}に行いましょう。

＜学習内容＞

◆「力^{ちから}をいれる運動^{うんどう}」に取り組みましょう。

- (1) ①「タオルや新聞紙^{しんぶんし}をまるめてつぶす運動^{うんどう}」と、②「ゆかにおいてつぶす運動」にチャレンジしてみましょう。

- (2) 姿勢^{しせい}を変えてチャレンジしてみましょう。

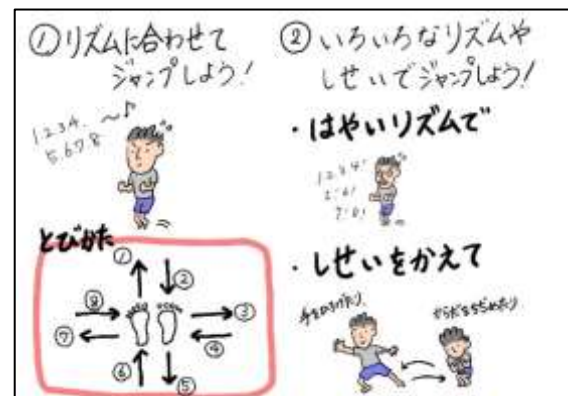
- (3) 他^{ほか}の姿勢^{かんが}も考えて、チャレンジしてみましょう。



◆「リズムに合わせる運動」に取り組みましょう。

- (1) ①「リズムに合わせるジャンプ」にチャレンジしてみましょう。

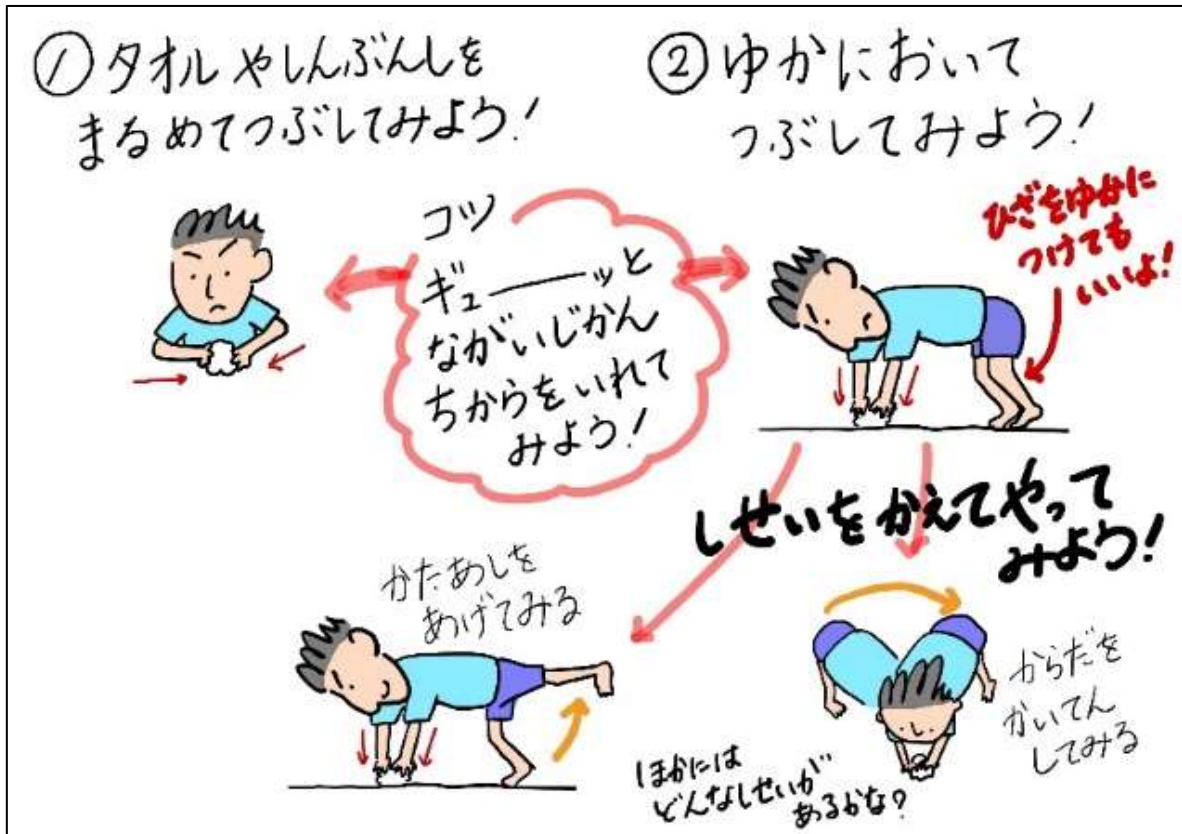
- (2) ②「いろいろなリズムや姿勢でジャンプ」にチャレンジしてみましょう。



＜保護者による関わり方のポイント＞※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。

◆「力をいれる運動」



◆「リズムに合わせる運動」

