

正課体育10月指導計画書

新町第二 保育園	実施日	23日	
テーマ	年少児		
	年中児	鉄棒にチャレンジ!	
	年長児	逆上がりにチャレンジ!	
ねらい	年少児		
	年中児	鉄棒の楽しさを知り、腕の力をつける。	
	年長児	腕の曲げとタイミングが合うようにする。	
導入学習	全学年	模倣運動、W-up くま、うさぎ、ワニ、クモ等 色タッチ、マラソン	模倣運動を通じて、基礎筋力の獲得や、想像して真似をすることによっての感性を養う。
	主活動	課題と留意点	
年少児			
年中児	●鉄棒	・鉄棒模倣 ・ぶら下がり ・足抜き回り ・前回り降り	・鉄棒を使って模倣をし、基礎筋力の獲得を目指す。
	●ボール運動		・ボールの特性を知り、対応力を養う。
	●集団ゲーム		・ルールの理解。安全に行なう。
年長児	鉄棒運動	・逆上がり ・後ろ回り	・腕の曲げ、足の蹴り上げ、引き寄せのタイミングをみる。 ・逆上がりが完成したらチャレンジ。
	●ボール運動	・ドッジボール	・投げる練習や捕球の練習も行なう。

通信欄

- ①各クラスで病気・怪我等で身体的な問題（注意）が必要な生徒さんがいましたら教えてください。（喘息・関節が外れやすい等）
 ②学年毎に、取り入れたい種目、ゲーム、乳鉢、マナーなどございましたら回井表でお気軽にお申し付け下さい。
 ③指導上の質問や要望などは、指導研究室までお電話・メールでもお受けします。

 **Heart some sports club**

ハートサムスポーツクラブ



0120-810-364

E-mail : gym@heartsome.co.jp

URL : <http://www.heartsome.co.jp>