

正課月間指導計画書(5月)

代表	担当

新町第二保育園(年少)		
テーマ	跳び箱ってなに？	
ねらい	跳び箱に慣れ親しむ	
	活動	課題と留意点
導入	<ul style="list-style-type: none"> ●即時反応 ・様々な座り方 ●模倣運動 ・クマ、ウサギ、カエル、ヘビなど 	<ul style="list-style-type: none"> ・しっかりと反応し、正しい座り方ができるようにする ・まずは先生の真似をしてみる ・楽しく動物に変身することができる
主運動	<ul style="list-style-type: none"> ●跳び箱遊び ・踏み切り ・跳び乗り降り(お山登り) ・腕支持乗り(カエル) ・腕支持開脚乗り 	<ul style="list-style-type: none"> ・両足でしっかりジャンプする ・腕の力を使ってよじ登る ・跳び箱の上にカエルで乗る→高さに対する恐怖心の克服 ・しっかりと足を開いて乗り、手で押しながら降りる
復習	<ul style="list-style-type: none"> ●即時反応 ●模倣運動 	<ul style="list-style-type: none"> ・座り方の確認 ・楽しみながら模倣運動を行う

通信欄

- ①身体的な注意が必要な生徒さんがいましたら教えて下さい。
- ②指導について不明な点や要望がありましたらご相談ください。

正課月間指導計画書(5月)

代表	担当

新町第二保育園(年中)		
テーマ	跳び箱に挑戦しよう!	
ねらい	跳び箱に慣れ親しむ	
	活動	課題と留意点
導入	<ul style="list-style-type: none"> ●柔軟運動 <ul style="list-style-type: none"> ・腕、足、首、背中、股関節など ●模倣運動 <ul style="list-style-type: none"> ・クマ、ウサギ、カエル、ヘビなど 	<ul style="list-style-type: none"> ・柔軟をしっかりと行い、体を柔らかくする ・動物の真似をして、体の使い方を覚えることと基礎的な筋力をつける
主運動	<ul style="list-style-type: none"> ●跳び箱 <ul style="list-style-type: none"> ・踏み切り(助走なし) ・踏み切り(助走あり) ・腕支持乗り ・腕支持開脚乗り ・開脚跳び 	<ul style="list-style-type: none"> ・正しいポイントで両足ジャンプする ・片足から両足踏み切りの流れを覚える ・跳び箱の上にカエルで乗る→高さに対する恐怖心の克服 ・しっかりと足を開いて乗り、手で押しながら降りる ・お尻を高く上げることと手のつく位置を意識
復習	<ul style="list-style-type: none"> ●柔軟 ●模倣運動 ●跳び箱 	<ul style="list-style-type: none"> ・開脚した状態での柔軟 ・楽しみながら模倣運動を行う ・踏み切り方(助走あり) ・腕支持開脚乗り

通信欄

- ①身体的な注意が必要な生徒さんがいましたら教えて下さい。
 ②指導について不明な点や要望がありましたらご相談ください。

正課月間指導計画書(5月)

代表	担当

新町第二保育園(年長)		
テーマ	跳び箱に挑戦しよう!	
ねらい	開脚跳びを習得する	
	活動	課題と留意点
導入	<ul style="list-style-type: none"> ●柔軟運動 <ul style="list-style-type: none"> ・腕、足、首、背中、股関節など ●模倣運動 <ul style="list-style-type: none"> ・クマ、ウサギ、カエル、ヘビなど ●補強運動 <ul style="list-style-type: none"> ・腕立て、腹筋、背筋 	<ul style="list-style-type: none"> ・柔軟をしっかりと行い、体を柔らかくする ・動物の真似をして、体の使い方を覚えることと体力作りをする ・模倣することで基礎的な筋力をつける
主運動	<ul style="list-style-type: none"> ●跳び箱 <ul style="list-style-type: none"> ・踏み切り(助走あり) ・腕支持開脚乗り ・開脚跳び 	<ul style="list-style-type: none"> ・助走からの両足踏み切りの一連の流れがスムーズにできる ・しっかりと足を開いて乗り、手で押しながら降りる ・お尻を高く上げ、手で跳び箱を強く押し出す
復習	<ul style="list-style-type: none"> ●柔軟 ●模倣運動 ●跳び箱 	<ul style="list-style-type: none"> ・開脚した状態での柔軟 ・正しい形で行う ・開脚跳び

通信欄

- ①身体的な注意が必要な生徒さんがいましたら教えて下さい。
- ②指導について不明な点や要望がありましたらご相談ください。