

教材名	円盤バランス
ねらい	バランス感覚、ボディイメージ、巧緻性、視覚刺激、聴覚刺激
手順と内容	<p>準備物</p> <p>円盤バランス</p>
活用の仕方	<p>こま型の円盤の上に立ち落ちないようにバランスをとる。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・その場で回る。</li> <li>・回りながら場所移動する。</li> <li>・バランスをとりながらボール受けをする。</li> </ul> <p>円盤を回す。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・手でくるくる回す。</li> <li>・回っている円盤の上に固い物や丸い物、音の出る物を置いてどんな動きをするか、どんな音がするかを楽しむ。</li> </ul> 

(南小倉小学校より提供)