

第2章 運動遊び例

運動遊び例の見方

この運動遊びの運動特性

すばやさ

動きを持続する能力

タイミングの良さ

力強さ

体の柔らかさ

番号

家庭

園
(小学校)

屋外

屋内

【運動遊び名】

※活用可能な場面

1 実施方法

運動遊びを実施する方法について記載しています。

【(参考) 運動イメージ】



2 必要物品

運動遊びを実施する際に必要な物品を記載しています。

3 運動遊びの発展性

ステップ1

ステップ2

ステップ3

運動遊びを発展させる方法について記載しています。

4 動きのポイント及び留意点

動きのポイント及び実施する際の留意点(安全面等)を記載しています。

走ったり跳んだりする運動遊び

ボールを使った(投げたり・蹴ったり)運動遊び

ボールを使った(操作)運動遊び

全身を使った運動遊び

バランスポイントをとる運動遊び

力い(ばい)行う運動遊び

友達と一緒に行う運動遊び

親子で行う運動遊び

遊具を使って行う運動遊び

生活場面での体力向上