

7

友達と一緒にいる運動遊び

走ったり跳んだりする運動遊び



鬼ごっこ・しっぽ取り

ボールを使った（投げたり・蹴ったり）運動遊び



ドッジボールやサッカー

ボールを使った（操作）運動遊び



ボール運び・ドリブルリレー

全身を使った運動遊び

まゆまる体操や雑巾がけ



縄跳びや大縄跳び

バランスをとる運動遊び

バランス崩し



平均台移動

力いっぱい行う運動遊び



綱引き

8

親子で行う運動遊び

走ったり跳んだりする運動遊び

- ・両脚の間をくぐる
- ・親子競争



ボールを使った運動（操作）遊び

風船を使って
バレーボール
サッカー



ボールを使った運動（投げる・蹴る）遊び

- ・キャッチボール
- ・ドリブル走



力いっぱい行う運動遊び

腕にぶら下がる



全身を使った運動遊び

空中バランス
親子逆上がり



バランス遊び

親の背中に乗る

