

自分で見つけたとび方を、絵と文章で書いてみよう。

さかせよう！

# なわとびの花 その2

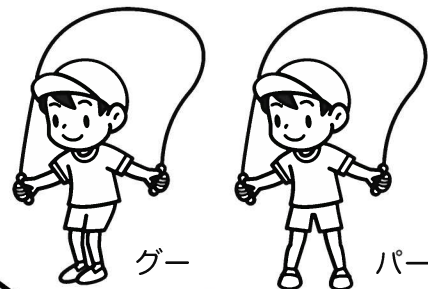
( )年 ( )組 名前( )

こんなことも、  
できるかな？

グーパーとび！

もっと楽しい  
とび方は、できる？

かけ足とび！



まずは、  
前とびに  
ちょうせん！



☆「こんなことに気がつけたら、できた。」「次は、こんなとび方をしてみたい。」など

とり組んだかんそうを書いてみよう。

Blank area with dashed lines for writing.




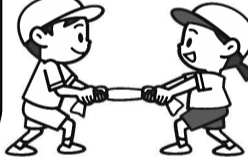


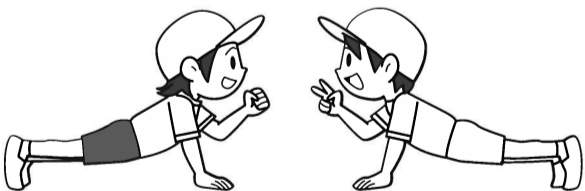


# いちひのうんどうあそ BINGO!

VOL. 3

今週も「うんどうあそ BINGO!」で楽しく体をうごかそう。楽しく運動する ことや、体をうごかして気がついたことを書いてみよう。2人でやる運動遊びは、家の人といっしょにとりくんで、今回も BINGO をめざそう! できたうごきを使ってできる遊びも考えてみよう。

( ) ねん ( ) くみ なまえ ( )

YouTubeで「よろしくねダンス」と調べてみよう。

<p>☆はいはい</p> <p>体のどこに、力をいれたらいいかな</p> 	<p>☆長さ体前くつ</p> <p>ひざをのばしてすわり、いきをはきながら、ゆっくり体を前にたおしましょう。</p> <p>ひざをまげないように気をつけよう</p> 	<p>☆よろしくねダンス</p>  <p>『よろしくねダンス』は東京都小学校体育研究会 表現運動景領域部会が実践している教材です。</p>
<p>☆ひっぱれタオル</p> <p>どうしたら、グッと力をいれてひっぱることができるかな</p> 	<p>☆かた足まわり</p> <p>バランスをくささず回るこつは、あるかな</p> 	<p>☆言うこといっしょ、やることいっしょ</p> <p>家の人と、むかい合って立ちます。家の人があごいた ほうこうを見て、同じほうこうにりょうでジャンプしよう。</p> 
<p>☆ワニじゃんけん</p> <p>家の人とむかい合って、ワニのポーズでじゃんけんをしよう。</p> 	<p>☆くるっと、ジャンプ</p> <p>上手にくるっと回るこつは、あるかな</p> <p>まわる</p> 	<p>☆ケンケン</p> <p>どうしたら、リズムよくケンケンできるかな。後ろや、よこにもできるかな。</p> 

\*やってみたうんどうあそびのマスに 色を ぬろう。

☆BINGOの動きをつかって「こんな遊び方ができたよ。」など、とりくんだかんそうを 書いてみよう。

---



---