

タイトル	学部	授業名（主たる教科領域）	執筆者
体育 サーキット	小	低学年たいいく （体育）	胡内

<ねらい>

- ☆身体を動かす楽しさを味わい、基礎体力を養う。
- ☆楽しみながら運動をおこない、身体の様々な部位の機能を高める。
- ☆集団での取り組みを通して、みんなで運動する楽しさを感じる。

<内容（作成方法・使用方法・工夫点など）>

サーキット運動

☆教師とやりとりしたり、補助してもらったりしながら課題に取り組み、運動する楽しさを感じる。

①高ばい・よつばい

- ・つま先で地面を蹴ることができる。
- ・手と足をしっかりと動かし、腕で体を支える。

②隙間歩き（横歩き）

- ・ボディイメージがもてるように、具体物の間を通る。
- ・当たらないように通る。

③蹴る

- ・具体物（的）を足で触れることができる。
- ・力強く蹴ることができる。

<良かった点・改善点（児童生徒の反応を含めて）>

- ・普段使わない動きを取り入れたことで、次の課題を見つけ繋げていくことができた。
- ・ボディーイメージを持つように意識付けができた。
- ・色々なコースを設定することで、自分で決めることができた。（判断と決断）

<その他（材料、費用、購入先等）>



