

■ ねらい

本教室では、幼児期に身につけたい基本的な運動能力(走る・跳ぶ・支える・投げる等)をバランスよく育成します。また、運動を通して以下のような非認知能力の向上も大切にしています。

- ・自分から挑戦する力(主体性)
- ・最後までやり抜く力(粘り強さ)
- ・仲間と関わる力(協調性・コミュニケーション力)
 - ・「できた！」を積み重ねる自己肯定感

「楽しい！」を土台に、できることを一つずつ増やしていきます。

■実施する主な運動遊び

- かけっこ
 - ・正しい姿勢、腕振り、スタートの基礎
 - ・スピードだけでなく「体を思い通りに動かす力」を養う
- とびばこ
 - ・ジャンプ・手支持・着地の基本動作
- 鉄棒
 - ・ぶら下がり、前回り、逆上がりなど基礎動作
 - ・腕支持や体幹の強化
- マット運動(前回り・側転など)
 - ・回る・支える・バランスを取る感覚づくり
 - ・空間認知能力や身体操作能力の向上
- ボール
 - ・投げる・捕る・転がすなど基礎動作
 - ・相手とのやりとりを通じたコミュニケーション力の向上



■スケジュール (予定)

回	準備運動	メイン①	メイン②
第1回	準備運動 サーキット	マット	かけっこ
第2回		鉄棒	ボール
第3回		跳び箱	マット
第4回		かけっこ	鉄棒
第5回		跳び箱	ボール
第6回		マット	かけっこ
第7回		鉄棒	ボール
第8回		跳び箱	マット
第9回		かけっこ	鉄棒
第10回		跳び箱	ボール

※スケジュールは変更する可能性があります

※クラスによって難易度を変えていきます