

正課体育1月指導計画書

提出日:平成 21年 12月 17日

毛里田	保育園	実施日:1月 6日・13日・20日・27日
テーマ	年少組	ボールを思いっきりキックしよう!
	年中組	ボールを思いっきりキックしよう!
	年長組	Jリーグを目指そう!
ねらい	年少組	色々な動きに対応できるようになる。
	年中組	集団意識とルールを理解する
	年長組	目標も持って取り組む。ボールを通してチームワークを図る。
	活 動	課 題 と 留 意 点
準備	着替え・トイレ・体調確認 挨拶・体操教室の約束 準備体操	・体操帽子を着用してきてください。 ・大きな声で元気よく!! ・オーバーゼスチャーを心掛けて子供達の見本となりましょう。
導入 学 習	短縄運動 年少組:短縄運動(ブランコ左右・マント～エプロン)	・模倣を通して、縄慣れを楽しく行っていきます。
	年中組:短縄運動(マント～エプロン・前跳び)	・手首の使い方に注意してまわしてみましよう。 ・エプロン、マントを思い出して行いましょう。
	年長組:短縄運動(駆け足跳び・前跳び・後跳び)	・まわしてポン!のリズムを覚えましよう。 ・手首の使い方に注意してまわしてみましよう。
主 運 動	鉄棒・ボール運動 年少組:手つなぎサッカー 鉄棒(お布団干し～忍者降り)	・相手を思いやりパスを行いましよう キックの強弱を意識させる(距離の感覚)
	年中組:手つなぎサッカー及びサッカーゲーム 鉄棒(忍者降り・中抜き降り・逆上がり)	集団意識を養う。 ・色々な足の場所でキックを体験しよう
	年長組:サッカーゲーム 鉄棒(逆上がり・腕立て後転)	集団意識を養う ・色々な足の場所でキックを体験しよう。 ・寒さに負けず元気にボールを追いかる
複 習	雨天時ホールにて行います。 年少組:1、2学期の復習跳び箱・マット運動 年中組・年長組 ・1、2学期の復習 跳び箱・鉄棒・マット	・なによりも反復させる事で効果があり、この幼児期に覚えた事は生涯忘れる事はないのでお願いします。 ・反復の徹底をお願いします。

ハートサムスポーツクラブ

関 弘樹



0120-810-364

e-mail: gym@heartsome.co.jp
h.seki@heartsome.co.jp