

どんぐり教室



<第3回>「渡る」

1. はじめの会
2. 体操 (変身体操)
3. ラダー
 - ・かけ足 ・横向きダッシュ
4. 今日のあそび
 - ・橋渡し…幅や高さが様々な物を渡る (平均台、長縄、エバテム I、ホース)。
 - ・てるてるぼうず…エバテム I を渡りながらポンポンを拾う。風船マットを渡る。
5. ピカピカタイム (雑巾がけ)
6. おわりの会



<第4回>「跳ぶ」

1. はじめの会
2. 体操 (変身体操)
3. ラダー
 - ・横向きダッシュ ・グーパージャンプ
4. 今日のあそび
 - ・ピョンピョンサーキット…幅や高さの異なる物を跳ぶ (エバテム I, ゴムひも、跳び箱、ラバーリング)。
 - ・トランポリン…トランポリンでいろいろな跳び方をする (10回ジャンプ、枠内着地、風船アタック、まねっこジャンプ、ジャンケンジャンプ)。
5. ピカピカタイム (雑巾がけ)
6. おわりの会

