

どんぐり教室



<第9回>「計測・サーキット」

1. はじめの会
2. 体操（変身体操）
3. ラダー
 - ・シャフル
4. 今日のあそび
 - ・計測



- ① 握力 ②上体起こし ③長座体前屈 ④片足立ち ⑤つぎ足歩行
- ・サーキット

平均台（傾斜）、エバテム I（I型ウレタン積み木を渡る）、
スクーターボード、トランポリン、鉄棒

5. ピカピカタイム（雑巾がけ）
6. おわりの会



<第10回>「発表会」

1. はじめの会
2. 体操（変身体操）
 - ・自分の選んだ変身体操を披露する。
3. 今日のあそび
 - ・サーキット

…自分の選んだ運動あそびに挑戦する。

ラダー、平均台（傾斜）、スクーターボード、トランポリン
焼津会場：フラフープ、エバテム I
大井川会場：鉄棒（豚の丸焼き）

4. おわりの会

