

たいつくりの うんどうあそび

いろいろな うごきの あそび

くみ ばん なまえ



■ たんげんの めあて

■ できるように なりたい うごき できたら ◎○△に ○をつけよう

かたあしバランス	◎ ○ △	くまあるき・かにあるき	◎ ○ △
スキップ・ギャロップ	◎ ○ △	ケンパーとび	◎ ○ △
なわ・フープの あそび	◎ ○ △	ボールを なげる・とる	◎ ○ △
おしずもう・つなひき	◎ ○ △		

■ うまくなる コツ

- いろいろな うごきに ちょうせん しよう
- ともだちの いい うごきを まねっこ しよう

■ まいじかんの きろく

じ	きょうの めあて・した こと	できばえ
1		◎ ○ △
2		◎ ○ △
3		◎ ○ △
4		◎ ○ △
5		◎ ○ △

■ たんげんの ふりかえり できるようになった こと・たのしかった ことを かこう

きかい・きぐをつかった うんどうあそび

マットあそび

くみ ばん なまえ



■ たんげんの めあて

■ できるように なりたい わざ できたら ◎○△に ○をつけよう

ゆりかご	◎ ○ △	まえころがり	◎ ○ △
うしろころがり	◎ ○ △	まるたころがり	◎ ○ △
かえるの あしうち	◎ ○ △	せなかで さかだち	◎ ○ △
かべのぼり さかだち	◎ ○ △	ブリッジ	◎ ○ △

■ うまくなる コツ

- あごを ひいて、おへそを みる
- 手のひらを しっかり つく
- まるく なって ころがる

■ まいじかんの きろく

じ	きょうの めあて・した こと	できばえ
1		◎ ○ △
2		◎ ○ △
3		◎ ○ △
4		◎ ○ △
5		◎ ○ △

■ たんげんの ふりかえり できるように なった わざを かこう

きかい・きぐをつかった うんどうあそび

てつぼうあそび

くみ ばん なまえ



■ たんげんの めあて

■ できるように なりたい わざ できたら ◎○△に ○をつけよう

ぶらさがり	◎ ○ △	とびあがり・とびおり	◎ ○ △
つばめ	◎ ○ △	ふとんほし	◎ ○ △
こうもり	◎ ○ △	あしぬきまわり	◎ ○ △
まえまわりおり	◎ ○ △		

■ うまくなる コツ

- おやゆびをしたから まわして にぎる
- おへそを てつぼうに ちかづける

■ まいじかんの きろく

じ	きょうの めあて・した こと	できばえ
1		◎ ○ △
2		◎ ○ △
3		◎ ○ △
4		◎ ○ △
5		◎ ○ △

■ たんげんの ふりかえり できるようになった わざを かこう

きかい・きぐをつかった うんどうあそび

とびばこあそび

くみ ばん なまえ



■ たんげんの めあて

■ できるように なりたい わざ できたら ◎○△に ○をつけよう

とびのり・とびおり

◎ ○ △

またぎのり・またぎおり

◎ ○ △

ふみこしとび

◎ ○ △

よこ とびこし

◎ ○ △

うまとび

◎ ○ △

■ うまくなる コツ

- りょう手を そろえて つく
- トン・トン・トーンの リズムで
- ひざを まげて ピタッと おりる

■ まいじかんの きろく

じ	きょうの めあて・した こと	できばえ
1		◎ ○ △
2		◎ ○ △
3		◎ ○ △
4		◎ ○ △
5		◎ ○ △

■ たんげんの ふりかえり できるように なった わざを かこう

きかい・きぐをつかった うんどうあそび

こていしせつあそび

くみ ばん なまえ



■ たんげんの めあて

■ あそぶ ばしょと うごき できたら ◎○△に ○をつけよう

ジャングルジム	◎ ○ △	うんてい	◎ ○ △
のぼりぼう	◎ ○ △	ろくぼく	◎ ○ △
たいこばし・へいきんだい	◎ ○ △		

■ うまくなる コツ

- りょう手でしっかり にぎる
- あしばを たしかめて うごく
- ぬれているときは あそばない

■ まいじかんの きろく

じ	きょうの めあて・した こと	できばえ
1		◎ ○ △
2		◎ ○ △
3		◎ ○ △
4		◎ ○ △
5		◎ ○ △

■ たんげんの ふりかえり できるようになった ことを かこう



はしる・とぶ うんどうあそび

くみ ばん なまえ

■ たんげんの めあて

■ できるように なりたい うごき できたら ◎○△に ○をつけよう

かけっこ

◎ ○ △

おいかけっこ・リレーあそび

◎ ○ △

ゴムとび あそび

◎ ○ △

ケンパー とび

◎ ○ △

はばとび あそび

◎ ○ △

たかとび あそび

◎ ○ △

かたあしとび・りょうあしとび

◎ ○ △

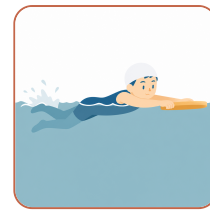
■ うまくなる コツ

- まえをみて、うでをふってはしる
- フワッととんで、ひざをまげてピタッ

■ まいじかんの きろく

じ	きょうの めあて・した こと	できばえ
1		◎ ○ △
2		◎ ○ △
3		◎ ○ △
4		◎ ○ △
5		◎ ○ △

■ たんげんの ふりかえり できるようになった ことを かこう



みずあそび

くみ ばん なまえ

■ たんげんの めあて

■ できるように なりたい こと できたら ◎○△に ○をつけよう

みずかけっこ	◎ ○ △	ワニさん・カニさん あるき	◎ ○ △
もぐりっこ（かおつけ）	◎ ○ △	ぶくぶく バブリング	◎ ○ △
だるまうき	◎ ○ △	ふしうき	◎ ○ △
けのび	◎ ○ △		

■ うまくなる コツ

- みずの なかで ゆっくり いきをはく
- ちからを ぬくと からだが うくよ
- プールサイドは あるく

■ まいじかんの きろく

じ	きょうの めあて・した こと	できばえ
1		◎ ○ △
2		◎ ○ △
3		◎ ○ △
4		◎ ○ △
5		◎ ○ △

■ たんげんの ふりかえり できるように なった ことを かこう

ゲーム

ボールゲーム・おにあそび

くみ ばん なまえ



■ たんげんの めあて

■ やってみる ゲーム できたら ◎○△に ○をつけよう

まとあて ゲーム	◎ ○ △	ころがし ドッジボール	◎ ○ △
シュート ゲーム	◎ ○ △	てつなぎおに	◎ ○ △
ふえおに	◎ ○ △	ことろことろ	◎ ○ △
たからとりおに	◎ ○ △		

■ うまくなる コツ

- ボールを さいごまで よく みる
- あいての いない ところを ねらう
- ルールを まもると もっと たのしい

■ まいじかんの きろく

じ	きょうの めあて・した こと	できばえ
1		◎ ○ △
2		◎ ○ △
3		◎ ○ △
4		◎ ○ △
5		◎ ○ △

■ たんげんの ふりかえり たのしかった ゲーム・がんばった ことを かこう



ひょうげんリズムあそび

くみ ばん なまえ

■ たんげんの めあて

■ やってみる こと できたら ◎○△に ○をつけよう

どうぶつに へんしん

◎ ○ △

のりものに へんしん

◎ ○ △

リズムに のって おどる

◎ ○ △

すきな うごきで おどる

◎ ○ △

みんなで あわせて おどる

◎ ○ △

■ うまくなる コツ

- おおきく うごく と かっこいい
- 「なりきる」の が いちばんの コツ

■ まいじかんの きろく

じ	きょうの めあて・した こと	できばえ
1		◎ ○ △
2		◎ ○ △
3		◎ ○ △
4		◎ ○ △
5		◎ ○ △

■ たんげんの ふりかえり へんしんできた もの・たのしかった ことを かこう

■ きょうの うんどうと めあて

■ できたかな（かおに ○を つけよう）

めあてが できた	  
あんぜんに きを つけた	  
ともだちと なかよく できた	  

■ みつけたよ・できたよ コツ・できるようになったこと

■ きょうの うんどうと めあて

■ できたかな（かおに ○を つけよう）

めあてが できた	  
あんぜんに きを つけた	  
ともだちと なかよく できた	  

■ みつけたよ・できたよ コツ・できるようになったこと
