

【ふり返り】は、子供自身の学習改善について書くことができるように促す。

先生からのコメント

○自分の運動の振り返りや次時のめあて（やりたいこと）が書けていない児童には、

上から1つ目の□

『〇〇だったから』、『□□したい。』を使って書くといいよ。』

にチェックする。

○何を高めるために運動を行っているのかが書けていない児童には、

上から2つ目の□

「ふり返りの中に、高めたい動きや高まった動きを書くといいよ。」

にチェックする。

○ポイントについて書けていない児童には、

上から3つ目の□

「ふり返りの中に、動きのポイントについて書くといいよ。」

にチェックする。

○上記3つの内容が書けている児童には、

上から4つ目の□

「よいふり返りだね！！ その調子で学習に取り組もう。」

にチェックする。

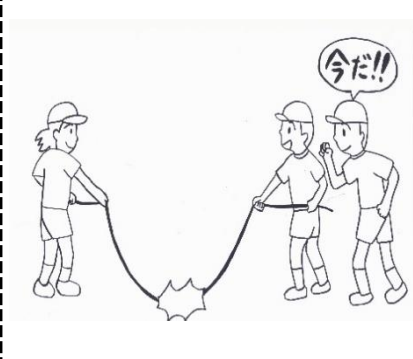
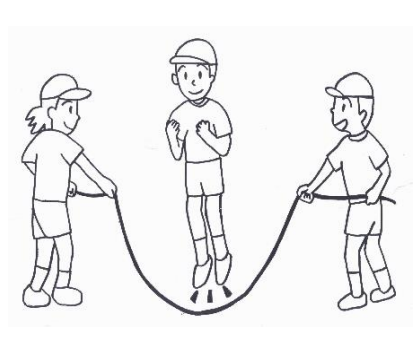
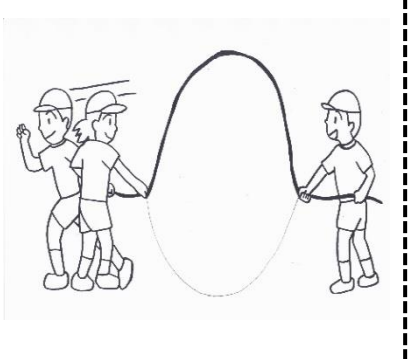
体の動きを高める運動

1時間目 月 日 ()

◎単元のめあて、今日のめあて

『かつどん』を使って、体の動きを高めよう！

もとの動き 長なわの中に入って、1回とんで、外に出る。

入る	とぶ	出る
		

体の動きを高めるために、どんなことに気を付けて運動するとよいですか？

【ふり返り】 『〇〇だったから、次は(次も)□□したい。』を使って書こう！

先生からのコメント

- 「〇〇だったから、」「□□したい。」を使って書くといいよ。
- ふり返りの中に、高めたい動きや高まった動きを書くといいよ。
- ふり返りの中に、動きのポイントについて書くといいよ。
- よいふり返りだね！！ その調子で学習に取り組もう。

体の動きを高める運動

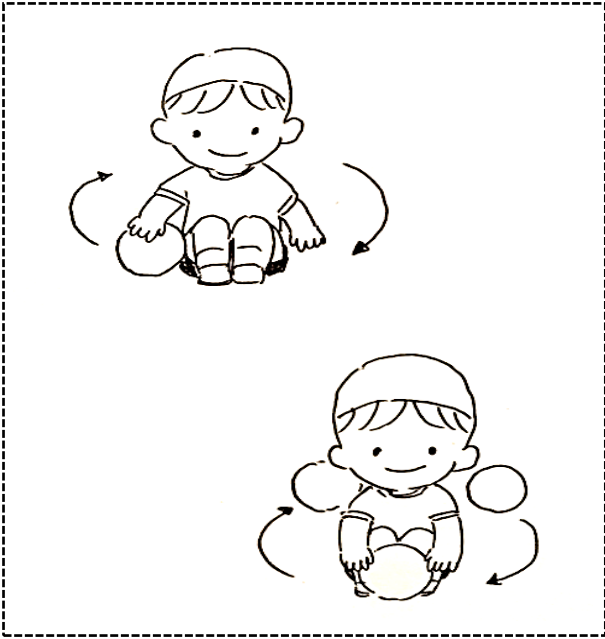
2時間目 月 日 ()

◎今日のめあて

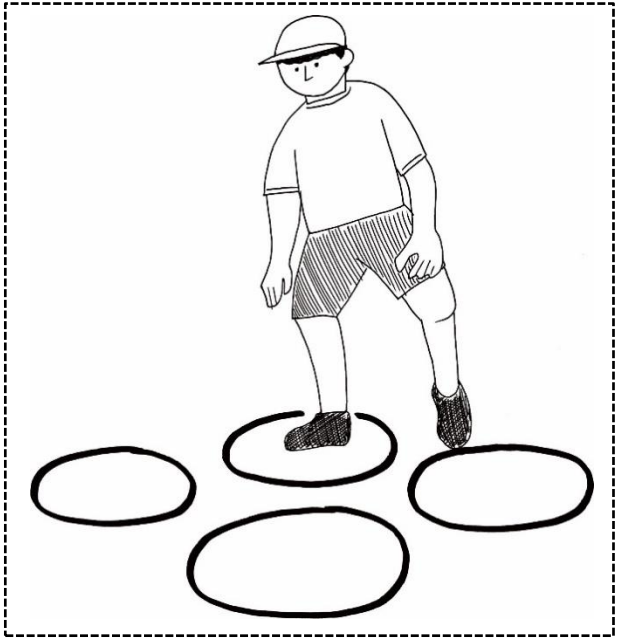
『ボール転がし』と『ケンステップ走路』で、体の動きを高めよう！

【もとの動き】

ひざを曲げた姿勢で上体を曲げ、
体の周りでボールを転がす。



左右の足を交互に使い、
リズムカルに走ったり、とんだりする



【ふり返り】『〇〇だったから、次は（次も）□□したい。』を使って書こう！

先生からのコメント

- 「〇〇だったから、」「□□したい。」を使って書くといいよ。
- ふり返りの中に、高めたい動きや高まった動きを書くといいよ。
- ふり返りの中に、動きのポイントについて書くといいよ。
- よいふり返りだね！！ その調子で学習に取り組もう。

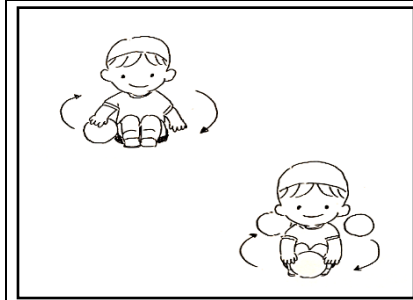
体の動きを高める運動

3時間目 月 日 ()

◎今日のめあて

『ボール転がし』、『長なわ』、『ケンステップ走路』で、もっと体の動きを高めよう！

【もとの動き】



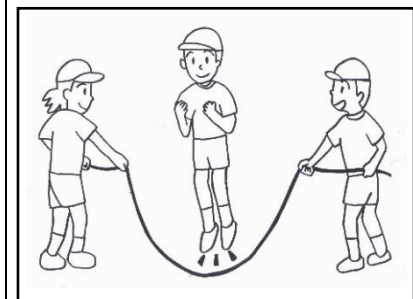
体のやわらかさを高める運動

【体の動く範囲はんいを広げるための工夫】

姿勢	人数	用具	方向
----	----	----	----

【工夫したい動き】

文字や絵、図などで表そう。

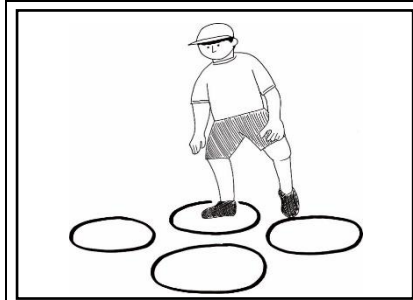


たくさん動きを高める運動

【前半：工夫の視点】

リズム	姿勢	人数
用具	方向	

文字や絵、図などで表そう。



たくさん動きを高める運動

【後半：工夫の視点】

リズム	姿勢	人数
用具	方向	

文字や絵、図などで表そう。

【ふり返り】『〇〇だったから、次は（次も）□□したい。』を使って書こう！

先生からのコメント

- 「〇〇だったから、」「□□したい。」を使って書くといいよ。
- ふり返りの中に、高めたい動きや高まった動きを書くといいよ。
- ふり返りの中に、動きのポイントについて書くといいよ。
- よいふり返りだね！！ その調子で学習に取り組もう。

体の動きを高める運動

4時間目 月 日 ()

◎今日のめあて

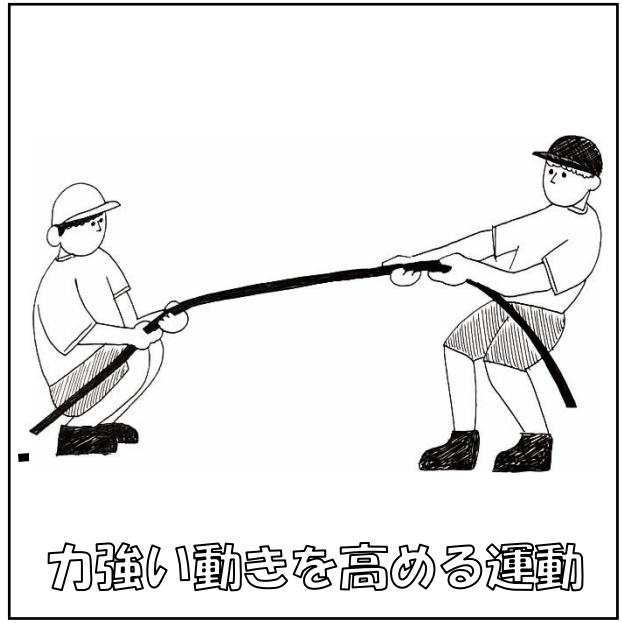
『ゴムひも』と『人運び』で、体の動きを高めよう！

【もとの動き】

手を使わずに、
横向きでくぐったり、またいだりする。
(ゴムの高さ) …ひざ、腰、ひざ、腰



フープの中から動かずに、
仲間をたぐりよせる。



【ふり返り】『〇〇だったから、次は（次も）□□したい。』を使って書こう！

先生からのコメント

- 「〇〇だったから、」「□□したい。」を使って書くといいよ。
- ふり返りの中に、高めたい動きや高まった動きを書くといいよ。
- ふり返りの中に、動きのポイントについて書くといいよ。
- よいふり返りだね！！ その調子で学習に取り組もう。

体の動きを高める運動

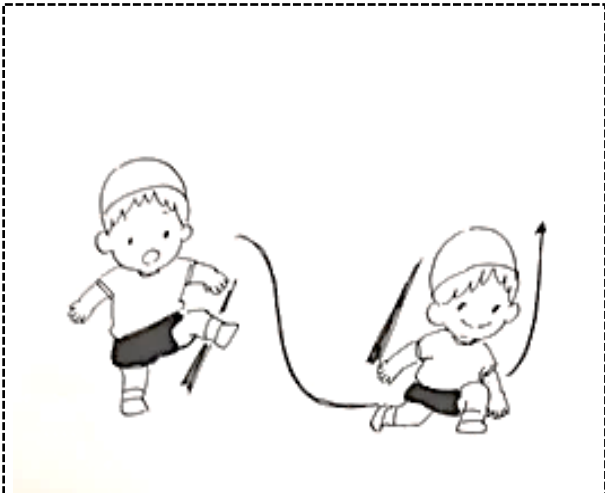
5時間目 月 日 ()

◎今日のめあて

『ゴムひも』と『ロールマットすもう』で、体の動きを高めよう！

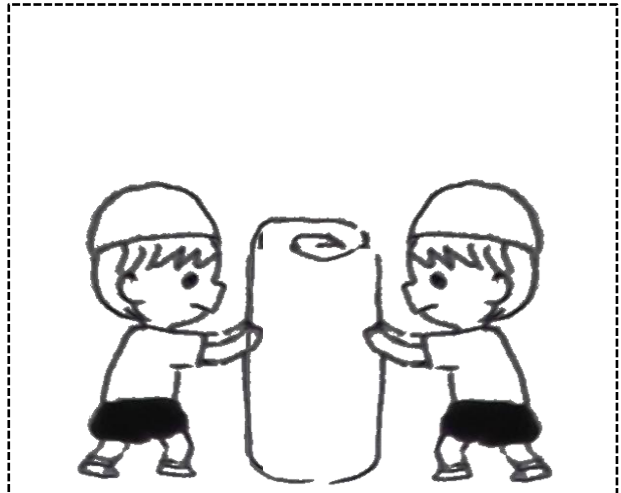
【もとの動き】

手を使わずに、
横向きでくぐったり、またいだりする。
(ゴムの高さ) …ひざ、腰、ひざ、腰



体のやわらかさを高める運動

お互いがマットに
体を付けた状態から、前に押し出す。



力強い動きを高める運動

【ふり返り】『〇〇だったから、次は（次も）□□したい。』を使って書こう！

先生からのコメント

- 「〇〇だったから、」「□□したい。」を使って書くといいよ。
- ふり返りの中に、高めたい動きや高まった動きを書くといいよ。
- ふり返りの中に、動きのポイントについて書くといいよ。
- よいふり返りだね！！ その調子で学習に取り組もう。

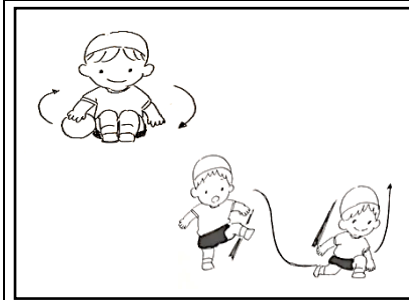
体の動きを高める運動

6時間目 月 日 ()

◎今日のめあて

『ボール転がし or ゴムひも』、『人運び』、『ロールマットずもう』で、もっと体の動きを高めよう！

【もとの動き】



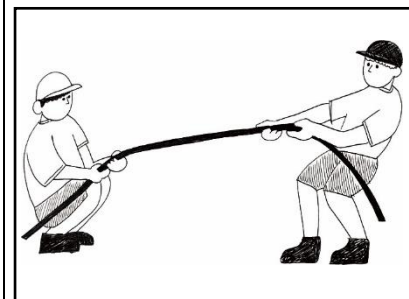
体のやわらかさを高める運動

【体の動く範囲を広げるための工夫】

姿勢	人数	用具
方向		

【工夫したい動き】

文字や絵、図などで表そう。

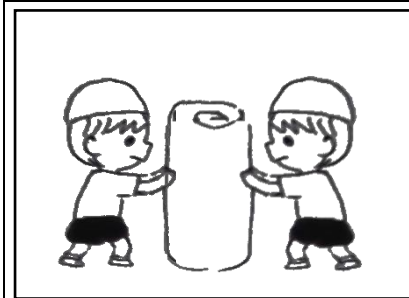


力強い動きを高める運動

【前半：工夫の視点】

リズム	姿勢	人数
-----	----	----

文字や絵、図などで表そう。



力強い動きを高める運動

【後半：工夫の視点】

姿勢	人数	用具
----	----	----

文字や絵、図などで表そう。

【ふり返り】『〇〇だったから、次は（次も）□□したい。』を使って書こう！

先生からのコメント

- 「〇〇だったから、」「□□したい。」を使って書くといいよ。
- ふり返りの中に、高めたい動きや高まった動きを書くといいよ。
- ふり返りの中に、動きのポイントについて書くといいよ。
- よいふり返りだね！！ その調子で学習に取り組もう。