

学習プリント 体育 2年

() 組 名前 ()

★ 気をつけること

- ・ うんどうをするまえに、まわりにもものがないかをたしかめましょう。
- ・ じゅんぴ運動をしてからはじめ、休けいをしながらやりましょう。
- ・ お家の人や、ちかくにすんでいる人の、めいわくにならないようにしましょう。

☆つぎのうんどうを、5かいずつしましょう。

○うで あるき



うでだけで まえに

○足くびもち あるき



まえに うしろに

○おしり あるき



まえに うしろに 右に 左に

○回転ジャンプ



右まわり
左まわり
右まわり・左まわりの
れんぞく

○ケン ケン パ



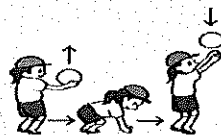
右・右・手足をパッ
左・左・手足をパッ
右・左・手足を大きくパッ
左・右・手足を大きくパッ

○キャッチ

※ボールをつかう (まるめた かみ でもよい)
(せ中で) (ゆかタッチ)



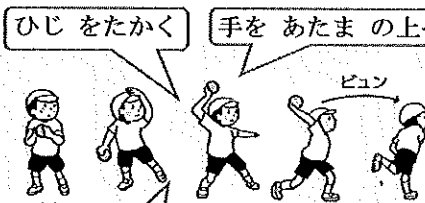
だんだんたかく



なんかいたたけるかな

○ボールの投げ方

※ボールをもたずにやってみよう



よこむき

前足を前へ

ひじをたかく

手をあたまの上へ

ビューン

ビューン

(マットのかわりになるものがあれば、その上でやりましょう。)

○ゆりかごから立つ



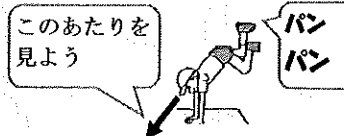
からだをまるめて
ゆーら ゆーら シュッ

○うさぎとび



ついた手のいちより前に足をつく
ピョン パッ シュッ

○かえるのあしうち



このあたりを見よう
パン パン

運動をした日

月	日	月	日	月	日
月	日	月	日	月	日