

ドッジボール(人数分)

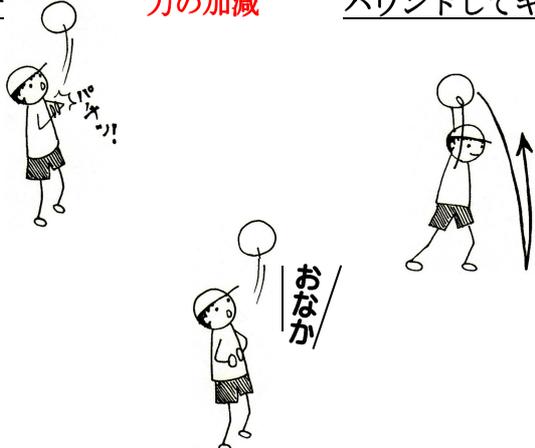
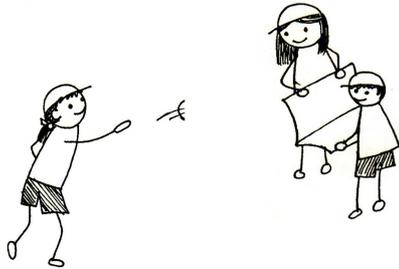
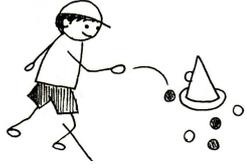
新聞紙

紅白玉(運動会の玉入れで使う玉)

児童が注意するポイント



ボール運動①

	<p><u>準備運動</u> バランス感覚 目をして「かかし」のポーズ</p> 	<p>バランスをとりながらポーズを続ける。</p>
<p>1</p>	<p><u>手をたたいてキャッチ</u>      力の加減      <u>バウンドしてキャッチ</u></p> <p><u>さわってキャッチ</u> ・さわる場所を言う。</p> <p>おなか</p> 	<p>力の入れ方に注意する。</p>
<p>2</p>	<p><u>協力新聞紙キャッチ</u>      協力、力の加減</p> <p>・投げる人(1人)が紅白玉を投げ、とる人(2人)は広げた新聞紙で落とさないように協力してキャッチする。</p> 	<p>力のぬき方に気をつける。</p>
<p>3</p>	<p><u>赤玉白玉ペタンク</u>      力の加減</p> <p>・赤組と白組にわかれる。赤組は赤玉を白組は白玉を1人につき3個ずつ持つ。 ・1人1個ずつコーンに向かってオーバースローで投げる。 ・全員が投げ終わって、コーンに一番近い玉の色のチームが勝ち。</p> 	<p>力の入れ方に気をつける。</p>