

## 感染リスクを低減して 楽しめる運動

以下は、体づくり運動(遊び)の運動例であり、必ずしもこの通りに実施しなければならないものではありません。授業実施の際は、各校の年間指導計画をもとに、児童の実態に合うように工夫してください。全て距離を保ったままできます。



**⚠ 授業前後の手洗い、健康観察、マスクを外して活動する場合は2m以上離れる、換気、用具の消毒など、新型コロナウイルス感染症対策を十分に行ってください。また、熱中症予防に配慮してください。**

### 【多様な動きをつくる運動(遊び)】※中学年

～(オ)基本的な動きを組み合わせる運動～

バランスをとりながら移動する

ステッキ使いの達人

新聞紙で作った棒を手のひらに乗せ、バランスをとりながら、自分のスペース内を歩く。

用具を操作しながら移動する

フープと仲良し

片手でフープを回しながら、自分のスペース内を歩く。



用具を操作しながらバランスをとる

フープと仲良し

片手でフープを回しながら、片足立ちをする。