

令和3(2021)年度 第2回幼少期の体力向上サポート研修会 実施報告

研修会内容

- 1 日時 令和3(2021)年10月26日(火) 9時00分から12時00分
- 2 会場 栃木県立県北体育館 サブアリーナ
- 3 参加者 15名(幼稚園・保育園・認定こども園教諭、総合型地域スポーツクラブ指導者等)
- 4 講師 宇都宮共和大学教授 河田 隆 先生
- 5 内容 実技「運動遊び指導の目的と展開法」 手具的運動(ボールと縄)の運動遊び



○2人組で立ち上がる運動



○紙を頭に乗せて、正しい姿勢の保持



○3人組で縄を回し、縄を跳ぶ運動



○縄の使用例 縄で「家」を表現



○テニスボールを使って、投げる運動



○2人組で縄を引っ張り、テニスボールをはさみ上げる運動遊び