



5月 体育指導

令和7年5月7日（水）
幼保連携型認定こども園
いちぶちどり保育園



講師のエール株式会社 谷垣勝先生です。
体育指導を通して、さまざまな運動遊具を使った遊びを谷垣先生から教えていただきます。教えていただいたことを子ども達と一緒に楽しみながら、日々の運動遊びに取り入れていきます。



にじぐみ

ねらい…様々な運動遊具に触れ、身体を動かすことを楽しむ
内容…マット（ジャンプ・くま歩き・川歩き）
鉄棒ぶら下がり（グーパー・お尻フリフリ）



マットの間を
ジャンプ！



お尻をあげて
くま歩き！



鉄棒にぶら下がり
足をグーパーしたよ！

ほしぐみ

ねらい…全身を使った運動を通してバランス感覚や体の使い方を
知る
内容…マット（ジャンプ・くま歩き）
鉄棒ぶら下がり（グーパー）、椅子を使った前転



横向きくまさんを
したよ！



鉄棒ぶらぶら～



くると前転
できたよ！

そらぐみ

ねらい…鉄棒のぶら下がりを通して、心と体の力みをとる。
内容…鉄棒にぶら下がりグーパー、グーチョキパージャンプ、
平行棒（こんにちは・逆上がり）



鉄棒にぶら下がり
グーパーグーパー



平行棒にぶら下がり
こんにちはー！



グーチョキパー
ジャンプに挑戦！

ゆめぐみ

ねらい…開脚歩きや跳び箱からのジャンプ遊びを通してイメージ
通りに体を動かすことができるようになる
内容…跳び箱からジャンプ遊び・開脚歩き・二人組跳び箱
どんどん跳び



せーの！！

がんばるよ！



みんなで
チャレンジするよ～！

