

小学1年

体育

とびばこあそび

とびのる・とびおりる・またぐ あそび

じぶんで かんがえて かきましょう。わからない ときは、QRコードで とうがの ばめんを 見よう。

- ① 「マットが ずれて いたら なおす」「まへの ひとが マットに いるのに はじめる」「じぶんに あった たかさを えらぶ」の なかで、しては いけないのは どれですか。



とうがで 見る
ばめん 5
「じゅんばんと あんぜん」

- ② とびばこから とびおりる ときは、どのように おりますか。



とうがで 見る
ばめん 2
「とびのる・とびおりる」

- ③ とびばこで あそぶ ときに たしかめる ことを ひつつ いって みましよう。



とうがで 見る
ばめん 5
「じゅんばんと あんぜん」

とびばこあそび

とびのる・とびおりる・またぐ あそび

- ① 「マットが ずれて いたら なおす」「まえのひとが マットに いるのに はじめる」「じぶんに あった たかさを えらぶ」の なかで、しては いけないのは どれですか。

ヒント じゅんばんを まもる ことを おもいだそう。

こたえ 「まえのひとが マットに いるのに はじめる」です。おりて くる ひとと ぶつかって、けがを する ことがあります。まえのひとが マットから はなれてから はじめます。

- ② とびばこから とびおりる ときは、どのように おりますか。

ヒント あしの どこを まげるかな。

こたえ ひざを まげて、やわらかく おります。「とびおりる」ときの たいせつな ことです。

- ③ とびばこで あそぶ ときに たしかめる ことを ひとつ いって みましょう。

ヒント はじめる まえに、マットを みて みよう。

こたえ たとえば「マットが ずれて いたら なおす」ことです。ほかにも「じゅんばんを まもる」ことや「じぶんに あった たかさを えらぶ」ことがあります。