

令和3年度 年間カリキュラムと指導目的

4歳 指導案

月	種目	指導内容	指導目的	
4	集団行動 マット	「きをつけ」「やすめ」を行う ジャンプ・陣取りゲーム	正確な運動を覚える 周りの色(フープ)を見て素早く動いている	マット運動(逆立ちやジャンプ練習)
5	マット運動	前転 走って～前転 逆立ち	正しい形で前転ができているか 走って止まらずに前転ができるか 目線や手の付き方が出来ているか	
6	マット運動②	前転 走って～前転 側転	正しい形で前転ができているか 走って止まらずに前転ができるか 目線や手の付き方が出来ているか	
7	跳び箱	助走～ゲージャンプ 「パワートレーニング」	正しい形でジャンプ出来ているか	
8	跳び箱②	助走～ゲージャンプ 5～7段 に挑戦	正しい形でジャンプ出来ているか	
9	運動会の練習	運動会 バルーン練習		
10	ボール遊び	バクダンドッジボール	敏捷性を養う ルールを理解しボールから逃げる	ブリッジ練習
11	鉄棒	肘を曲げたキープ プタさん(足を使って鉄棒にしがみつく) 逆上がり	ぶら下がる為の握力を身につける 途中で手を離してはいけない危険性を教える 正し出来ているか	
12	鉄棒	逆上がり	正しく出来ているか	
1	なわとび	前とび 後ろとび	正しい手の回し方が出来ているか 正しくジャンプ出来ているか リズムが取れているか	逆立ち練習
2	なわとび	同上	同上	
3	遊び	バクダンドッジボール なわとび 鬼ごっこ	状況に応じて変更する	

* 変更の場合もあります。