



Colorful
friend's

どんなポーズにしようかな？(バランス) 所要時間：15分

このプリントで鍛えられるスキル

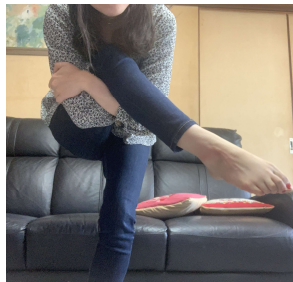
バランス力、発想力、積極性、模範、説明力

用意するもの

動きやすい服装、大きく動ける場所

やり方

- ①初めは説明として大人がポーズを考え、みんなでそのポーズの練習をする。
- ②1度ポーズをやめて、「いくよー！せーの」の声掛けで再度ポーズを取り、20秒数える。
- ③20秒経ったらみんなで拍手、今度はお子さんにポーズを考えてもらう。
- ④「右足を上げて、左手を顔の前でパーにして…」など具体的に説明をするよう促して説明力UP！
- ⑤練習後、1度ポーズをやめて「いくよー！せーの」の声掛けで再度ポーズを取り、20秒数える。
- ⑥3～6までを数回繰り返す。



ポイント

- ・ポーズは片足で立つものにする。
- ・「あと〇回やるよ！」と声かけをすると、見通しが立って集中しやすい。
- ・ポーズを考えてくれたお子さん、バランスを取ることを頑張ったお子さん、一人一人大げさに具体的に褒めるようにする。（何がどうすごいのか、何をどう頑張っていたのかなど）