

<p>【教材・教具名】 ラダートレーニング</p>	<p>【教科・領域】 自立活動・保健体育</p>
<p>【教材の使用材料】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 綿ひも × 2 ・ ストレッチマット ・ ビニルテープ 	
<p>【ねらい】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ ステップを覚えて素早く行うことができるようにする。 ・ 一連の動きをスムーズに行うことができるようにする。 ・ 日常生活では行うことのない動きをする。 	
<p>○使用方法</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 廊下などの広い場所でラダーを広げ、使用する子どもの歩幅に合わせてマス大きさを調整して使用する。  <p>○工夫した所</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 使用する子どもの歩幅に合わせてマス大きさを調整できるように、ひもとマットの部分をあえて固定せず、自由に調整できるようにした。 	
<p>○効果</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 敏捷性の向上 ・ 巧緻性の向上 ・ 基礎的な体力の向上 	
<p>○参考文献</p>	