

# 令和3(2021)年度 第3回幼少期の体力向上サポート研修会 実施報告

## 研修会内容

- 1 日時 令和3(2021)年12月4日(土) 9時00分から12時00分
- 2 会場 マルワ・アリーナとちぎ 栃木市総合体育館 サブ競技場
- 3 参加者 11名 (保育園・認定こども園教諭、小学校教諭、総合型地域スポーツクラブ指導者 専門学校学生 等)
- 4 講師 宇都宮共和大学教授 河田 隆 先生
- 5 内容 実技「運動遊び指導の目的と展開法」 手具的運動(ボールと縄)の運動遊び

### ○正座で姿勢を正す



### ○縄を一直線に置き、ステップを踏む



### ○縄で輪を作り、その周りを走る



### ○テニスボールを投げ上げて拍手する



### ○ボールをバウンドさせてその周りを走る



### ○2人組でテニスボールを投げて、捕球する

