

体づくり運動⑦

【体の柔らかさを高める運動・巧みな動きを高める運動】

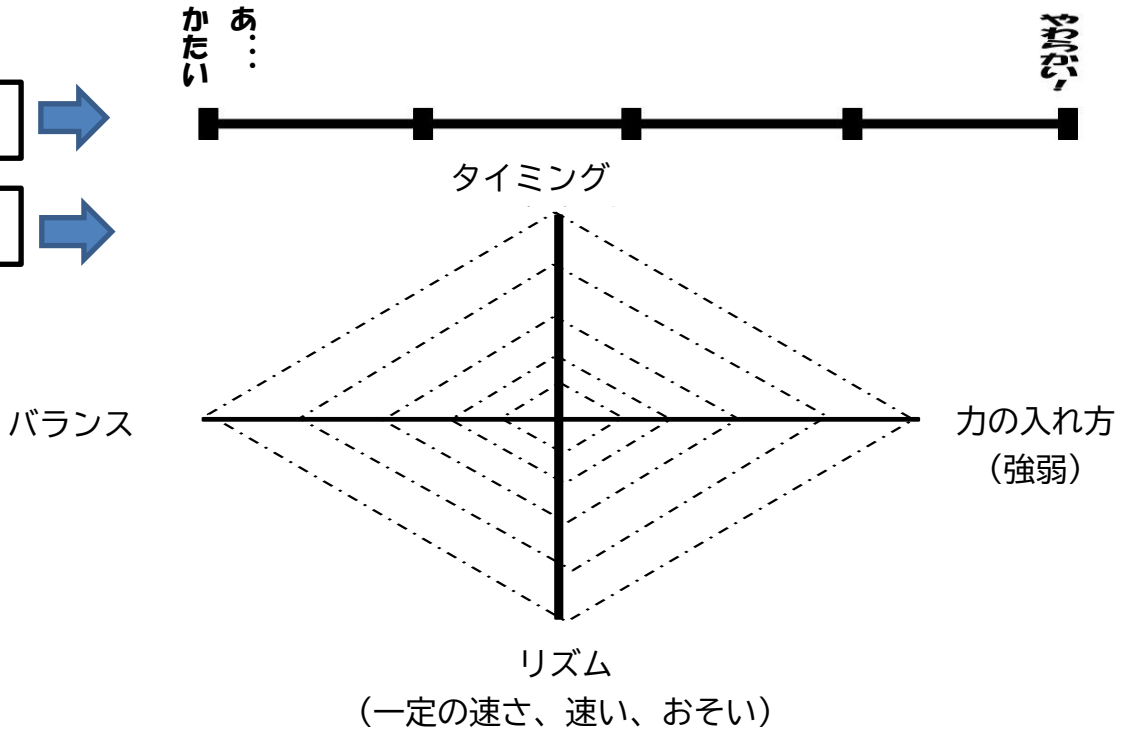
名前： _____

めあて

動きの高まりは？

体の柔らかさ

巧みな動き



振り返り（**図**や**絵**と**文**を使って、振り返りをレベルアップさせよう！）

<自分たちが工夫した動きとそのポイント>

○○を使って、△△な動きをした。

○○すると△△が高まった。

ポイントは～～～。

高まったのは、～～～。

○○は高まらなかったが、

～～すると高まりそう。

<どうやって動きを高めればよいか>