

人材バンク “魅学” プログラム例記入書

登録者名 (団体名) 出海 由美子

プログラム名	3B体操 (対象) 親子		
プログラムのねらい	遊びながら、親と子が同じ目線で楽しむことができる体操。 子育てママとの交流も深めることができる。		
講座名・テーマ 学習分野等	学 習 内 容 等 (具 体 的 に)	時間数 (分・時間)	備 考 (備品等)
	○ウォーミングアップ	5分	
	○ロボットになりきってみんなとあいさつ	5分	
	○親の体を使って子供とのふれあい遊び	10分	
	○手遊び	5分	
	○ベルとベルターでおさんぽバランス運動	10分	
	○ベルはしご (またいだり、ジャンプしたり、トンネルしたり)	10分	
	○ダンス	5分	
	○クールダウン	5分	
	— 約1時間のプログラム —		