フォームチェックシート（小1・マット運動：転がり運動）

このシートは、ごろごろ転がる・横に転がるなどの『転がり運動』に取り組む子どもたちのためのフォームチェックリストです。

# 【基礎編】

転がりに慣れることを目的とした基本的な観点です。

・まっすぐにねころべたかな？　□できた　□もうすこし

・からだをまるくして転がれたかな？　□できた　□もうすこし

・て・あし・あたまがマットにつかなかったかな？　□できた　□もうすこし

・やさしくゆっくり転がれたかな？　□できた　□もうすこし

・さいごまで止まらずに転がれたかな？　□できた　□もうすこし

# 【発展編】

転がる方向をコントロールする、回数を増やすなどの発展的な観点です。

・まっすぐな方向に転がれたかな？　□できた　□もうすこし

・きめられた回数だけ転がれたかな？　□できた　□もうすこし

・転がる前と後にポーズがとれたかな？　□できた　□もうすこし

・ともだちと順番をまもって活動できたかな？　□できた　□もうすこし