

体育の学習は、着替えに始まり、着替えで終わる

1. 5分休みの間に着替える
2. 服をきちんとたたむ
3. 決められた場所にきちんとしまう

-
- 体育の学習の約束づくりの一番目とっていいでしょう。
まず始めに、着替えについてです。ポイントは、上の三つです。
 - 5分休みの間にと書きましたが、できれば3分間で着替えられるとよいでしょう。
タイマーや砂時計といった、目に見えるもので状況をつかませながら、3分間で着替えが終われるようにしていきましょう。
 - きちんとたたんだ服を座面において、机の下にイスを入れるという方法や、きちんとたたんで体操袋に入れてロッカーや所定のつり下げ場所にかけるという方法など、学校での約束を低学年から身につけられるようにしていきましょう。
 - 学習を終えて教室に戻り、着替えをするときに、汗の始末や水分補給の仕方なども指導をしておくといよいでしょう。
汗ふき用のタオルの用意や水筒の持参など、学校の約束とも関係してくるので十分に協議し
子どもの保健面からのケアもできるようにしていきましょう。