

全体の流れと安全指導

1. 各種目の説明と安全指導



2. 準備運動



3. 練習



4. 競技



5. 片付け



6. 結果発表



【安全指導】

1. 準備運動をしっかりする
 - ・「ケガをしないために準備運動をしっかりしましょう。」
2. 競技中
 - ・「色々な道具を使うので自分だけでなく、他の人にケガをさせないように気をつけましょう。」
 - ・「また、グループごとの間隔を十分にとるようにしましょう。」
3. 無理はしない
 - ・「体調が優れなかったり、ケガをしている人は無理をしないようにしましょう。」

※合い言葉は

あ	→	安全に
い	→	一生懸命に
し	→	真剣に
た	→	楽しく