

教材・教具名

風船を使った軽いボール

教科・領域等

体 育



ねらい

- ・一般的なボール（バレーボール、バスケットボール）では、「かたい」「痛い」「思うように扱えない」など、苦手意識をもってしまいが、風船なら気楽に触ることができる。

使い方

- ・体育の授業などでボール運動の際に一般的なボールの代わりに使用する。

備考

- ・風船そのままだと軽すぎて使いにくいので、ビニールテープを巻いて重さを調整する。
- ・リフティング、バレーボールなど、活動によって巻くテープの量を変える。