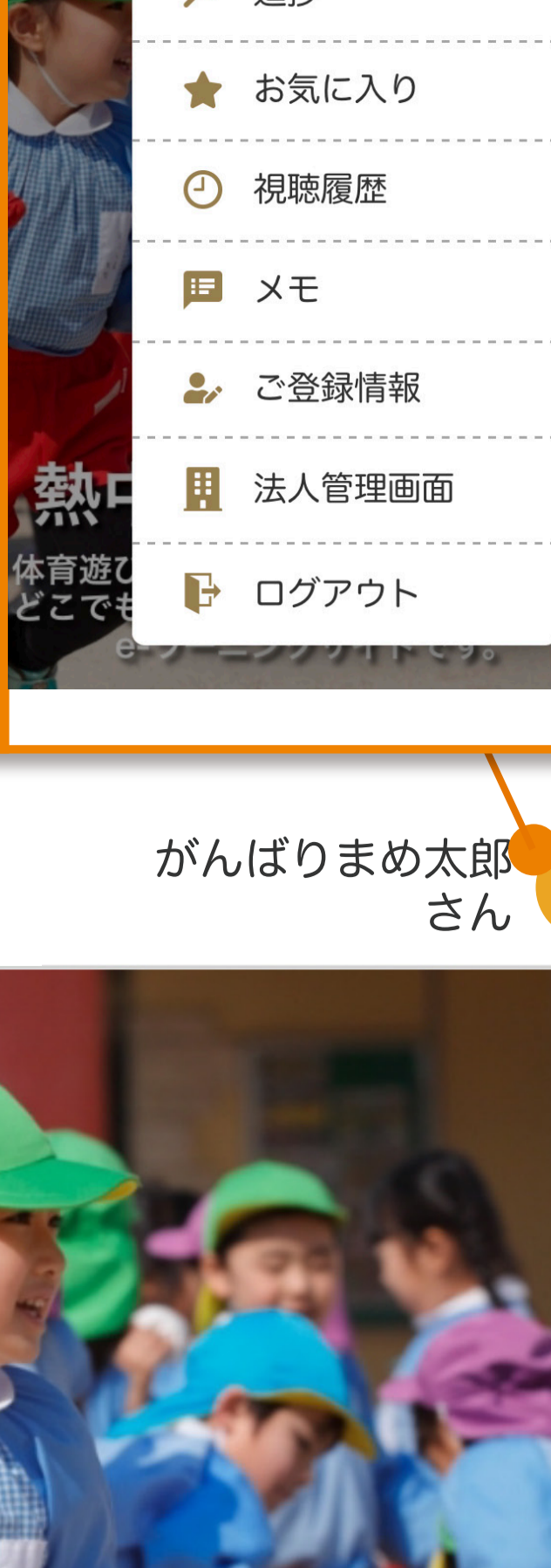


講座視聴に関する  
便利機能や  
ご契約のお手続き、  
登録情報の変更は  
こちらから



ドットコムへ  
ようこそ!

まずはここから始めよう!

安田式の基本的な理論や代表的な遊びなどが詰まった特集です。

全て見終わるとTOP画面から消えますが特集一覧ページから見直すことができます。

**PICK UP!**

★ 安田式とは？まず観てほしい講座

がんばりまめドットコムによろこそ。まずはこれから！という学びのスタートを応援する動画特集です。是非楽しんで、ともに学んで参りましょう！ (注意) この特集の全ての動画の視聴が完了したらTOP画面から消えます。

★ 安田式とは

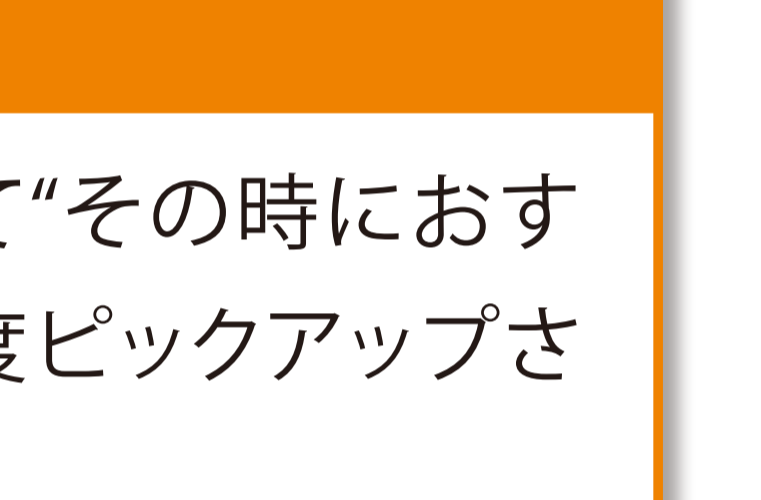
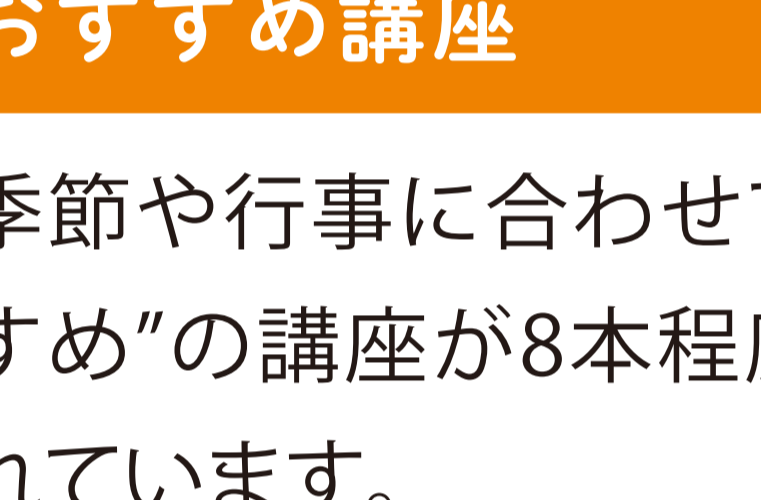
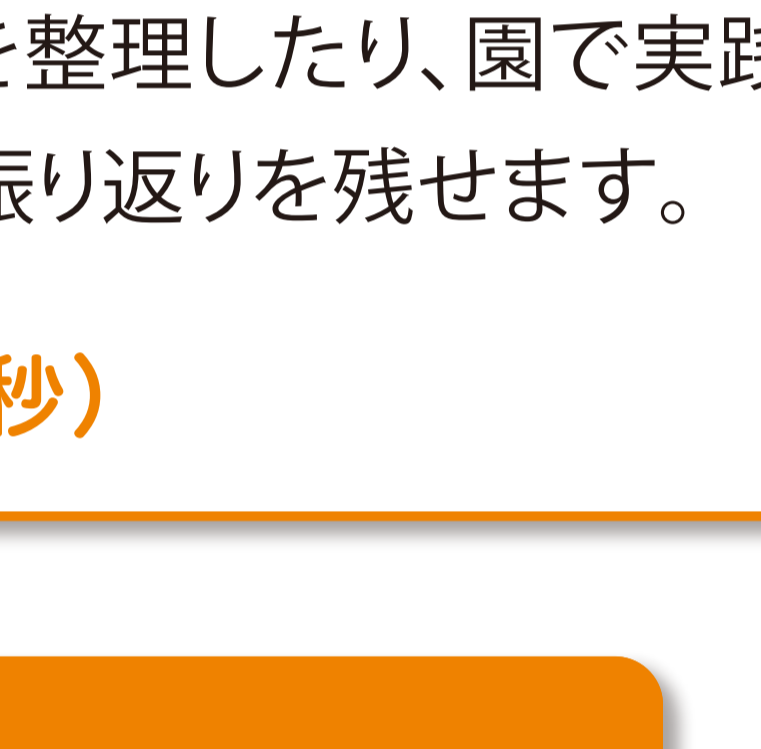
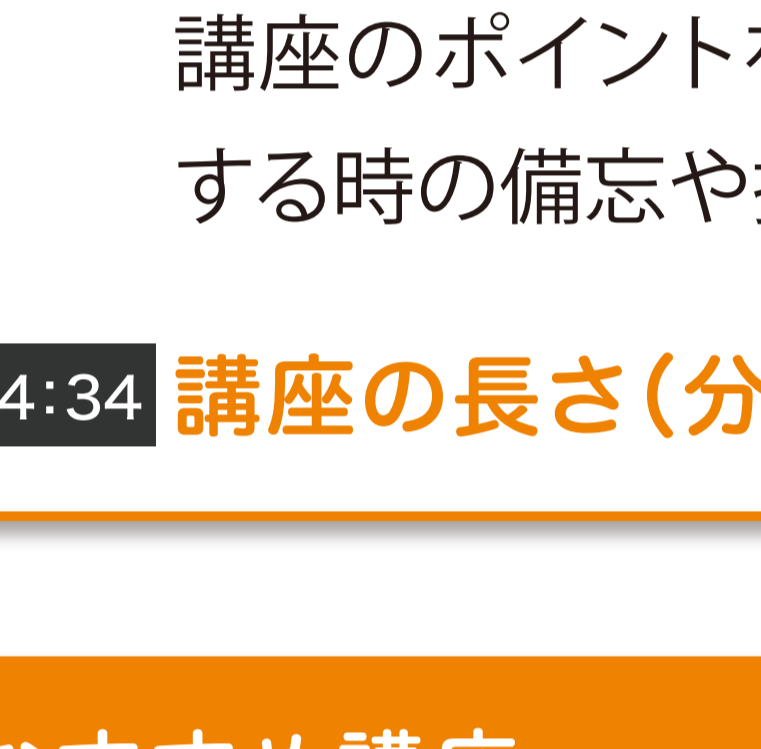
2:31

特集入口

★ 転がる

2:40

横転  
横転の回遊サーキットです。マットでケンケンや跳び箱ウサギ、帰りは床で横転。転がることを楽しもう!



アイコンの見方

✓ **視聴完了**  
チェックの数だけ進捗が進みます。

★ **お気に入り**  
実際にやってみたら盛り上がった遊びや、定期的に見返したい講座、忙しいからあとで観たい講座はお気に入りに登録しておくことで簡単に探せます。アイコンを押すと登録 / 解除 が出れます。



✎ **メモがある講座**  
講座のポイントを整理したり、園で実践する時の備忘や振り返りを残せます。

4:34 **講座の長さ(分秒)**

おすすめ講座

季節や行事に合わせて“その時におすすめ”の講座が8本程度ピックアップされています。

おすすめ講座・特集

📁 安田式とは？まず観てほしい講座 Update ☆

📺 かけっこ

6:22

年少クラス室内サーキット Part1  
マットを使った室内サーキットです。説明せずすぐ動きます。クマさんハイハイ(前後)・足変えケンケン・グーパージャンプ...

📺 親子体操

3:11

かくらべ(押しあう・引っ張る)  
親が座った状態で子供と向かい合います。子供が全力を出して親を押ししたり引っ張ったりして力比べをします。

📺 台上前転

2:55

台上前転#2  
子供達の「跳ぶぞ!」という気持ちを高めながら、より高い段の台上前転にチャレンジしてみましょう。

📺 その他

2:15

集まりっこ遊び  
先生の号令に合わせて目印に集まる遊びです。瞬時に反応して集まることや、仲間と共感して一緒に集まることを楽しみます。

FEATURE 特集

テーマごとに学べる「特集」  
ドットコムの多種多様な講座がテーマごとにまとまっています。こどもの成長目標や遊びの計画など、目的に応じた講座が探せます。

講座の検索

思いつく単語で検索したり、キーワードを選んで講座を探せます。  
**両方組み合わせると絞り込み検索ができます。**

🔍 講座検索

カテゴリから探す

- 🎓 理論講座
- 🎮 サーキット&リレー
- 👤 遊びの紹介
- 🖋️ 遊びの展開
- 📖 技の達成
- 🎥 がんばりまめMovie
- 🎓 その他の特集

キーワードから探す

🔍 フリーワード  
遊び、遊具、用具の名前などで検索

画面一番上にもフリーワードの検索ボックスがあります。  
どのページにいても検索ができて便利!

講座一覧   特集一覧   使い方ガイド    🔍

まだ観ていない講座、資料付きの講座など条件を足すとさらに検索精度アップ!

未視聴    視聴済み    お気に入りのみ    メモあり

資料あり

検索

お知らせ

- 2023/06/09** 研修会  
【開催情報】7月~9月開催予定の研修会
- 2023/05/30** 講座情報  
「ジャンケン回遊サーキット(3つの動作)」をアップしました!
- 2023/05/23** 講座情報  
「異年齢伝承 かけっこボール置き換えリレー(2歳~年長)」をアップしました!

▶ お知らせの一覧を見る

## 講座視聴

### ロゴを押すとトップ画面に戻れます

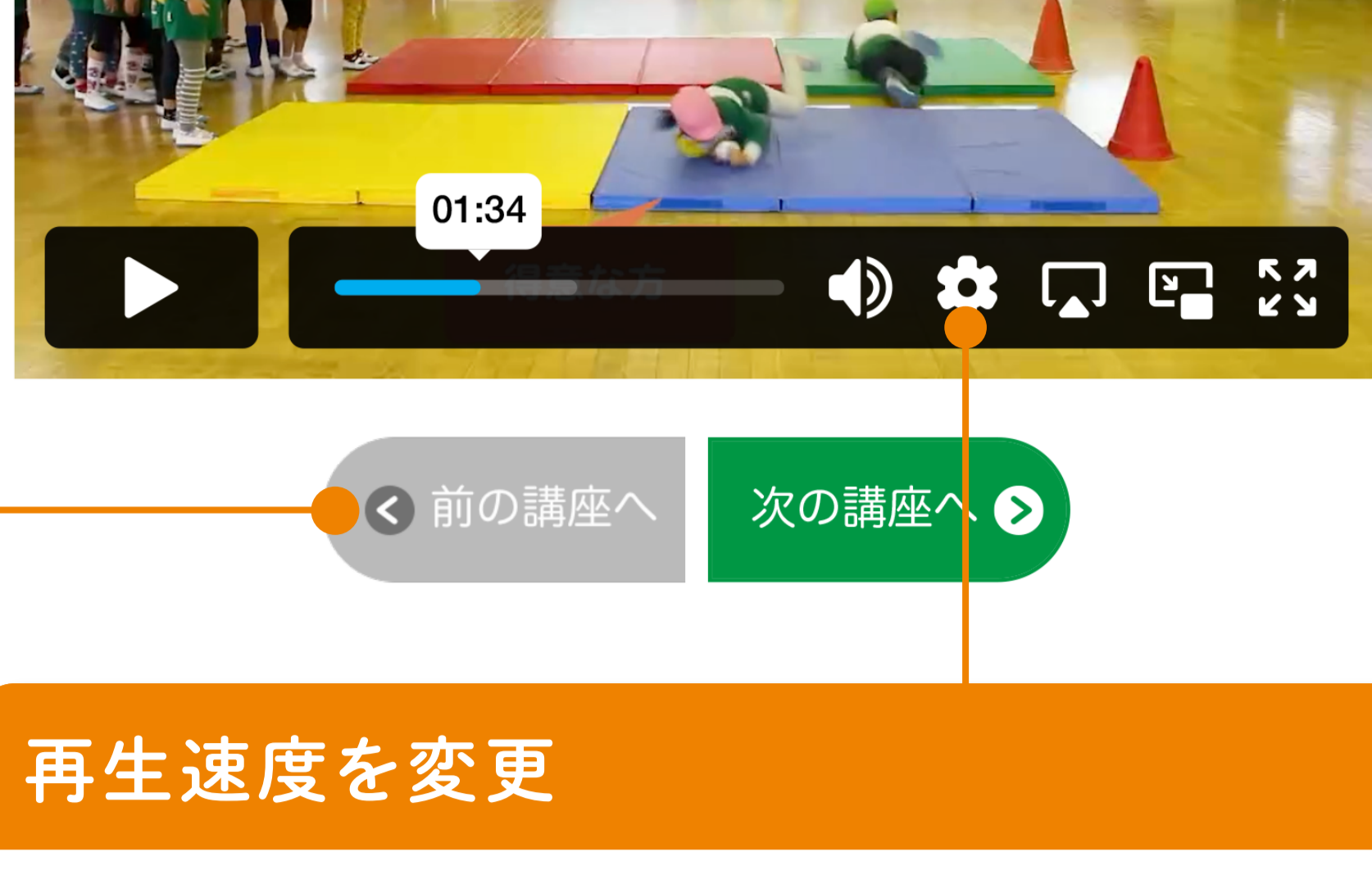
ロゴの下にあるテキストリンクを押すと上層のページに移動できます。

三 **がんばりまめ.com**

がんばりまめ太郎さん



TOP / 講座一覧 / リレー / リレー / 転がる / 横転リレー



< 前の講座へ

次の講座へ >

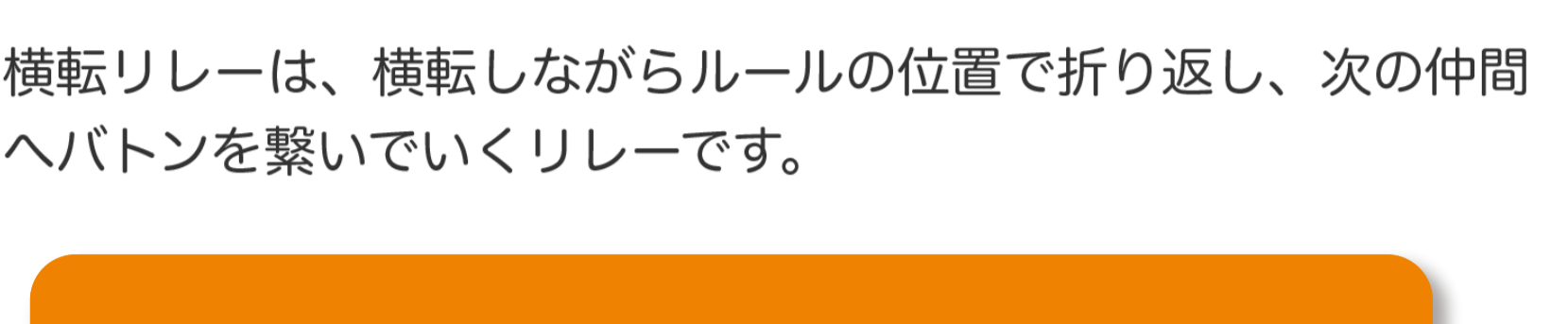
### 再生速度を変更

0.5～2倍速までお好みで調節できます。



### 講座を再生すると自動的に学習完了になります

※チェックを表示させるにはページリロードが必要です。



横転リレーは、横転しながらルールの位置で折り返し、次の仲間へバトンを繋いでいくリレーです。

### 同じカテゴリor特集の講座を 観たい時は…

「前の講座へ」「次の講座へ」ボタンを押すか一覧リストからお好きな講座を選べます。

#### 転がる 講座一覧

- 横転リレー
- 横転リレー(放射状)
- 連続でんぐりリレー
- 横転ハイタッチリレー
- でんぐりハイタッチリレー

#### 関連講座

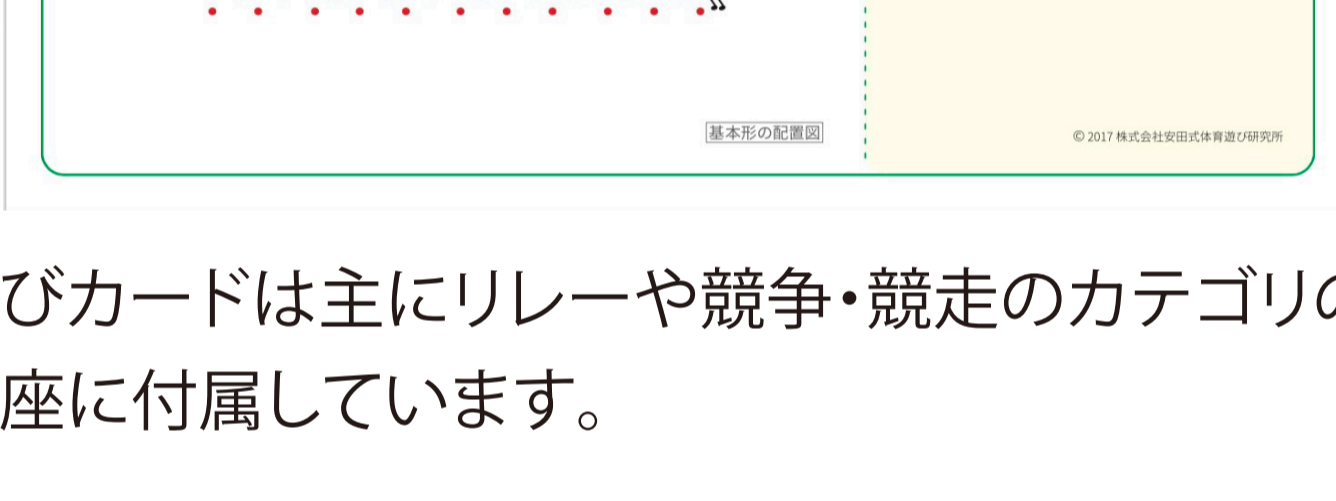
- マット忍者サーキット
- [HOP] クマさんハイハイ・横転

#### ダウンロード資料

- 横転リレー\_遊びカード

### 遊びカードなどの関連資料は ここからダウンロード!

お手元の端末に保管したり、印刷してお部屋に貼りだしたり。自由にご活用ください。



※遊びカードは主にリレーや競争・競走のカテゴリの講座に付属しています。

### 資料付き講座の探し方

その他の資料付き講座は、講座検索の条件に「資料あり」を指定するとヒットします。

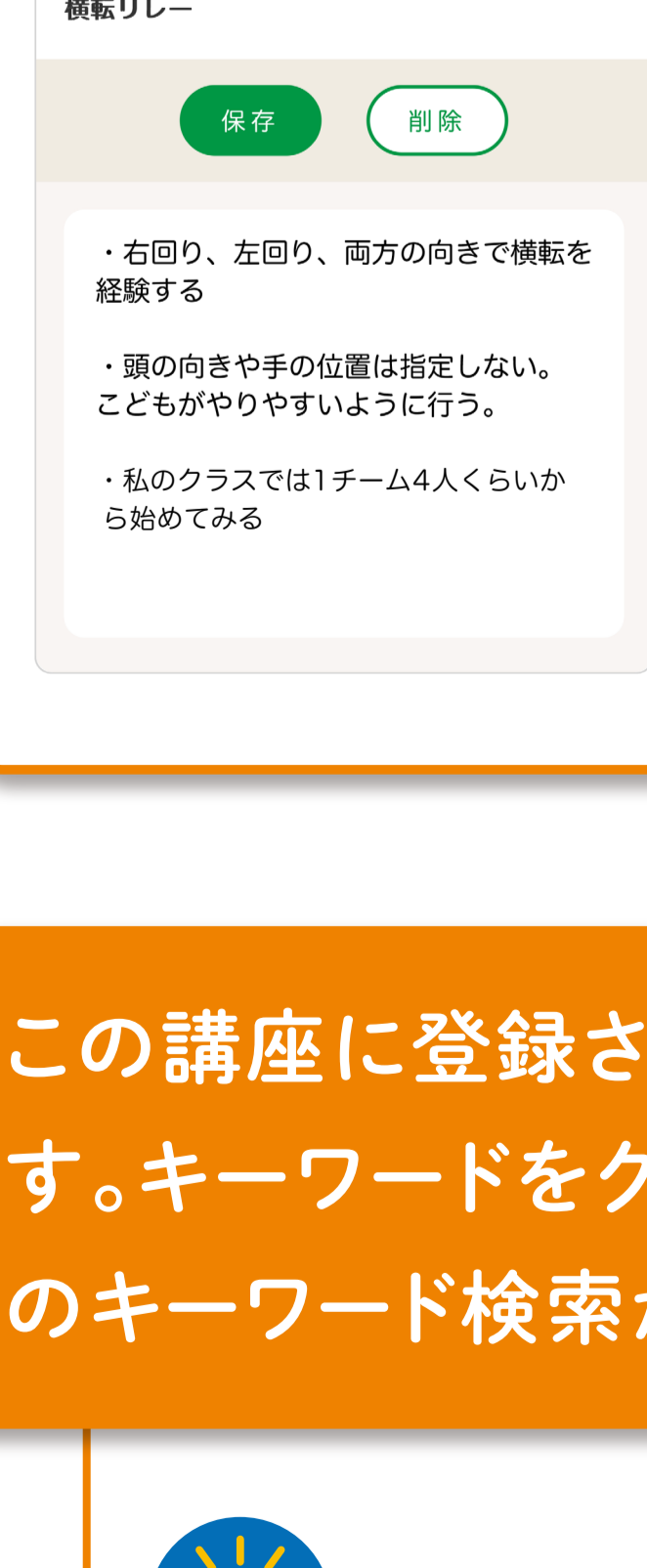


#### memo

- ・ 右回り、左回り、両方の向きで横転を経験する
- ・ 頭の向きや手の位置は指定しない。こどもがやりやすいように行う。
- ・ 私のクラスでは1チーム4人くらいから始めてみる

保存

### 「メモ」を使ってドットコムを 自分だけの実践ノートに!



講座のポイントを整理したり、準備物を記録したり、使い方は自由です。

保存したメモは一覧画面で管理できます。

この講座に登録されたキーワードです。キーワードをクリックすると講座のキーワード検索ができます。



保存したメモやお気に入りとは自分だけが閲覧できます。第三者や法人管理者には公開されません。

#### キーワード

遊びの紹介 3・4・5歳児 リレー

幼児上級・小学生

## 講座検索

### キーワードの解除

「×」ボタンを押します。



## 講座検索

検索結果 (7本)

鉄棒



選択中のキーワード

0・1・2歳児



回遊サーキット



キーワードを追加



未視聴

視聴済み

お気に入りのみ

メモあり

資料あり

### 条件を絞り込む

検索結果を見ながら絞り込めます。

### ボタンの使い方

お好みに合わせて順番や表示形式を変更できます。

#### 並び替え



降順



昇順

#### 並びの基準

追加日

アップロード日順

カテゴリ

カテゴリ順

#### 表示形式



サムネイル形式



リスト形式



(例) + **追加日** で

講座のアップロード日が新しい順に並びます。

表示形式



追加日

カテゴリ



複合



2:40

ハイタッチサーキット

仲間とハイタッチをしながらマットや鉄棒で回遊するサーキットです。 マットで…



複合



2:47

平均台+鉄棒ぶら下がり+横転

様々な動作を楽しむ回遊サーキットです。 平均台を渡る、鉄棒でぶら下がり…



複合



4:04

ぶら下がり+クマさんハイハイ+両足ジャンプ+平均台

様々な動作を楽しむ回遊サーキットです。 鉄棒と雲梯でぶら下がり、マット…



ぶら下がる



2:58

鉄棒ぶら下がり+両足ジャンプ

マットと鉄棒を使った回遊サーキットです。 鉄棒でぶら下がり、マットで両…



ぶら下がる



4:52

鉄棒ぶら下がり+クマさんハイハイ

マットと鉄棒を使った回遊サーキットです。 鉄棒でぶら下がり、マットでク…



転がる



2:38

2歳クラス初めてのサーキット

鉄棒ぶら下がりや、クマさんハイハイ等のサーキットです。 仲間の動きや先…