

タイトル	「足枠」・「橋」
指導カテゴリ	自立活動（からだ）
指導のねらい	台座位、立位、歩行で、足の正しい位置を知らせ、意識させる。
指導の方法 (留意点)	<p>○「足枠」は足指を伸ばした状態で置けるサイズを使用。</p> <p>①台座位で足枠に足を入れて、踏みしめをする。</p> <p>②足枠をどけ、足を正しい位置に置き、立位姿勢になる。</p> <p>○「橋」は2本使い、間に1～2cmの隙間を空けて平行に設置する。</p> <p>①その上で立ち上がらせる。</p> <p>②重心移動（左右・前後）を行う。</p> <p>③一歩前に足を出したら重心をしっかりと乗せてから、次の一歩を前に出させる。</p>
作成のヒントや おすすめポイント	<p>○「足枠」は枠に高さがあるので、枠がすねに当たると膝下全体を直そうとすることができる。</p> <p>○「橋」は重心移動その上を生徒が歩く時、足が正しい位置に置けなければ「橋」から落ちてしまうので、自ら気付くことができる。また、ゆっくりと歩く経験で、からだに意識を向けやすくなる。</p>

足枠



「橋」

