

全校運動遊び元気アップタイム 実施計画

1 ねらい	日常的に運動に親しむ機会を設けて、子供たちの体力向上を図る。 めあてをもって運動に取り組み、体力向上への意欲付けと運動の日常化を図る。
2 実施日時	毎週金曜日 10時10～10時35分（1・3・6年生） 13時00～13時25分（2・4・5年生）
3 取組方法	マラソン・なわとび（短縄・長縄）を3学年が同じ運動する。学期毎にやる内容を変える。 近隣の公園で学級ごとに運動遊びをする。 体育館で運動遊びをする

4 年間計画

4月	5月	6月	7月	9月	10月
なし	元気アップタイム	元気アップタイム 短縄強化月間	元気アップタイム	元気アップタイム	元気アップタイム
11月	12月	1月	2月	3月	
元気アップタイム 長縄強化月間	元気アップタイム	元気アップタイム マラソン強化月間	元気アップタイム マラソン強化月間	元気アップタイム	

5 運動遊び内容年間計画

		4月	場所	5月	場所	6月	場所	7月	場所	9月	場所	10月	場所	
内容	1年	<ul style="list-style-type: none"> かけっこ おに遊び なわとび うんてい ろくぼく 	校庭	短縄跳び	校庭	<ul style="list-style-type: none"> 短縄跳び 公園運動遊び 体育館運動遊び 	校庭	<ul style="list-style-type: none"> 短縄跳び 公園運動遊び 体育館運動遊び 	校庭	<ul style="list-style-type: none"> 長縄跳び 公園運動遊び 体育館運動遊び 	校庭	<ul style="list-style-type: none"> 長縄跳び 公園運動遊び 体育館運動遊び 	校庭	
	2年													
	3年													
	4年													<ul style="list-style-type: none"> 短距離走 様々なおにごっこ
	5年													<ul style="list-style-type: none"> なわとび 鉄棒
	6年													<ul style="list-style-type: none"> ボール遊び

		11月	場所	12月	場所	1月	場所	2月	場所	3月	場所
内容	1年	<ul style="list-style-type: none"> 長縄跳び マラソン 公園運動遊び 体育館運動遊び 	校庭	<ul style="list-style-type: none"> 長縄跳び マラソン 公園運動遊び 体育館運動遊び 	校庭	<ul style="list-style-type: none"> マラソン 公園運動遊び 体育館運動遊び 	校庭	<ul style="list-style-type: none"> マラソン 公園運動遊び 体育館運動遊び 	校庭	<ul style="list-style-type: none"> マラソン 公園運動遊び 体育館運動遊び 	校庭
	2年										
	3年										
	4年										
	5年										
	6年										