

全校運動遊び こじかパワーアップタイム 実施計画

1 ねらい	全校で運動遊びに取り組む時間を設定し、日常的に運動に親しませ、子どもたちの体力向上を目指す。 ※体力調査の結果を踏まえ、学年ごとの弱い部分を重点的に取り組むようにする。
2 実施日時	毎週木曜日:1、4、5年 毎週金曜日:2、3、6学年 10時20分～10時35分(中休み) ※コロナウイルス感染症の様子を見て実施。(緊急事態宣言・まん延防止重点措置中は実施しない。)
3 取組方法	・時間になったら全員が決められた場所で運動遊びに取り組む。 ・委員会活動、補習等は行わず、全員が外に出る。 ・教員も担当曜日は外に出て、安全確認を行う。担当曜日以外の教員が校内の安全管理をする。 ・活動に応じてカードを作成し、運動に対する意欲を高める。 ・多様な活動場面を設定し、様々な運動ができるようにする。 ・場の準備は、担当教員と、運動委員会が中心となる。

4 年間計画

4月	5月	6月	7月	9月	10月
クラスあそび月間	道具を使ったあそび月間	道具を使ったあそび月間	道具を使ったあそび月間	道具を使ったあそび月間	鹿本オリンピック
11月	12月	1月	2月	3月	
なわとび月間(こじか班)	道具を使ったあそび月間	なわとび月間	ジョギング月間	クラスあそび月間	

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	・おにあそび ・ドッチボール ・ドロケイ ・ドンじゃけんけんポン ・クラスで決めたあそび	校庭	・的あて ・投げるくん ・おもいっきりスロー	体育館	・十字おに	・竹馬 ・ゴム跳び ・ラダー	校庭	・竹馬 ・ゴム跳び ・ラダー ・的あて ・投げるくん ・おもいっきりスロー	体育館	・手押し相撲 ・ケンケンパ ・Sケン ・垂直跳び ・道具あそび ・大縄、ゴム跳び	校庭	
	2年	・おにあそび ・ドッチボール ・ドロケイ ・ドンじゃけんけんポン ・クラスで決めたあそび	校庭	・的あて ・投げるくん ・おもいっきりスロー	体育館	・十字おに	・竹馬 ・ゴム跳び ・ラダー	校庭	・竹馬 ・ゴム跳び ・ラダー ・的あて ・投げるくん ・おもいっきりスロー	体育館	・手押し相撲 ・ケンケンパ ・Sケン ・垂直跳び ・道具あそび ・大縄、ゴム跳び	校庭	
	3年	・おにあそび ・ドッチボール ・ドロケイ ・ドンじゃけんけんポン ・クラスで決めたあそび	校庭	・竹馬 ・ゴム跳び ・ラダー	校庭	・的あて ・投げるくん ・おもいっきりスロー	体育館	・2方向どんじゃけんけん	校庭	・竹馬 ・ゴム跳び ・ラダー ・的あて ・投げるくん ・おもいっきりスロー	校庭	・手押し相撲 ・ケンケンパ ・Sケン ・垂直跳び ・道具あそび ・大縄、ゴム跳び	体育館
	4年	・おにあそび ・ドッチボール ・ドロケイ ・ドンじゃけんけんポン ・クラスで決めたあそび	校庭	・竹馬 ・ゴム跳び ・ラダー	校庭	・的あて ・投げるくん ・おもいっきりスロー	体育館	・2方向どんじゃけんけん	校庭	・竹馬 ・ゴム跳び ・ラダー ・的あて ・投げるくん ・おもいっきりスロー	校庭	・手押し相撲 ・ケンケンパ ・Sケン ・垂直跳び ・道具あそび ・大縄、ゴム跳び	体育館
	5年	・おにあそび ・ドッチボール ・ドロケイ ・ドンじゃけんけんポン ・クラスで決めたあそび	体育館	・3方向どんじゃけんけん	校庭	・竹馬 ・ゴム跳び ・ラダー	校庭	・的あて ・投げるくん ・おもいっきりスロー	体育館	・竹馬 ・ゴム跳び ・ラダー ・的あて ・投げるくん ・おもいっきりスロー	校庭	・手押し相撲 ・ケンケンパ ・Sケン ・垂直跳び ・道具あそび ・大縄、ゴム跳び	校庭
	6年	・おにあそび ・ドッチボール ・ドロケイ ・ドンじゃけんけんポン ・クラスで決めたあそび	体育館	・3方向どんじゃけんけん	校庭	・竹馬 ・ゴム跳び ・ラダー	校庭	・的あて ・投げるくん ・おもいっきりスロー	体育館	・竹馬 ・ゴム跳び ・ラダー ・的あて ・投げるくん ・おもいっきりスロー	校庭	・手押し相撲 ・ケンケンパ ・Sケン ・垂直跳び ・道具あそび ・大縄、ゴム跳び	校庭

	11月	場所	12月	場所	1月	場所	2月	場所	3月	場所	
内容	1年	こじか班で 大なわとび	校庭	・竹馬 ・ゴム跳び ・ラダー ・的あて ・投げるくん ・おもいっきりスロー	校庭	・短縄 ・クラスで長縄跳び	体育館	ジョギング	校庭	・おにあそび ・ドッチボール ・ドロケイ ・ドンじゃけんけんポン ・クラスで決めたあそび	校庭
	2年	こじか班で 大なわとび	体育館	・竹馬 ・ゴム跳び ・ラダー ・的あて ・投げるくん ・おもいっきりスロー	校庭	・短縄 ・クラスで長縄跳び	体育館	ジョギング	校庭	・おにあそび ・ドッチボール ・ドロケイ ・ドンじゃけんけんポン ・クラスで決めたあそび	校庭
	3年	こじか班で 大なわとび	校庭	・竹馬 ・ゴム跳び ・ラダー ・的あて ・投げるくん ・おもいっきりスロー	校庭	・短縄 ・クラスで長縄跳び	体育館	ジョギング	校庭	・おにあそび ・ドッチボール ・ドロケイ ・ドンじゃけんけんポン ・クラスで決めたあそび	体育館
	4年	こじか班で 大なわとび	体育館	・竹馬 ・ゴム跳び ・ラダー ・的あて ・投げるくん ・おもいっきりスロー	校庭	・短縄 ・クラスで長縄跳び	体育館	ジョギング	校庭	・おにあそび ・ドッチボール ・ドロケイ ・ドンじゃけんけんポン ・クラスで決めたあそび	体育館
	5年	こじか班で 大なわとび	校庭	・竹馬 ・ゴム跳び ・ラダー ・的あて ・投げるくん ・おもいっきりスロー	校庭	・短縄 ・クラスで長縄跳び	体育館	ジョギング	校庭	・おにあそび ・ドッチボール ・ドロケイ ・ドンじゃけんけんポン ・クラスで決めたあそび	校庭
	6年	こじか班で 大なわとび	体育館	・竹馬 ・ゴム跳び ・ラダー ・的あて ・投げるくん ・おもいっきりスロー	校庭	・短縄 ・クラスで長縄跳び	体育館	ジョギング	校庭	・おにあそび ・ドッチボール ・ドロケイ ・ドンじゃけんけんポン ・クラスで決めたあそび	校庭