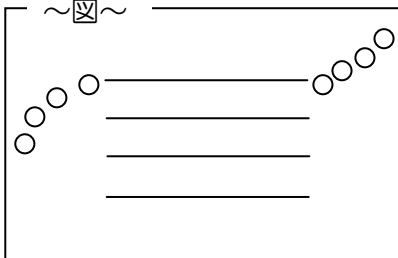


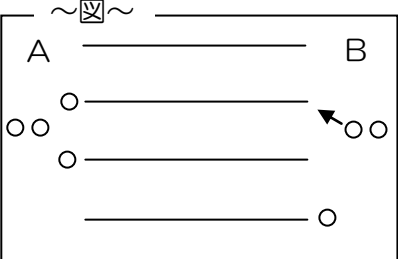
1 どんじゃん

使用する道具：赤白帽

〈1回目の活動の流れ〉

目標	時間	・活動内容 ※指導上の留意点
運動遊びの行い方を知り、楽しむ	0	<p>・活動の準備</p> <p>※それぞれの活動場所へ移動し、今日の活動について確認をして、場の準備をする。</p>
	1	<p>・どんじゃんを知る</p> <p>※どんじゃんの遊び方を知る。 ※安全上、気を付けなければならないことを知る。</p> 
	3	<p>・どんじゃんに取り組む</p> <p>※2つか4つのチームに分かれて、どんじゃんに取り組む。</p>
	18	<p>・振り返りをする</p> <p>※集合して、今日の活動について振り返る。 ※楽しかったことや友達のよかった動きなどを発表して、お互いのがんばりを認め合う。</p>
	20	<p>※<u>次回の取り組み方をあらかじめ予告しておき、見通しをもたせる。</u></p>

〈2回目の活動の流れ〉

目標	時間	・活動内容 ※指導上の留意点
遊び方を選択して、運動遊びを楽しむ	0	<p>・活動の準備</p> <p>※それぞれの活動場所へ移動し、今日の活動について確認をして、場の準備をする。 ※より楽しく運動遊びを行うための活動方法を伝える。 例：片足で跳ぶ。 コースを曲線にする。 左右交互に跳ぶ。 図のように2チームに分かれ、空いてる所を見付けて並ぶ。 など</p> 
	1	<p>・どんじゃんに取り組む</p> <p>※2つか4つのチームに分かれて、どんじゃんに取り組む。その後、例で紹介した工夫を取り入れて曲線のコースを作ったり、片足で跳んだり、左右交互に跳んだりしながら、たくさんどんじゃんに取り組む。 ※片足と左右交互の2つの場に分けて取り組んでもよい。</p>
	18	<p>・振り返りをする</p> <p>※集合して、今日の活動について振り返る。 ※楽しかったことや友達のよかった動き、友達とのかかわりについて発表する。</p>
	20	<p>※<u>今後の休み時間でも取り組むように声掛けをする。</u></p>

2 タイムショック（6秒間走）

使用する道具：コーン、ミニコーン、ミニハードルなど

〈1回目の活動の流れ〉

目標	時間	・活動内容 ※指導上の留意点
運動遊びの 行い方を知り、 楽しむ	0	<p>・活動の準備</p> <p>※それぞれの活動場所に移動し、今日の活動について確認をして、場の準備をする。</p>
	1	<p>・タイムショックを知る</p> <p>※タイムショックの遊び方を知る。 ※安全上、気を付けなければならないことを知る。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin-left: auto; margin-right: auto;"> <p>～はじめのルール～</p> <ul style="list-style-type: none"> ・コースは30m ・6秒後にゴール ・走り方を選択する </div>
	3	<p>・タイムショックに取り組む</p> <p>※スタート位置につき、どんどん走る。 ※走り方を変えて取り組む。</p>
	18	<p>・振り返りをする</p> <p>※集合して、今日の活動について振り返る。 ※楽しかったことや友達のよかった動きなどを発表して、お互いのがんばりを認め合う。</p>
	20	<p><u>※次回の取り組み方をあらかじめ予告しておき、見通しをもたせる。</u></p>

〈2回目の活動の流れ〉

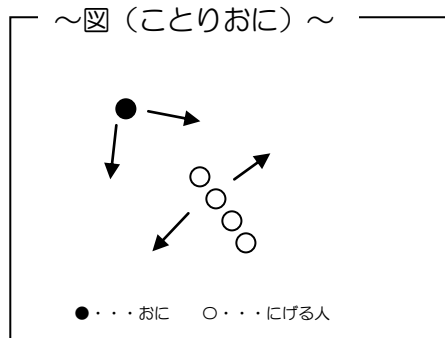
目標	時間	・活動内容 ※指導上の留意点
遊び方を選択して、 運動遊びを楽しむ	0	<p>・活動の準備</p> <p>※それぞれの活動場所に移動し、今日の活動について確認をして、場の準備をする。 ※より楽しく運動遊びを行うための活動方法を伝える。 例：6秒間でゴールできそうなスタート位置の工夫。 障害物（ミニハードルなど）の設置 走り方によって得点を変える。 など</p>
	1	<p>・タイムショックに取り組む</p> <p>※スタート位置につき、タイムショックに取り組む。 その後、例で紹介した工夫を取り入れて色々なコースで、6秒間でゴールできそうな位置を選んで走る。 ※場を分けて取り組んでもよい。 (ミニハードル、ミニコーン、なにもなし)</p>
	18	<p>・振り返りをする</p> <p>※集合して、今日の活動について振り返る。 ※楽しかったことや友達のよかった動き、友達とのかかわりについて発表する。</p>
	20	<p><u>※今後の休み時間でも取り組むように声掛けをする。</u></p>

3 鬼遊び（氷おに、ことりおに）

使用する道具：コーン、赤白帽

〈1回目の活動の流れ〉

目標	時間	・活動内容 ※指導上の留意点
運動遊びの 行い方を 知り、 楽しむ	0	・活動の準備 ※それぞれの活動場所へ移動し、今日の活動について確認をして、場の準備をする。
	1	・鬼遊びを知る ※氷おに、ことりおにの遊び方を知る。 ※安全上、気を付けなければならないことを知る。 ※1ゲームの時間は、1分～1分30秒で行う。
	3	・鬼遊びに取り組む ※氷おにに取り組む。 ※ことりおにに取り組む。
	18	・振り返りをする ※集合して、今日の活動について振り返る。 ※楽しかったことや友達のよかった動きなどを発表して、お互いのがんばりを認め合う。
	20	※次回の取り組み方をあらかじめ予告しておき、見通しをもたせる。



〈2回目の活動の流れ〉

目標	時間	・活動内容 ※指導上の留意点
遊び方を選択して、 運動遊びを楽しむ	0	・活動の準備 ※それぞれの活動場所へ移動し、今日の活動について確認をして、場の準備をする。 ※より楽しく運動遊びを行うための活動方法を伝える。 例：鬼は2人組で手をつなぐ ことりおにを2班合同にして、守り側を長くする バナナおにに取り組む など
	1	・氷おに・ことりおにに取り組む ※準備をし、鬼遊びに取り組む。その時に、例で紹介した工夫を取り入れて、だいたい半分の時間で区切って、2つの鬼遊びに取り組む。 例：①氷おに ②ことりおに
	18	・振り返りをする ※集合して、今日の活動について振り返る。 ※楽しかったことや友達のよかった動き、友達とのかかわりについて発表する。
	20	※今後の休み時間でも取り組むように声掛けをする。

4 ナイスシュート

使用する道具：ボール、段ボールや一斗缶などの的、ミニコーン

〈1回目の活動の流れ〉

目標	時間	・活動内容 ※指導上の留意点
運動遊びの行い方を知り、楽しむ	0	<p>・活動の準備</p> <p>※それぞれの活動場所へ移動し、今日の活動について確認をして、場の準備をする。</p>
	1	<p>・ナイスシュートを知る</p> <p>※ナイスシュートの遊び方を知る。 ※安全上、気を付けなければならないことを知る。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin-left: auto; margin-right: auto;"> <p>～遊び方～</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 的当て ・ P.K ・ ドリブル→シュート </div>
	3	<p>・ナイスシュートに取り組む</p> <p>※ボールを思い切り蹴っての当てに取り組む。 ※ドリブルに取り組む。</p>
	18	<p>・振り返りをする</p> <p>※集合して、今日の活動について振り返る。 ※楽しかったことや友達のよかった動きなどを発表して、お互いのがんばりを認め合う。</p>
	20	<p>※<u>次回の取り組み方をあらかじめ予告しておき、見通しをもたせる。</u></p>

〈2回目の活動の流れ〉

目標	時間	・活動内容 ※指導上の留意点
遊び方を選択して、運動遊びを楽しむ	0	<p>・活動の準備</p> <p>※それぞれの活動場所へ移動し、今日の活動について確認をして、場の準備をする。 ※より楽しく運動遊びを行うための活動方法を伝える。 例：ドリブルをしているボールを鬼が取るなどして、ゲーム感覚で取り組む 鬼の人数を変えて取り組む など</p>
	1	<p>・ナイスシュートに取り組む</p> <p>※準備をし、ナイスシュートに取り組む。その時に、例で紹介した工夫を取り入れて、班やグループに分かれてドリブル→シュート組とP.K組に分かれて取り組む。 例：①ドリブル→シュート ②距離を変えてどんどん蹴る</p>
	18	<p>・振り返りをする</p> <p>※集合して、今日の活動について振り返る。 ※楽しかったことや友達のよかった動き、友達とのかかわりについて発表する。</p>
	20	<p>※<u>今後の休み時間でも取り組むように声掛けをする。</u></p>

5 8の字つなひき

使用する道具：長縄

〈1回目の活動の流れ〉

目標	時間	・活動内容 ※指導上の留意点
運動遊びの 行い方を知り、 楽しむ	0	<p>・活動の準備</p> <p>※それぞれの活動場所に移動し、今日の活動について確認をして、場の準備をする。</p>
	1	<p>・8の字つなひきを知る</p> <p>※8の字つなひきの遊び方を知る。 ※安全上、気を付けなければならないことを知る。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin-left: auto; margin-right: auto;"> <p>～遊び方～</p> <ul style="list-style-type: none"> ・2人1組 ・8の字を作ってスタートだが、0の字でも良い </div>
	3	<p>・8の字つなひきに取り組む</p> <p>※班などで分かれて、遊びに取り組む。 ※スナップをきかせて手首を動かすとできやすいことを助言する。</p>
	18	<p>・振り返りをする</p> <p>※集合して、今日の活動について振り返る。 ※楽しかったことや友達のよかった動きなどを発表して、お互いのがんばりを認め合う。</p>
	20	<p>※<u>次回の取り組み方をあらかじめ予告しておき、見通しをもたせる。</u></p>

〈2回目の活動の流れ〉

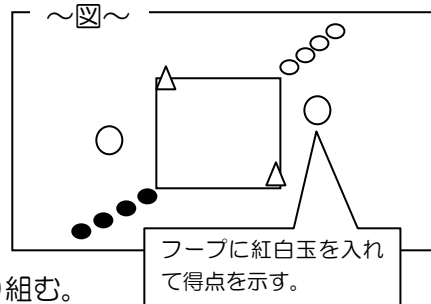
目標	時間	・活動内容 ※指導上の留意点
遊び方を選択して、 運動遊びを楽しむ	0	<p>・活動の準備</p> <p>※それぞれの活動場所に移動し、今日の活動について確認をして、場の準備をする。 ※より楽しく運動遊びを行うための活動方法を伝える。 例：8の字ができれば、片足で取り組む しゃがんだ状態で取り組む など</p>
	1	<p>・8の字つなひきに取り組む</p> <p>※準備をし、8の字つなひきに取り組む。その時に、例で紹介した工夫を取り入れて、班やグループに分かれて取り組む。 ※8の字がなかなか作れないグループには、「0の字」でもよいことを伝える。</p>
	18	<p>・振り返りをする</p> <p>※集合して、今日の活動について振り返る。 ※楽しかったことや友達のよかった動き、友達とのかかわりについて発表する。</p>
	20	<p>※<u>今後の休み時間でも取り組むように声掛けをする。</u></p>

6 2方向どんじゃん

使用する道具：赤白帽

〈1回目の活動の流れ〉

目標	時間	・活動内容 ※指導上の留意点
運動遊びの 行い方を知り、 楽しむ	0	<p>・活動の準備</p> <p>※それぞれの活動場所へ移動し、今日の活動について確認をして、場の準備をする。</p>
	1	<p>・2方向どんじゃんを知る</p> <p>※2方向どんじゃんの遊び方を知る。 ※安全上、気を付けなければならないことを知る。</p>
	3	<p>・2方向どんじゃんに取り組む</p> <p>※2つか4つのチームに分かれて、どんじゃんに取り組む。</p>
	18	<p>・振り返りをする</p> <p>※集合して、今日の活動について振り返る。 ※楽しかったことや友達のよかった動きなどを発表して、お互いのがんばりを認め合う。</p>
	20	<p>※<u>次回の取り組み方をあらかじめ予告しておき、見通しをもたせる。</u></p>



〈2回目の活動の流れ〉

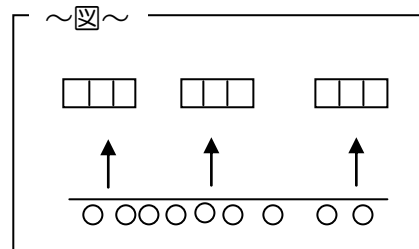
目標	時間	・活動内容 ※指導上の留意点
遊び方を選択して、 運動遊びを楽しむ	0	<p>・活動の準備</p> <p>※それぞれの活動場所へ移動し、今日の活動について確認をして、場の準備をする。 ※より楽しく運動遊びを行うための活動方法を伝える。 例：片足で移動する。 距離を変えて取り組む。 左右交互に跳んで移動する。 3方向にする。 など</p>
	1	<p>・2方向どんじゃんに取り組む</p> <p>※2つか4つのチームに分かれて、2方向どんじゃんに取り組む。 その後、例で紹介した工夫を取り入れて片足で跳んだり、左右交互に跳んだりしながら、たくさん2方向どんじゃんに取り組む。 ※片足と左右交互の2つの場に分けて取り組んでもよい。</p>
	18	<p>・振り返りをする</p> <p>※集合して、今日の活動について振り返る。 ※楽しかったことや友達のよかった動き、友達とのかかわりについて発表する。</p>
20	<p>※<u>今後の休み時間でも取り組むように声掛けをする。</u></p>	

7 ターゲットスナイパー

使用する道具：紅白玉、コーン、段ボールの的

〈1回目の活動の流れ〉

目標	時間	・活動内容 ※指導上の留意点
運動遊びの 行い方を知り、 楽しむ	0	<p>・活動の準備</p> <p>※それぞれの活動場所へ移動し、今日の活動について確認をして、場の準備をする。</p>
	1	<p>・ターゲットスナイパーを知る</p> <p>※ターゲットスナイパーの遊び方を知る。 ※安全上、気を付けなければならないことを知る。</p>
	3	<p>・ターゲットスナイパーに取り組む</p> <p>※赤・黄・青の3つのチームに分かれて、的当て（ボール投げ）に取り組む。 ※的も赤・黄・青のガムテープを貼った物を用意する。</p>
	18	<p>・振り返りをする</p> <p>※集合して、今日の活動について振り返る。 ※楽しかったことや友達のよかった動きなどを発表して、お互いのがんばりを認め合う。</p>
	20	<p>※<u>次回の取り組み方をあらかじめ予告しておき、見通しをもたせる。</u></p>



〈2回目の活動の流れ〉

目標	時間	・活動内容 ※指導上の留意点
遊び方を選択して、 運動遊びを楽しむ	0	<p>・活動の準備</p> <p>※それぞれの活動場所へ移動し、今日の活動について確認をして、場の準備をする。 ※より楽しく運動遊びを行うための活動方法を伝える。 例：段ボールの積み方を変える 利き手と逆の手で投げる 対抗戦で、制限時間内で何回積んで倒せるかを競う など</p>
	1	<p>・ターゲットスナイパーに取り組む</p> <p>※3つのチームに分かれて、ターゲットスナイパーに取り組む。 その後、例で紹介した工夫を取り入れて取り組む。 ※段ボール積んでいい段数は、3段くらいがちょうどよい。</p>
	18	<p>・振り返りをする</p> <p>※集合して、今日の活動について振り返る。 ※楽しかったことや友達のよかった動き、友達とのかかわりについて発表する。</p>
	20	<p>※<u>今後の休み時間でも取り組むように声掛けをする。</u></p>

8 なわとび名人（短なわ跳び）

使用する道具：短縄

〈1回目の活動の流れ〉

目標	時間	・活動内容 ※指導上の留意点
運動遊びの 行い方を知り、 楽しむ	0	<p>・活動の準備</p> <p>※それぞれの活動場所へ移動し、今日の活動について確認をして、場の準備をする。</p>
	1	<p>・短なわ跳びを知る</p> <p>※短なわ跳びの遊び方を知る。 ※安全上、気を付けなければならないことを知る。</p>
	3	<p>・短なわ跳びに取り組む</p> <p>※班などで分かれて、遊びに取り組む。 ※2人で跳ぶ。（お互いのなわを持って） ※前跳びや後ろ跳びなど易しいものから取り組む。</p>
	18	<p>・振り返りをする</p> <p>※集合して、今日の活動について振り返る。 ※楽しかったことや友達のよかった動きなどを発表して、お互いのがんばりを認め合う。</p>
	20	<p><u>※次回の取り組み方をあらかじめ予告しておき、見通しをもたせる。</u></p>

〈2回目の活動の流れ〉

目標	時間	・活動内容 ※指導上の留意点
遊び方を選択して、 運動遊びを楽しむ	0	<p>・活動の準備</p> <p>※それぞれの活動場所へ移動し、今日の活動について確認をして、場の準備をする。 ※より楽しく運動遊びを行うための活動方法を伝える。 例：前跳びや後ろ跳びだけでなく、交差跳びやかけ足跳び、 できたら2重跳びなどの技にも取り組む。 2人でお互いのなわを持って跳ぶ。 クラスで長なわ跳びに挑戦する。 など</p>
	1	<p>・短なわ跳びに取り組む</p> <p>※準備をし、短なわ跳びに取り組む。その時に、例で紹介した工夫を取り入れて、班やグループに分かれて取り組む。 ※一斉にスタートして、チャンピオンを決めるゲームも楽しめる。</p>
	18	<p>・振り返りをする</p> <p>※集合して、今日の活動について振り返る。 ※楽しかったことや友達のよかった動き、友達とのかかわりについて発表する。</p>
	20	<p><u>※今後の休み時間でも取り組むように声掛けをする。</u></p>

9 しっぽとり

使用する道具：タグ、コーン

〈1回目の活動の流れ〉

目標	時間	・活動内容 ※指導上の留意点
運動遊びの行い方を知り、楽しむ	0	<p>・活動の準備</p> <p>※それぞれの活動場所に移動し、今日の活動について確認をして、場の準備をする。</p>
	1	<p>・しっぽとりを知る</p> <p>※しっぽとりの遊び方を知る。 ※安全上、気を付けなければならないことを知る。</p>
	3	<p>・しっぽとりに取り組む</p> <p>※班などで分かれて、遊びに取り組む。 ※鬼は出席番号などでローテーションさせる。</p>
	18	<p>・振り返りをする</p> <p>※集合して、今日の活動について振り返る。 ※楽しかったことや友達のよかった動きなどを発表して、お互いのがんばりを認め合う。</p>
	20	<p>※<u>次回の取り組み方をあらかじめ予告しておき、見通しをもたせる。</u></p>

～基本のルール～

- ・クラスを半分に分ける。
(出席番号など)
- ・時間制(1分30秒)
- ・しっぽを取られても続け、取り返したしっぽを付けることができる。

〈2回目の活動の流れ〉

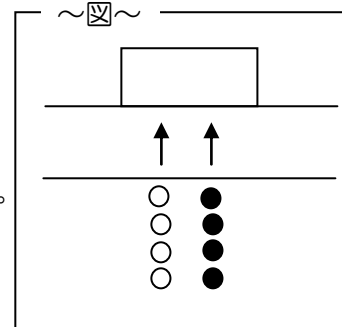
目標	時間	・活動内容 ※指導上の留意点
遊び方を選択して、運動遊びを楽しむ	0	<p>・活動の準備</p> <p>※それぞれの活動場所に移動し、今日の活動について確認をして、場の準備をする。 ※より楽しく運動遊びを行うための活動方法を伝える。 例：鬼は手をつなぐ おとり作戦、王様作戦など、チーム対抗戦で取り組む など</p>
	1	<p>・しっぽとりに取り組む</p> <p>※準備をし、しっぽとりに取り組む。その時に、例で紹介した工夫を取り入れて、班やグループに分かれて取り組む。 ※途中でグループ替えをするとさらに楽しめる。</p>
	18	<p>・振り返りをする</p> <p>※集合して、今日の活動について振り返る。 ※楽しかったことや友達のよかった動き、友達とのかかわりについて発表する。</p>
	20	<p>※<u>今後の休み時間でも取り組むように声掛けをする。</u></p>

10 てつぼうひろば

使用する道具：逆上がり補助板、足かけのためのスポンジ

〈1回目の活動の流れ〉

目標	時間	・活動内容 ※指導上の留意点
運動遊びの 行い方を知り、 楽しむ	0	・活動の準備 ※それぞれの活動場所に移動し、今日の活動について確認をして、場の準備をする。
	1	・てつぼうひろばを知る ※てつぼうの技を知る。 ※安全上、気を付けなければならないことを知る。 ・運動している友達の正面や後ろに立たない。近付かない。
	3	・てつぼう遊びに取り組む ※グループや班に分かれて、てつぼう遊びに取り組む。 ※チーム対抗戦でぶたの丸焼きじゃんけんや、こうもりじゃんけんなどに取り組み、2回連続でじゃんけんになったら1点など、得点を取り合う。時間は2分程度。
	18	・振り返りをする ※集合して、今日の活動について振り返る。 ※楽しかったことや友達のよかった動きなどを発表して、お互いのがんばりを認め合う。
	20	※次回の取り組み方をあらかじめ予告しておき、見通しをもたせる。



〈2回目の活動の流れ〉

目標	時間	・活動内容 ※指導上の留意点
遊び方を選択して、 運動遊びを楽しむ	0	・活動の準備 ※それぞれの活動場所に移動し、今日の活動について確認をして、場の準備をする。 ※より楽しく運動遊びを行うための活動方法を伝える。 例：2チームに分かれて、1回目のように得点を競う。 左右からスタートし、どんじんのような場で取り組む。 など
	1	・てつぼう遊びに取り組む ※チームに分かれて、てつぼう遊びに取り組む。 その後、例で紹介した工夫を取り入れて、てつぼう遊びに取り組む。
	18	・振り返りをする ※集合して、今日の活動について振り返る。 ※楽しかったことや友達のよかった動き、友達とのかかわりについて発表する。
	20	※今後の休み時間でも取り組むように声掛けをする。

11 ラバーダンス（ゴムとび）

使用する道具：5mm～1cm 幅の長めのゴム10本

〈1回目の活動の流れ〉

目標	時間	・活動内容 ※指導上の留意点
運動遊びの 行い方を知り、 楽しむ	0	<p>・活動の準備</p> <p>※それぞれの活動場所へ移動し、今日の活動について確認をして、場の準備をする。</p>
	1	<p>・ラバーダンスを知る</p> <p>※ラバーダンスの遊び方を知る。 ※安全上、気を付けなければならないことを知る。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin-left: auto; margin-right: auto;"> <p>～リズム例～ グー→パー→グー→チョキ →ひねって→ジャンプ</p> </div>
	3	<p>・ラバーダンスに取り組む</p> <p>※グループや班に分かれて、ラバーダンス（足首の高さ）に取り組む。</p>
	18	<p>・振り返りをする</p> <p>※集合して、今日の活動について振り返る。 ※楽しかったことや友達のよかった動きなどを発表して、お互いのがんばりを認め合う。</p>
	20	<p><u>※次回の取り組み方をあらかじめ予告しておき、見通しをもたせる。</u></p>

〈2回目の活動の流れ〉

目標	時間	・活動内容 ※指導上の留意点
遊び方を選択して、 運動遊びを楽しむ	0	<p>・活動の準備</p> <p>※それぞれの活動場所へ移動し、今日の活動について確認をして、場の準備をする。 ※より楽しく運動遊びを行うための活動方法を伝える。 例：片足で跳ぶ。 2人組で跳ぶ。 など</p>
	1	<p>・ラバーダンスに取り組む</p> <p>※グループや班に分かれて、リズムを変えたり、高さを変えたりしてラバーダンスに取り組む。（高さの例：足首→ひざ→太もも→腰→胸のあたり） その後、例で紹介した工夫を取り入れて片足で跳んだり、2人組で跳んだりしながら、たくさん運動遊びに取り組む。</p>
	18	<p>・振り返りをする</p> <p>※集合して、今日の活動について振り返る。 ※楽しかったことや友達のよかった動き、友達とのかかわりについて発表する。</p>
	20	<p><u>※今後の休み時間でも取り組むように声掛けをする。</u></p>

12 リバーシ

使用する道具：リバーシ、コーン、ストップウォッチ

〈1回目の活動の流れ〉

目標	時間	・活動内容 ※指導上の留意点
運動遊びの 行い方を知り、 楽しむ	0	・活動の準備 ※それぞれの活動場所へ移動し、今日の活動について確認をして、場の準備をする。
	1	・リバーシを知る ※リバーシの遊び方を知る。 ※安全上、気を付けなければならないことを知る。
	3	・リバーシに取り組む ※グループや班に分かれて、リバーシに取り組む。
	18	・振り返りをする ※集合して、今日の活動について振り返る。 ※楽しかったことや友達のよかった動きなどを発表して、お互いのがんばりを認め合う。
	20	※次回の取り組み方をあらかじめ予告しておき、見通しをもたせる。

～基本のルール～

- ・自分のチームの色にめくる。
- ・制限時間を設定し、最後に自分のチームの色のリバーシが多い方の勝ち。

〈2回目の活動の流れ〉

目標	時間	・活動内容 ※指導上の留意点
遊び方を選択して、 運動遊びを楽しむ	0	・活動の準備 ※それぞれの活動場所へ移動し、今日の活動について確認をして、場の準備をする。 ※より楽しく運動遊びを行うための活動方法を伝える。 例：・ケンケンで移動する。 ・2人組で手をつないで移動する。 ・高学年対策で、Aコートでめくったら、次はBコートのリバーシをめくらないといけないなど
	1	・リバーシに取り組む ※グループや班に分かれて、リバーシに取り組む。 その後、例で紹介した工夫を取り入れてケンケンで跳んだり、2人組で移動したりしながら、たくさん運動遊びに取り組む。
	18	・振り返りをする ※集合して、今日の活動について振り返る。 ※楽しかったことや友達のよかった動き、友達とのかかわりについて発表する。
	20	※今後の休み時間でも取り組むように声掛けをする。

～図～

The diagram shows two rectangular courts, labeled 'Aコート' and 'Bコート'. Each court contains a 3x3 grid of circles representing pieces. In court A, there are 4 black pieces and 5 white pieces. In court B, there are 5 black pieces and 4 white pieces.

13 平均台ランド

使用する道具：平均台、マット（安全面を考慮して）

〈1回目の活動の流れ〉

目標	時間	・活動内容 ※指導上の留意点
運動遊びの 行い方を知り、 楽しむ	0	<p>・活動の準備</p> <p>※それぞれの活動場所に移動し、今日の活動について確認をして、場の準備をする。</p>
	1	<p>・平均台ランドを知る</p> <p>※平均台を使った遊び方を知る。 ※安全上、気を付けなければならないことを知る。</p>
	3	<p>・平均台ランドに取り組む</p> <p>※グループや班に分かれて、平均台でどんじゃんけんをするなどの、手軽で分かりやすい遊びに取り組む。</p>
	18	<p>・振り返りをする</p> <p>※集合して、今日の活動について振り返る。 ※楽しかったことや友達のよかった動きなどを発表して、お互いのがんばりを認め合う。</p>
	20	<p><u>※次回の取り組み方をあらかじめ予告しておき、見通しをもたせる。</u></p>

〈2回目の活動の流れ〉

目標	時間	・活動内容 ※指導上の留意点
遊び方を選択して、 運動遊びを楽しむ	0	<p>・活動の準備</p> <p>※それぞれの活動場所に移動し、今日の活動について確認をして、場の準備をする。 ※より楽しく運動遊びを行うための活動方法を伝える。 例：平均台の上でボールをつきながら移動する。 途中でポーズをとる。 2人で手をつないで移動する。 など</p>
	1	<p>・平均台ランドに取り組む</p> <p>※グループや班に分かれて、平均台を使った遊びに取り組む。 その後、例で紹介した工夫を取り入れて、たくさん運動遊びに取り組む。</p>
	18	<p>・振り返りをする</p> <p>※集合して、今日の活動について振り返る。 ※楽しかったことや友達のよかった動き、友達とのかかわりについて発表する。</p>
	20	<p><u>※今後の休み時間でも取り組むように声掛けをする。</u></p>

14 ろくぼっクライミング

使用する道具：コーン

〈1回目の活動の流れ〉

目標	時間	・活動内容 ※指導上の留意点
運動遊びの 行い方を知り、 楽しむ	0	・活動の準備 ※それぞれの活動場所に移動し、今日の活動について確認をして、場の準備をする。
	1	・ろくぼっクライミングを知る ※肋木を使った遊び方を知る。 ※安全上、気を付けなければならないことを知る。
	3	・ろくぼっクライミングに取り組む ※グループや班に分かれて、肋木に貼られている数種類の色テープを手足で触れながら移動する。その後、ゴールした子から2人組を作り、手押し車をしながらコーンを回ってスタート位置に戻る。
	18	・振り返りをする ※集合して、今日の活動について振り返る。 ※楽しかったことや友達のよかった動きなどを発表して、お互いのがんばりを認め合う。
	20	※次回の取り組み方をあらかじめ予告しておき、見通しをもたせる。

〈2回目の活動の流れ〉

目標	時間	・活動内容 ※指導上の留意点
遊び方を選択して、 運動遊びを楽しむ	0	・活動の準備 ※それぞれの活動場所に移動し、今日の活動について確認をして、場の準備をする。 ※より楽しく運動遊びを行うための活動方法を伝える。 例：白以外の赤や青のテープに体が重ならないように移動する 肋木の両端からスタートし、どんじゃんを行う <div style="text-align: right;">など</div>
	1	・ろくぼっクライミングに取り組む ※グループや班に分かれて、ろくぼっクライミングに取り組む。 その後、例で紹介した工夫を取り入れて、たくさん運動遊びに取り組む。 ※2人組を作って手押し車に取り組む。
	18	・振り返りをする ※集合して、今日の活動について振り返る。 ※楽しかったことや友達のよかった動き、友達とのかかわりについて発表する。
	20	※今後の休み時間でも取り組むように声掛けをする。

15 なげるくん

使用する道具：なげるくんの場

〈1回目の活動の流れ〉

目標	時間	・ 活動内容 ※指導上の留意点
運動遊びの 行い方を知り、 楽しむ	0	・ 活動の準備 ※それぞれの活動場所に移動し、今日の活動について確認をして、場の準備をする。
	1	・ なげるくんを知る ※なげるくんの遊び方を知る。 ※安全上、気を付けなければならないことを知る。
	3	・ なげるくんに取り組む ※グループや班で、ロープをぴんと張るように持つ子と筒を投げる子に分かれて、なげるくんに取り組む。
	18	・ 振り返りをする ※集合して、今日の活動について振り返る。 ※楽しかったことや友達のがんばりを発表して、お互いのがんばりを認め合う。
	20	<u>※次回の取り組み方をあらかじめ予告しておき、見通しをもたせる。</u>

〈2回目の活動の流れ〉

目標	時間	・ 活動内容 ※指導上の留意点
遊び方を選択して、 運動遊びを楽しむ	0	・ 活動の準備 ※それぞれの活動場所に移動し、今日の活動について確認をして、場の準備をする。 ※より楽しく運動遊びを行うための活動方法を伝える。 例：長さの違う全てのコースをクリアする 利き手と逆の手で投げてみる など
	1	・ なげるくんに取り組む ※グループや班に分かれて、なげるくんに取り組む。 その後、例で紹介した工夫を取り入れて、たくさん運動遊びに取り組む。 ※グループを作ってなげるくんに取り組む。
	18	・ 振り返りをする ※集合して、今日の活動について振り返る。 ※楽しかったことや友達のがんばりを発表して、友達とのかかわりについて発表する。
	20	<u>※今後の休み時間でも取り組むように声掛けをする。</u>

16 リズムダンス

使用する道具：CD デッキ、リズムに乗りやすい曲

〈1回目の活動の流れ〉

目標	時間	・活動内容 ※指導上の留意点
運動遊びの 行い方を知り、 楽しむ	0	<p>・活動の準備</p> <p>※それぞれの活動場所へ移動し、今日の活動について確認をして、場の準備をする。</p>
	1	<p>・リズムダンスを知る</p> <p>※リズムダンスの遊び方を知る。 ※安全上、気を付けなければならないことを知る。</p>
	3	<p>・リズムダンスに取り組む</p> <p>※グループや班に分かれて柔軟運動に取り組み、決められた振り付けを覚える。 ※友達の動きを見合うように声掛けをする。</p>
	18	<p>・振り返りをする</p> <p>※集合して、今日の活動について振り返る。 ※楽しかったことや友達のよかった動きなどを発表して、お互いのがんばりを認め合う。</p>
	20	<p><u>※次回の取り組み方をあらかじめ予告しておき、見通しをもたせる。</u></p>

〈2回目の活動の流れ〉

目標	時間	・活動内容 ※指導上の留意点
遊び方を選択して、 運動遊びを楽しむ	0	<p>・活動の準備</p> <p>※それぞれの活動場所へ移動し、今日の活動について確認をして、場の準備をする。 ※より楽しく運動遊びを行うための活動方法を伝える。 例：振り付けをグループで考える。または、組み合わせる。 発表する。 など</p>
	1	<p>・リズムダンスに取り組む</p> <p>※グループや班に分かれ、音楽に合わせて振り付けを考えたり、組み合わせたりしてリズムダンスに取り組む。 その後、発表に向けて全体やグループで練習に取り組む。 ※発表する。</p>
	18	<p>・振り返りをする</p> <p>※集合して、今日の活動について振り返る。 ※楽しかったことや友達のよかった動き、友達とのかかわりについて発表する。</p>
	20	<p><u>※今後の休み時間でも取り組むように声掛けをする。</u></p>

◎セリンピック 活動日と活動場所

場所	運動の内容	9月	10月		11月		12月		
		9日(水)	8日(木)	22日(木)	30日(金)	10日(火)	26日(木)	2日(水)	16日(水)
		①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧
・グラウンド ・北側東 ・北側西 ・コース ・南側東 ・南側西 ・東門から西門にかけて	1 どんじゃん	2-1 2-4	1-1 2-2	1-2 2-3	1-3 1-4				
	2 タイムショツク (6秒間走)	4-1 5-1	4-2 5-2	4-3 5-3	6-3 6-4				
	3 鬼遊び (氷おに、ことりおに)	6-1	5-3	6-4	5-2				
	4 ナイスシュート	5-2 6-3	5-1 6-4	6-2	5-3 6-1				
	5 8の字つなひき	1-1 4-2	1-2 2-3	1-3 2-4	2-1 2-2				
	6 2方向どんじゃん	3-1 5-3	3-2 4-1	3-3 4-2	3-4 4-3				
	7 ターゲツトスナイパー	1-2	1-3	1-4	1-1				
	8 なわとび名人 (短縄跳び)	3-2	6-2	5-2	3-1				
	9 しっぽとり	1-4 3-3	3-1 3-4	2-1 3-2	2-3 2-4				
	10 てつぼうひろば (鉄棒運動)	1-3	1-4	1-1	1-2				
中庭	11 ラバーダンス (ゴム跳び)	3-4	4-3	3-1 4-1	3-3				
	12 リバーシ	2-2	2-1	6-3	3-2				
体育館	13 平均台ランド	6-2	6-1	5-1	4-2				
	14 ろくぼっクライミング	4-3	3-3	2-2	5-1				
	15 なげるくん	2-3	2-4	3-4	4-1				
ホール	16 リズムダンス	6-4	6-3	6-1	6-2				

◎注意

※移動する時は、クラスで並んで行きましょう。

※10時20分から10時40分までの活動です。

※放送担当： 養護： フリー：

