

	きいろ	あか	あお	みどり
1	Jog,体操	Jog,体操 手つなぎおに	Jog,体操 氷おに	Jog,体操 動きづくり (スキップ、ももあげ、バウンディング)
2	バナナおに	スキップ ステップアップ ダッシュ	ラダー ミニハードル走	ミニハードル (中2歩、3歩)
3	サーキット ①変形ダッシュ ②なわとび ③玉入れ	バトンスロー ボールのミニゲーム	フレキハードル走	踏み切り練習
4	リレー (ミニハードル、けんぱ、 なわとび)	投げの練習 計測	計測 ジャンプトレーニング	計測

