

	きいろ	あか	あお	みどり
1	Jog,体操 島おにごっこ	Jog,体操 流れの説明 手つなぎおに	Jog,体操 流れと目標の説明 島おにごっこ	Jog,体操 流れの説明 動きづくり
2	サーキット ①変型ダッシュ ②大縄 ③新聞玉入れ	スキップ クイックジャンプ ラダー	変型ダッシュ バトンスロー	ラダー (3拍子、4拍子、駆け抜け)
3	走り幅跳び 練習	うでふり うでふりダッシュ 変型ダッシュ ミニハードル走	H ポール投てき タオル投げ	8秒間走ゲーム
4	走り幅跳び 計測*2	50m、100m計測 体操	計測 体操	50m 計測*2