

## 小栗保育園 運動遊び計画

・運動や遊びを通して健康な身体を作り、人を思いやる優しい心を育てる。

・子ども達は、遊びや生活習慣の変化から身体を動かして遊ぶ機会が減少し、運動能力が低下しています。

運動や遊びを通して、楽しみながら幼児期に必要な多様な動きの獲得や体力・運動能力の向上・健康な身体作りを実施しています。

	4～6月	7～9月	10～12月	1～3月
1～2歳 及び共通	<ul style="list-style-type: none"> <li>・天気の良い日は外遊び</li> <li>・縄跳び・フラフープ等運動遊び</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・天気の良い日は外遊び</li> <li>・縄跳び・フラフープ等運動遊び</li> <li>・プール遊び</li> <li>・運動会に向けてかけっこや踊り練習</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・天気の良い日は外遊び</li> <li>・縄跳び・フラフープ等運動遊び</li> <li>・運動会(10月)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・天気の良い日は外遊び</li> <li>・縄跳び・フラフープ等運動遊び</li> <li>・運動場や山での雪遊び</li> <li>・マラソンの練習(2歳児)</li> </ul>
3歳	<ul style="list-style-type: none"> <li>・毎朝の体操・マラソン(運動場)</li> <li>・スポキッズ(運動遊び)5月～</li> <li>毎週水曜日(月に4回実施)</li> <li>基本動作・大縄跳び</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・毎朝の体操・マラソン(暑い日を除く)</li> <li>・スポキッズ(運動遊び)</li> <li>毎週水曜日(月に4回実施)</li> <li>鉄棒・トランポリン・ボール遊び</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・毎朝の体操・マラソン</li> <li>・スポキッズ(運動遊び)</li> <li>毎週水曜日(月に4回実施)</li> <li>ボール投げ・野球・サッカー</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・毎朝の体操・マラソン</li> <li>・スポキッズ(運動遊び)</li> <li>毎週水曜日(月に4回実施)</li> <li>サーキット・しっぽ取り・まとめ</li> <li>・ミニ運動会</li> </ul>
4歳	<ul style="list-style-type: none"> <li>・毎朝の体操・マラソン(運動場)</li> <li>・スポキッズ(運動遊び・ボール遊び)</li> <li>毎週水曜日(月に4回実施)</li> <li>身体作り・走・跳・大縄跳び</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・毎朝の体操・マラソン(暑い日を除く)</li> <li>・スポキッズ(運動遊び・ボール遊び)</li> <li>毎週水曜日(月に4回実施)</li> <li>鉄棒・トランポリン・ボール遊び</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・毎朝の体操・マラソン</li> <li>・スポキッズ(運動遊び・ボール遊び)</li> <li>毎週水曜日(月に4回実施)</li> <li>ボール投げ・野球・サッカー</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・毎朝の体操・マラソン</li> <li>・スポキッズ(運動遊び・サッカー)</li> <li>毎週水曜日(月に4回実施)</li> <li>サーキット・スポーツタグ取り・まとめ</li> <li>・ミニ運動会</li> </ul>
5歳	<ul style="list-style-type: none"> <li>・毎朝の体操・マラソン(園舎回り)</li> <li>・スポキッズ(運動遊び・サッカー)</li> <li>毎週水曜日(月に4回実施)</li> <li>体力測定(保護者結果報告)</li> <li>身体作り・走・跳・大縄跳び</li> <li>・山茶花高原サッカー大会参加(5月)</li> <li>・のんのこサッカー大会参加(6月)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・毎朝の体操・マラソン(暑い日を除く)</li> <li>・スポキッズ(運動遊び・サッカー)</li> <li>毎週水曜日(月に4回実施)</li> <li>鉄棒・トランポリン・運動会練習</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・毎朝の体操・マラソン</li> <li>・スポキッズ(運動遊び・サッカー)</li> <li>毎週水曜日(月に4回実施)</li> <li>ボール投げ・野球・サッカー</li> <li>・のんのこサッカー大会参加(10月)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・毎朝の体操・マラソン</li> <li>・スポキッズ(運動遊び・サッカー)</li> <li>毎週水曜日(月に4回実施)</li> <li>体力測定(保護者結果報告)</li> <li>サーキット・スポーツタグ取り・まとめ</li> <li>・のんのこサッカー大会参加(3月)</li> <li>・保育園でのサッカー大会(全員)</li> <li>・ミニ運動会</li> </ul>