

種目別手引き

うんどうあそび つづけたよ

：体育授業以外の学校で過ごす時間（休み時間、個別学習の時間等）の中で、日常的に継続して行っている運動遊びの内容、運動時間等を記録し、自分で目標に設定した週の運動時間を達成できるように挑戦する。

基準となる準備品・ルール

(1) 準備する物

- ・子どもが遊んでいる運動（運動遊び）に必要なもの

(2) 事前の準備

- ・子ども一人一人が、自分に合った目標時間（体育授業以外の学校の時間の中で、1週間で、運動や運動遊びをする総時間）。を決める。

(3) やり方

- ・休み時間や個別の学習の時間等で、外遊び、運動遊び、運動等を行った時間を先生と確認し、記録しておく。

運動（運動遊びのとりえ）

○子ども一人一人、興味関心、運動機能や能力、得意、不得意、周囲との関係性など、多様な特性を持っています。その要素を複合的にとりえ、その子が体を動かすことや身体感覚が揺さぶられることを楽しんだり、心身の調子を整えるために身体的に活動したりすること、すべて含みます。

- 例) ・鬼ごっこ遊び ・かくれんぼ ・ボール遊び ・そり遊び
・坂を転がる遊び ・ブランコ ・キックボード ・一輪車
・お散歩・先生や友だちが押す車に乗る 等

(4) 記録

- ・学期ごとの申請回数に応じて、参加証（ゴールド・シルバー・ブロンズ）を贈る。
- ・別紙記録表に記入の上、以下のメールアドレスまで送信する。

E-mail sports-gakko@pref.nagano.lg.jp

- ・記録申請は、以下の記入例を参考に記入する。

HP に掲載されることを考慮し、個人が特定されないよう自分たちがわかるように記入。

自分のお気に入りの運動遊び等を記入。

【申請用紙】											
うんどうあそび つづけたよ!											
学校名	ながの小学校	クラス	にじ組	担任							
【みんなのもくひょう】											
みんなと、なかよく、たのしく、いっぱい あそぼう!											
なまえ	わたしの運動	実施週	6月6日～	13日～	20日～	27日～	7月4日～	11日～	18日～	25日～	1学期の合計
Aさん	ブランコ おにごっこ	目標時間	60.00	65.00							125.00
		実施時間	70.00	60.00							130.00
Bさん	キックボード ボール	目標時間									0.00
		実施時間									0.00
Cさん	かくれんぼ おさんぽ	目標時間									
		実施時間									

目標時間の枠に、自分の一週間の運動目標時間を記入。
実施時間の枠に、その週の実際の運動時間を記入。
自動で、目標を達成できたか矢印が表示されます。
また、自動集計でその学期の総時間が表示されます。