

# 令和8年度体力づくり推進計画 <年間指導計画>

**達成目標**

○外遊びや食への関心を高め、健康・体力づくりの充実を図る。

～3月	4月	5月	6月	7・8月	9月	10月	11月	12月	
Check	Plan	Do	Check	Action	Plan	Do			
評価・結果分析 見直し・次年度の計画立案		計画に基づき実施		新体力テストの実施 結果分析		見直し 改善計画の立案		改善計画に基づき実施	
【体育科・保健体育科】 ○俊敏性・巧緻性を視野に入れた準備運動 ○運動量確保の視点をもった授業づくり ○授業開始時のウォームアップの工夫 ○目標に向かって取り組むことができるがんばりカードの作成		陸上運動 体づくり運動		水泳 器械運動		陸上運動 器械運動		陸上運動 ボール運動 体づくり運動 ボール運動	
【教科外】 ○外遊びの機会確保 ・遊びのエリアや時間の設定 ・月に1度の体育朝会 ・体育委員会による遊びや大会の企画、実施 ○東広島体育的行事の活用 ・中学年から練習参加 ・表彰による運動意欲の向上		朝遊び 体育朝会 ロング昼 学級や学年など、様々な仲間と体を動かす機会を確保		水泳記録会 5年生以上に強化練習参加の呼びかけ		陸上記録会 4年生以上に強化練習参加の呼びかけ		持久走強化月間 なわとび強化	
【日常生活等】 ○環境整備 ○食教育 ・保健・給食委員会の活用 ・週1日の「給食感謝DAY」		給食指導 全校朝会で共通理解		残食の結果 放送報告		残食の結果 放送報告		残食の結果 朝会報告 給食委員会の発表	
【家庭・地域との連携】 ○保健だよりの活用		保健だより ・毎月の学校保健目標に基づいた内容		体育科の宿題 長期休業中を活用して運動の習慣化を図る。				体育科の宿題	

