

令和8年度 体力づくり年間指導計画

東広島市立高美が丘小学校

達成目標

- 「運動が好き」と答える児童の割合を90%以上にする。
- 「50m走」「ボール投げ」において、男女とも県平均値以上かつ全国平均値以上にする。
- 女子の「立ち幅とび」を県平均かつ全国平均以上にし、男子も大幅に平均を上回るようにする。

～3月	4月	5月	6月	7・8月	9月	10月	11月	12月	2月
Plan	Do		Check	Action Plan	Do	Check Action			
結果分析・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	見直しと改善計画の立案 計画に基づき実施		評価 見直し・次年度の計画			
【体育科・保健体育科】	体づくり運動 準備運動で行う、跳力の向上と身体感覚の育成につながる取組を行い、体の基本的な動きを身に付けさせる。	陸上運動・走・跳の運動遊び 陸上運動・走・跳の運動遊びの領域内で、短距離走・リレーを重点化し、全校で取り組む。	ゲーム(ベースボール型) 新体力テスト	水泳・水遊び 水泳指導を通して、全身持久力を高める。	陸上運動・走・跳の運動遊び 陸上記録会に向けて、ハードル走や幅跳びなどの走・跳の運動に取り組む。	陸上記録会	体づくり運動 跳力の向上と身体感覚育ての次段階の取組を行う。	体づくり運動 動きを継続する。自分の走るペースに合わせた記録の更新に取り組む。	持久走大会
【教科外】			新体力テスト前に、各種目の動きのポイントを指導し、児童が習得できるように取り組む。		陸上記録会	ドッジボール大会 体育委員会を中心とした活動の『ドッジボール大会』を行い、投力を高める。	体づくり運動	マラソン朝会 持久走大会までの全校朝会、体育朝会時に、自分のペースで走るマラソン朝会を実施する。	短縄大会 一人一人が短縄の技に挑戦し、楽しみながら跳ぶ力を高める。
【日常生活等】		体育朝会 体育科で全学年に取り組んでほしい運動や運動遊びなどを紹介し、進んで運動に取り組もうとする児童の育成を図る。また、様々な運動に関わる動きを紹介し、身体感覚の育成などにもつなげる。						長縄大会 長縄大会に向けて学級で協力して取り組み、進んで運動する。	
【家庭・地域との連携】		体力づくり① 毎日の家庭学習で取り組むカードの中に「体力づくり」の項目を設定し、継続して取り組ませることで体力の向上を図る。				体力づくり② 毎日の家庭学習で新体力テストで課題のあった項目に関する運動に取り組ませ、体力の向上を図る。		学校保健委員会の開催 学校保健委員会で取組を公開し、さらに充実を図る。保護者に取組や課題を周知する。	