

# 令和4年度体力づくり推進計画 <年間指導計画>

**達成目標**  
 ○すばやく動き出す能力を高めるための運動を全学年で取り組む。  
 ○男女ともに、「ボール投げ」と「立ち幅跳び」の記録を、前回の学年平均値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	
	<b>Plan</b>	<b>Do</b>		<b>Check</b>	<b>Action</b>	<b>Plan</b>	<b>Do</b>		<b>Check</b> <b>Action</b>	
	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	
<b>【体育科】</b>	体づくり運動 毎時間、準備運動の中に、走力や柔軟性などの基礎体力が向上するような運動や3分間トレーニング（なわとびやサーキット等）を取り入れ、子どもたちの「動ける体づくり」に取り組む。	体づくり運動	体育祭に向けた運動	水泳 器械運動系		陸上運動系 ボール運動系	体づくり運動	持久走	ボール運動	
<b>【教科外】</b>		体育祭			月1回のロング昼休憩実施 東広島市小学校水泳記録会に向けての強化練習 校内水泳記録会	ドッジボール大会	東広島市小学校陸上記録会に向けての強化練習	校内持久走大会 ドッジボール大会	なわとび大会	
<b>【日常生活等】</b>					プール開放				縄跳び運動	
<b>【家庭・地域との連携】</b>	5月、9月、12月の年3回、「上小っ子の生活」カードでチェックを行う。		「上小っ子の」生活カード	むし歯予防習慣 ⇒生活チェックを行う。 救急救命講習	プール開放 PTAによる安全監視			東広島市「つくって食べよう弁当DAY」(6年)	健康生活習慣カードによる健康チェック	
				外遊びの奨励、週1回の学級遊び						