

令和 7 年度体力づくり推進計画 〈年間指導計画〉

校番(2) 呉市立広南中学校

1月	2月	3月	4月	5月	6月	7・8月	9月	10月	11月	12月	
Check	Action	Plan	Do								Check
結果分析 取組の評価	見直しと改善	計画立案	計画に基づき実施								結果分析 取組の評価
①教科（体育科・保健体育科等）											
体づくり運動											
ダンス											
ネット型球技											
器械運動											
ゴール型球技											
陸上競技（短距離走・リレー・跳躍）											
ベースボール型球技											
陸上競技（長距離走）											
年間を通して、体育の授業の開始時、持久力・筋力を高めるための運動、柔軟性を高めるためのストレッチ運動を実施し、検証を繰り返し改善する											
②教科外（特別活動・部活動等）											
各部活動の大会参加に向けてのトレーニングの実施（準備運動にダッシュやストレッチを取り入れる。）											