

# 令和 8 年度体力づくり推進計画 (年間指導計画)

校番(19) 呉市立両城小学校

1月	2月	3月	4月	5月	6月	7・8月	9月	10月	11月	12月
Check 結果分析 取組の評価	Action 見直しと改善	Plan 計画立案	Do 体力・運動能力、運動習慣等調査	計画に基づき実施						Check 結果分析 取組の評価
①教科 (体育科・保健体育科等)										
準備運動に走力・跳躍力・柔軟性を鍛える運動を取り入れる										
			体づくり運動 新体力テスト(4,5年)	走・跳の運動遊び 走・跳の運動 陸上運動			陸上運動	走・跳の運動遊び 走・跳の運動	体づくり運動	
②教科外 (特別活動・部活動等)										
体育朝会										
栄養教諭と連携した授業										
									持久走 二川ロードレース大会	
③日常生活 (休憩時間・場の確保等)										
休憩時間の外遊びを励行										
休憩時間に取り組むことのできる運動遊びを啓発する。										
遊具の正しい遊び方を指導し、遊具遊びを推奨										
朝の会での柔軟性を高める運動										
④家庭・地域との連携										
保健だよりや食育だより、生活習慣調査などで保護者へ周知・啓発、体力づくりについて家庭への啓発										
生活リズムチェック				ストレッチ啓発	生活リズムチェック		生活リズムチェック		持久走啓発	冬休みなわとび チャレンジ