

## 体力づくり推進計画

学校教育目標	自ら学び 自ら考え 協働できる 心豊かな子供の育成					
体力づくりの目標	一人ひとりが運動意欲を持って取り組む子供 ○教科教育：低学年 「やってみよう」という気持ちを持ち、夢中になって運動する子供 ：中学年 めあてを持ち、楽しんで運動する子供 ：高学年 見通しを持ち、うまくできるようになろうとする子供 ○体育的行事：自主的に取り組み、仲間と力を合わせて精一杯がんばる子供 ○学級指導：自分の体や健康について考え、自ら保持・増進していこうとする子供					
	教科体育					
	1 学年	2 学年	3 学年	4 学年	5 学年	6 学年
4 月	たのしくあそぼう (体ほぐし、固定、走、鬼) 体ほぐしの運動遊び	体ほぐしの運動遊び 固定施設、鉄棒を使った運動遊び	体ほぐしの運動 多様な動きをつくる運動	多様な動きをつくる運動 かけっこ・リレー	体ほぐしの運動 短距離走・リレー	体ほぐしの運動 短距離走・リレー
5 月	固定施設、鉄棒を使った運動遊び	走の運動遊び	かけっこ・リレー	マット運動	ネット型ボール運動	ネット型ボール運動
6 月・7 月	多様な動きをつくる運動遊び 水の中を移動する運動遊び、もぐる・浮く運動遊び	マットを使った運動遊び 水の中を移動する運動遊び、もぐる・浮く運動遊び	かけっこ・小型ハードル走 ネット型ゲーム 浮いて進む運動、もぐる・浮く運動	体ほぐしの運動 浮いて進む運動、もぐる・浮く運動	鉄棒運動 体ほぐしの運動 クロール、平泳ぎ、安全確保につながる運動	表現、フォークダンス クロール、平泳ぎ、安全確保につながる運動
9 月	マットを使った運動遊び 鬼遊び	多様な動きをつくる運動遊び 鬼遊び	鉄棒運動 ネット型ゲーム	かけっこ、小型ハードル走 表現	ハードル走 体の動きを高める運動 走り幅跳び、走り高跳びから選択	ハードル走 鉄棒 走り幅跳び、走り高跳びから選択
10 月	走の運動遊び 多様な動きをつくる運動遊び ボールゲーム (ボール投げ) 表現遊び	多様な動きをつくる運動遊び ボールゲーム (ボール投げ) 多様な動きをつくる運動遊び 表現遊び	ベースボール型ゲーム 多様な動きをつくる運動 表現	幅跳び、高跳びから選択 ネット型ゲーム リズムダンス	体の動きを高める運動 ベースボール型ボール運動 表現	体の動きを高める運動 ベースボール型ボール運動 表現
11 月	多様な動きをつくる運動遊び ボールゲーム (ボールけり) 跳の運動遊び	ボールゲーム (ボールけり) 跳の運動遊び	マット運動 幅跳び、高跳びから選択	ベースボール型ゲーム 鉄棒運動	マット運動	マット運動
12 月	多様な動きをつくる運動遊び	多様な動きをつくる運動遊び	ネット型ゲーム	跳び箱運動 多様な動きをつくる運動	跳び箱運動	跳び箱運動
1 月	ボールゲーム (ボール投げ) 跳び箱を使った運動遊び	ボールゲーム (ボール投げ) 跳び箱を使った運動遊び	跳び箱運動 多様な動きをつくる運動	多様な動きをつくる運動 ゴール型ゲーム	体の動きを高める運動	体の動きを高める運動
2 月・3 月	走の運動遊び リズム遊び ボールゲーム (ボールけり)	走の運動遊び リズム遊び ボールゲーム (ボールけり)	リズムダンス ゴール型ゲーム		ゴール型ボール運動	ゴール型ボール運動
全校活動						
○ 各領域の到達目標・評価基準を設定し、児童の学習意欲を高める。(学習カードの作成・活用) ○ 全校で新体力テストを実施して分析し、課題を明らかにして取り組みを進める。 ○ 中距離走や縄跳び、外遊び等で体力を高める取り組みを進める。 ○ 体育委員会を中心に全校運動・全校遊びをする。(リレー、二人三脚、手つなぎ鬼等) ○ 外遊び(ドッジボール・サッカー等)をすすめる。 ○ 体育科では、活動が多くなるような授業の工夫改善を行う。 ○ 体育的な行事の計画・実施をし、児童の体力を高める。						
学 校 行 事						
5 月：地区民運動会 9 月：陸上記録会 (5・6 年) 10 月：「山・海・島」体験活動 (5 年) 11 月：運動会 2 月：なわとび大会						
安 全 点 検						
校内で安全に過ごせるように、毎月、校舎内外の危険箇所や掃除状況について点検を行い、必要に応じて改善を行う。						