

16 体育指導全体計画（体力運動能力向上計画）

（1）目標

適切な運動を通じた教科体育の充実や体力作りに親しむ習慣を培い、健康教育の推進に努める。

（2）努力点

- ① 教育課程に基づいた教科体育の充実
- ② 諸検査の分析に基づく適切な運動を通じた体力の向上
- ③ 保健学習の指導内容の指導徹底
- ④ 一人一日一運動の推進
- ⑤ 家庭・地域での体力づくりの推進
- ⑥ 教具・体育施設の安全管理

（3）指導内容

- ① 運動の特性をとらえ、めあてを意識させて意欲的に取り組む指導の工夫
- ② 体力の向上を目指した効率的な学習指導・補強運動の研究と実際（全校体育の実施）
- ③ 健康・安全に関する知識の理解と健康な生活習慣を目指した指導の工夫
- ④ 適切な運動（朝のかけ足運動、なわとび運動等）を通じた体力づくりの実施
- ⑤ 「歩いて登校」の啓発を図り、親子・地域における健康増進と体力向上の推進
- ⑥ 教具・体育施設の安全点検の実施
- ⑦ 「体力アップ！チャレンジかごしま」に全学級が取り組む

（4）年間活動計画

月	目 標	行 事 等	活 動 内 容			
4	学年のめあてを知り、自分のめあてを決めよう。	身体計測 春の一日遠足	到達目標、一日一運動の検討・設定 教科体育・補強運動の進め方確認	↑	↑	↑
5	自分の課題に取り組もう。	体力・運動能力テスト 水泳学習開始	体育施設の利用法の指導			
6	自分の課題に取り組もう。 水泳に親しもう。	水泳学習	体育施設の継続的利用 水泳指導			
7	自分の課題に取り組もう。 水泳に親しもう。 体力作りの計画を立てよう。	校内水泳発表会 市小学校水泳記録会 ・特別練習	水泳指導 持病治療の啓発 記録会に向けた特別練習（放課後）	教 育 課 程 に 基 づ い た 教 科 体 育 の 充 実	朝 の 駆 け 足 ・ 一 人 一 日 一 運 動 の 推 進	教 具 ・ 体 育 施 設 の 安 全 管 理 ・ 点 検
8	家庭・地域で体力づくりに取り組もう。	朝のラジオ体操 親子・地域ふれあい	持病治療の啓発 親子ふれあい運動（ちょいスポ）			
9	自分の課題に取り組もう。 目標を立てて走ろう。	運動会学年・全体練習 秋季大運動会	運動会に向けた練習（学年・全体）			
10	自分の課題に取り組もう。 目標を立てて走ろう。 自分の体を知ろう。	身体計測 修学旅行（6年） 市小学校陸上記録会	記録会に向けた特別練習（放課後） 持久走大会に向けての体力作りの推進 個人課題の克服			
11	自分の課題をやりとげよう。 目標を立てて粘り強く走ろう。	宿泊学習（5年） 秋の一日遠足（1～4年）	持久走大会に向けての体力作りの推進 とびなわ等を使った体力づくりの推進 個人課題の克服			
12	自分の課題をやりとげよう。	校内持久走大会	とびなわ等を使った体力づくりの推進 個人課題の克服			
1	自分の課題をやりとげよう。		とびなわ等を使った体力づくりの推進 個人課題の克服			
2	自己の課題をやりとげよう。	県下一周駅伝応援 なわとび大会	個人課題の克服 とびなわ等を使った体力づくりの推進	↓	↓	↓
3	自分の成長を知り、来年の課題を見つけよう。	お別れ遠足	次年度の課題把握			