

(2) 体力づくり年間指導計画

芸北小学校体力づくり推進年間指導計画

	1学期					2学期				3学期		
	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
重点指導目標	・今年度の体力づくりの目標を決めさせる。 ・外で元気よく遊ばせる。	・体力テストの内容を理解させるとともに、個々の課題を意識させる。	・友達とかかわり合いながら運動する(遊ぶ)楽しさを味わわせる。 ①	・水泳の目標(※各学年に具体的目標を提示)を意識させ、しっかり泳がせる。	・夏季休業中の体力づくりの目標をもたせ、運動させる。	・運動会の目標をもたせ、力いっぱい運動させる。	・マラソン大会の目標をもたせ、練習に取り組みさせる。	・友達とかかわり合いながら運動する(遊ぶ)楽しさを味わわせる。 ②	・寒さに負けず外でしっかり運動させる。	・目標をもって、アルペンスキーやクロスカントリースキーに取り組みさせる。	・目標をもって、アルペンスキーやクロスカントリースキーに取り組みさせる。	・一年間の取組を振り返らせ、来年度の体力づくりの取組に目標を持たせる。
体力づくり関係行事			・新体力テスト	・水泳指導	・水泳記録会	・運動会	・郡陸上記録会	・校内マラソン大会		・スキー教室(アルペン・クロカン)	・スキー教室(クロカン) ・クロカン遠足	
体力づくり担当者の計画(体力づくり推進リーダー)	・体力づくり全体計画作成 ・1学期の体力づくり計画作成 ・体力テスト実施計画作成 ・体育研①	・体力テスト実施準備及び環境整備	・水泳教室実施計画作成 ・体力テスト分析、個票及び体力づくり啓発資料作成	・運動会実施計画作成 ・水泳記録会実施計画作成	・水泳記録会の実施準備 ・2学期の体力づくり計画作成	・運動会準備実施 ・町内陸上記録会実施準備 ・マラソン大会実施計画作成		・マラソン大会準備実施 ・スキー教室実施計画作成	・3学期の体力づくり計画作成	・業間運動(長縄)の記録表等掲示物の作成 ・体育研②	・業間運動の記録管理	・今年度の体力づくりの取組の成果と課題及び来年度の方向性の整理 ・次年度の体力づくり計画作成
サスケタイム(業間運動)	【晴天時】 火・木:「おにごっこ」「チャレンジダッシュ(タイム計測)」 【雨天時】 ※「短縄とび・ストレッチ」「ラジオ体操」					【晴天時】 火・木:運動会後より「チャレンジマラソン」(低・中・高で距離を設定し、タイム計測) 【雨天時】 ※「短縄とび・ストレッチ」				火・木:「クロカンスキー」 ※長縄は町内チャレンジランキングに参加 【できない場合】 ※「短縄とび・ストレッチ」		
家庭・地域との連携					・スポ少 タグラグビー 剣道 (9~12月)	・聖湖マラソン			・スポ少 APXC (12月~2月) 雪合戦 (12月~1月)	・県小学生 スキー大会		

※個人の体力づくりファイルを作り、毎年の新体力テスト・マラソン・縄跳びなど、個人目標や結果・振り返りなどの記録シートを綴じていく。