

Q9： 体力づくりに関わる年間指導計画とはどのようなものか。また、どのようなことに留意して作成したらよいか。

A： 体育・健康に関する指導の全体計画(Q & A 体育・健康に関する指導の全体計画)に基づき、体育・健康に関する指導に関わる様々な教育活動について、それぞれの年間指導計画を作成することになる。

ここでは、体力づくりにかかわる年間指導計画の一例を示す。作成に当たっては、児童生徒の発達の段階や新体力テストの結果等から把握した実態を踏まえ、一年間、実践してきた内容についての分析・評価を基に立案する必要がある。その際、全身的な発育・発達や全面的な体力の向上を促すとともに、主体的に児童生徒が体力の向上に取り組むために、課題の改善だけに目を向けた対策だけではなく、運動意欲や運動への意識を高めるという面からの対策も検討することが大切である。

## (例) 体力向上年間指導計画 小学校5年【A小学校】から

### 【留意点】

体力向上の年間指導計画が教科や特別活動などと、どのようにかかわり展開していくか、実態に応じた推進計画を作成する。  
また、心と体の一体化を意識するとともに、学校保健・学校安全・食に関する指導などの各計画との関連を図る。

教師が目標を共有すること

### 【方針】

体育的行事を積極的に企画する。協力、競い合い、記録への挑戦など多くの達成感が味わえる内容にする。学校生活の中の運動と学校行事を有機的に関連付ける。

限られた時間枠を有効に活用する！

区分		4月	5月	6月	3月	
重点目標		・今年度の体力向上のめあてをもとう	・新体力テストの結果を体力づくりに生かそう	・梅雨時の体力づくりを工夫しよう	・1年間のまとめをしよう	
学年目標		・1年間を通して取り組む運動を決めて、方法を考えよう	・自分の体力を知り、強化する運動を決めよう	・室内でできる体力づくりに工夫して取り組もう	・1年間を振り返り、6年生へのめあてをもとう	
体力・健康増進部		・体力・健康推進部会の組織化 各種活動計画作成	・新体力テスト実施 ・新体力テストの結果の分析に応じた各計画の修正	・スポーツ集会の準備	・今年度のまとめ(分析・評価) ・次年度の計画立案 ・遊具等の確認 ・卒業式(準備・片付け含む) ・修業式(準備・片付け含む)	
特別活動	学	儀式的行事				
	校	文化的行事	・芸術鑑賞会(プロの技)	・伝統文化学習(先人の技)	・クラブ発表会	
	行	健康安全・体育的行事	・健康診断 ・通学班編制 ・交通安全教室	・薬物乱用防止教室 ・新体力テスト ・健康診断	・避難訓練(防犯教室) ・知能検査 ・プール開き	・通学班編制 ・なわとび大会
	事	遠足・集団宿泊的行事	・遠足(徒歩ハイキング)			
	活	運動労働・奉仕的行事	・縦割り農園活動			
	学級活動	学級活動	・安全な登下校 ・給食指導	・好き嫌いをなく食べよう	・プール清掃 ・大掃除	・6年生を送る会(お別れチャレラン)
	児童会活動	児童会活動	・1年生を迎える会(外遊びゲーム大会)	・全校ボランティア活動 ・ふれあい学習話合い	・スポーツ集会 ・給食集会	
教科等	体育	・短距離走 ・リレー	・ハードル走	・体	・ボール	
	その他の教科等	・社...米づくり ・道...メジャー ・イチゴ	・家...どのように生活しているかな	・理... ・社... ・生... ・道...母と父の一日	・いろいろな遊びを紹介し、仲間や友達と一緒に運動や遊びができる時間を設定する。	
業間・休み時間		・業間運動 火 } サークット運動 金 } 集団行動	・新体力テストの結果による内容の修正	・業間運動 火...クラス運動 金...清掃班運動	・なわとび 短縄、長縄など	
郡市町大会			・郡市陸上大会	・町陸上大会		
家庭・地域との連携		・地域の体育的行事の確認 ・体力向上たよりの発行(毎月) ・体育の宿題	・新体力テスト実施の通知	・新体力テストの結果報告(児童・保護者) ・健康診断の結果通知 ・水泳実施の通知		

学校教育活動全体で行われることから、教科部会以外に、専門委員会として組織化することも考えられる。

仲間や友達と一緒に運動や遊びができる時間を多く設定する。

意欲を高め、自主的に運動に取り組むことができるように運動内容にかかわるカードを配布することも考えられる。

いろいろな遊びを紹介し、仲間や友達と一緒に運動や遊びができる時間を設定する。

例えば、放課後や家庭で運動や外遊びをするたびにスタンプが押される「スポーツスタンプカード」を作成したり、運動の習慣付けのために「体育の宿題」を課したりする。与えられた課題が楽しく行えるような動機付けの工夫を行うとともに、きちんと成果を評価することが大切である。

学校・学年だより、体力向上たより等で保護者にも伝え、子どもの体力の現状を、認識してもらう。家庭で「体への認識・価値観」を育成する機会にする。「時間・空間・仲間」の「3間」を提供するように意識する。中学校においても本例を参考に作成する。