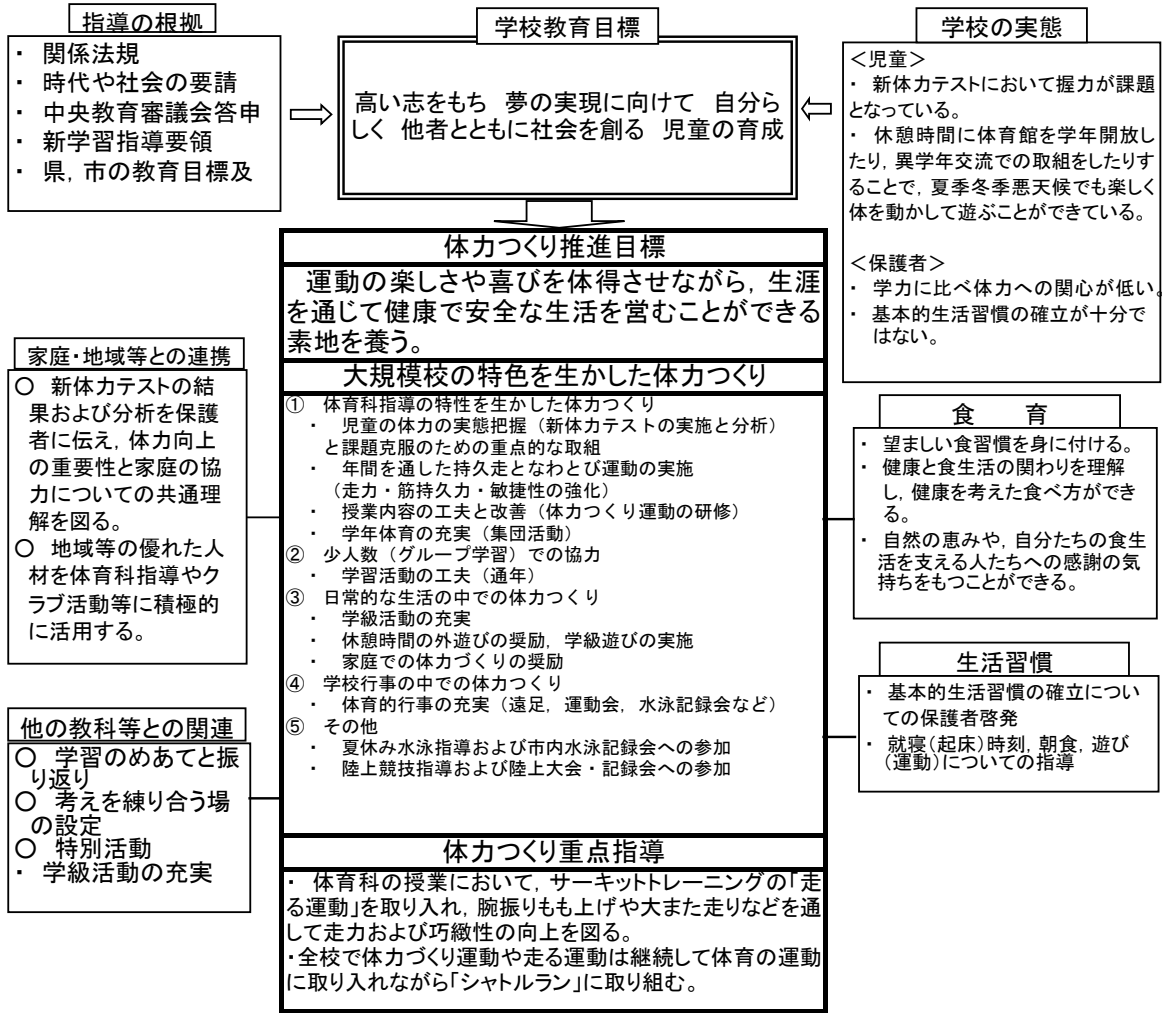


令和8年度 体力づくり全体計画



学期	月	目標	体育科指導	個別指導	日常活動	学校行事 (校外行事)
1	4	楽しく体を動かそう	体づくり運動		体力づくり 学級活動 外遊び奨励	遠足
	5	自分の体力を知ろう	表現運動			運動会
		運動会をがんばろう	走る運動			新体力テスト
	6	自分ができる技を増やそう	マット運動			プール開き
	7	水に慣れよう 泳ぐ距離を伸ばそう	跳び箱			
8	(しっかり泳ごう)	水泳	水泳指導			
2	9	自分の体に合った運動をしよう	走る運動	陸上指導	体力づくり 学級活動 外遊び奨励	(市内陸上記録会)
	10	積極的に運動をしよう	ポール運動			
	11	体調に気をつけて運動しよう	鉄棒			
	12	みんなで楽しく運動しよう	ポール運動			
3	1	持続する力を高めよう	走る運動		体力づくり 学級活動 外遊び奨励	
	2	ルールを守って運動しよう	ポール運動			
	3	工夫して運動しよう	体づくり運動 表現運動			