

平成30年度体力づくり推進計画 ＜全体計画＞

達成目標

- 適切な運動の経験を通して、体力の向上を図るとともに、運動に親しむ態度を育てる。
- 新体力テストで県平均、全国平均を上回る種目を90%以上にする。

学校の状況

- ・ 市街地にある大規模校。
- ・ 人数に対して運動場がせまい。
- ・ 団地が多く、家の周辺に遊ぶ場所があまりない。

児童生徒の運動の実態

- ・ スポーツ少年団等に所属し、運動を継続的にしている児童とそうでない児童の二極化がみられる。
- ・ 習い事等のため、帰宅後や休日の遊び時間が少ない。
- ・ 休憩時間の運動場利用は、サッカーを中心に遊んでいるが、種類は少ない。

広島県体力・運動能力、運動習慣等調査結果との比較から

- ・ 昨年度の新体力テストにおいて、全国平均値かつ県平均値を上回っている種目は87%であった。
- ・ 男女ともに「握力」が、県平均値かつ全国平均値より低い学年がある。
- ・ 昨年度までの課題であった「50m走」の改善が図られた。

実態把握

児童生徒の実態や体力・運動能力調査等から明らかになった課題

- ・ 体を動かす時間や場所が十分取れていない実態がある。遊びの時間、空間を確保する取組を継続する必要がある。
- ・ 遊びの種類は多様化してきているが、体育委員会を中心に遊びの種類を全校に紹介し、さらに運動遊びを充実させていく必要がある。
- ・ 新体力テスト男子は、握力(4/6学年)、女子は、握力(4/6学年)が県平均値かつ全国平均値より下回っており、鉄棒やのぼり棒で物を掴む感覚を養う取組が必要である。
- ・ 新体力テストの調査結果から、体育の時間以外で、運動やスポーツを全くしていない児童が16.6%であり、家庭でも体を動かす機会を確保してもらえるように、ノーテレビ、ノーゲームの取組に合わせ、運動遊びの大切さを引き続き啓発していく必要がある。
- ・ 朝食を毎日摂っている児童が95.6%であり、定着が図れているが、睡眠については、1日の睡眠時間が6時間未満の児童が3.9%である。引き続き、児童、保護者に睡眠の大切さについて啓発していく必要がある。

取組事項

- ① 体育科での取組
 - ・ 準備運動に、走運動や投動作を取り入れ、年間を通して取り組む。
 - ・ ボール運動(ベースボール型)での、指導の工夫・改善を行い、投動作の習得を併せて図る。
- ② 休憩時間を利用した取組
 - (ア) 毎週火曜日の昼休憩を「ハッスルタイム」(No Ball Day)とし、さまざまな運動(ボール遊び以外)遊びができる時間とする。
 - (イ) ロングタイム昼休憩(月1回)を設け、運動遊びの時間を確保する。
 - (ウ) 投力向上に向けて休憩中のドッチボールでの遊びを推奨する。
- ③ 児童会、委員会の取組
 - ・ 児童会と体育委員会が中心となって、ロングタイム昼休憩に運動遊びを企画し、外遊びの楽しさを実感させるようにする。
- ④ 食育での取組
 - ・ 「そろって食事、家族団らんの日」や「早寝、早起き、朝ごはん」の取組を啓発する。
 - ・ 保健だよりで継続的に食に対する意識を高め、栄養(3色)バランスのとれた朝食になるように、家庭の理解と協力を求める。
- ⑤ 長期休業での取組
 - ・ 長期休業中は、体力づくりカード配付して、継続的に休みの間も体力づくりに取り組めるようにする。
 - ・ 長期休業後は、生活点検表を配付し、「早ね」「早起き」「朝ごはん」生活チェックを行う。
- ⑥ その他の取組
 - ・ 体力記録カードを作成し、児童に目標を持たせることで継続的かつ意欲的に取り組ませる。
 - ・ 体育振興会と連携し走力向上の取組みとして、陸上教室を実施するとともに、その内容を授業に反映する。

期待される効果

- ・ 体を動かす楽しさを感じる児童が増える。
- ・ 外遊びが盛んになり、運動経験が増える。
- ・ 体を動かす時間の増加により、食事を摂取することの促進も期待できる。
- ・ 総合的な体力の向上が期待できる。(新体力テスト県・全国平均値より90%以上)

体制

- ・ 体育主任を責任者とした「体力向上推進チーム」を構成する。メンバーは、体育主任、保健主事、養護教諭、保健体育部、児童会の担当者で構成する。
- ・ 保健体育部会は、月一回(定例)の部会及び行事や児童の実態に応じて臨時部会を開催する。

推進組織

平成30年度体力づくり推進計画 <年間指導計画>

東広島市立高屋西小学校

達成目標

- 適切な運動の経験を通して、体力の向上を図るとともに、運動に親しむ態度を育てる。
- 新体力テストで県平均、全国平均を上回る種目を90%以上にする。

