

# 平成25年度体力づくり推進計画 ＜全体計画＞

東広島市立西条小学校

## 達成目標

- 体育科授業の充実、外遊び奨励の取組を通して、運動に親しむことができる児童を増やす。
- 新体力テストの全国平均を上回る項目数を前年度より増やす。

## 学校の状況

- ・ 市中心部にある大規模校で、児童数 1000 人を超えている。
- ・ 運動場はプレハブ校舎が建っているが、運動するには十分な広さである。しかし全校児童が一斉に活動する際には運動が限定されてしまう。

## 児童生徒の運動・生活習慣の実態

- ・ 毎日外で元気よく遊んでいる児童の割合は、83.1%である。
- ・ 低学年ではほとんどの児童が8時間以上睡眠をとっているが、21.6%の児童が8時間未満の睡眠時間である。

## 広島県体力・運動能力、運動習慣等調査結果との比較から

- ・ 各学年の平均値は男子は48種目中29項目〔60, 4%〕が全国平均かつ県平均を上回っている。女子は48種目中35項目〔72.9%〕上回っている。
- ・ 体力合計点においては、3年男子以外は全国平均かつ県平均を上回っている。
- ・ 男子の50m走、ソフトボール投げは、全国平均かつ県平均を下回っている学年が多い。

## 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

- ・ 生活の中で、体を毎日動かしている児童とほとんど動かしていない児童に分かれており、二極化の傾向がある。
- ・ 体力面において、二極化する児童に運動習慣を確立させるために、体育科授業の充実とともに、遊ぶ時間の確保や場の確保、遊び方の指導等、全校で組織的に取り組む工夫が必要である。
- ・ 児童に家庭でも運動を行うようにさせるために、家庭学習の中に体育的活動を位置付ける等、家庭との連携の中で生活全般を見直す工夫が必要である。
- ・ 規則正しい生活習慣を身に付けるために、「睡眠時間の確保」「バランスのよい食事」の大切さを啓発する活動を学級懇談や通信等で、家庭へ呼びかける必要がある。

## 取組事項

- ① 体育科での取組（体育主任を中心に）
  - ・ 体育専科が、第2学年から第6学年にまたがって系統的な体育科授業を行い、各学年の担任と連携して授業の質を高める。
  - ・ 体づくり運動の授業を中心に、日頃経験しない動きを意図的に行わせるようにし、基礎的な運動感覚を身に付けさせる。
  - ・ 授業の導入で、雰囲気高める運動を行うことで運動の楽しさを味わわせ、運動に親しむことができる児童を増やす。
- ② 体育委員会との連携
  - ・ 「西条小カップドッジボール大会」を企画・運営し、目標をもってボールを投げる力が向上しようとする機会と場を設定する。
- ③ 外遊びの推奨
  - ・ 大休憩、昼休憩以外に、ロング昼休憩や朝の始業前時間の活用を行い、遊ぶ機会を増やして外遊びを推奨していく
- ④ 生活改善の家庭への啓蒙（養護教諭を中心に）
  - ・ 食事や睡眠を中心に自分の生活習慣を見直すことを通して自分の健康実態に関心をもたせるようにする。また、生活を改善するための保護者への啓蒙を積極的に行う。

## 期待される効果

- ・ 体育科の時間が楽しみになり、運動が好きな児童が増える。
- ・ 新体力テストの結果が向上する。
- ・ 休憩時間に外で遊ぶ児童が増え、毎日体を動かす児童の割合が増える。
- ・ 運動量が増加することで、食事を摂取すること早寝の0促進につながり、規則正しい生活習慣の確立のきっかけとなる。

## 体制

- ・ 保健主事を中心とした「体力アップ推進チーム」を構成し、系統的な体育科授業の計画と実施を行う。メンバーは、保健主事、体育主任、養護教諭、各学年の保健・安全・給食部それぞれ1名ずつの10名で構成する。
- ・ 原則、月1回の定例会議を開催する。
- ・ 体育委員会児童を活用して、体力向上のために企画や運営を行っていく。

## 推進組織

# 平成25年度体力づくり推進計画 <年間指導計画>

東広島市立西条小学校

## 達成目標

- 体育科授業の充実、外遊び奨励の取組を通して、運動に親しむことができる児童を増やす。
- 新体力テストの全国平均を上回る項目数を前年度より増やす。



