# 令和5年度体力つくり推進計画 <全体計画>

## 学校の状況

- ・小規模校である。(令和5年度児童数142名)
- ・グラウンドが2つある。
- ・田畑や山に囲まれた中に学校がある。 これらのことから、体を動かすことに恵まれた環 境である。

### 児童生徒の運動・生活習慣の実態

- 積極的に運動する児童とそうでない児童の二極化が見られる。
- ・ 基本的生活習慣(規則正しい生活習慣,就寝時刻等)においても、身についている児童とそうでない児童がいる。

## 広島県体力・運動能力,運動習慣等 調査結果との比較から

・ 男子は 48 項目中 31 項目で全国平均を上回った。昨年度と比べてもわずかに増えた。一方, 女子は 48 項目中 15 項目になり,前年度と比較して 20 項目も少なくなった。特に握力,5 0m 走,女子のボール投げが全国平均を下回る学年が多かった。

# 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

- ・日常的に運動していない児童が多くいる。
- ・運動する意欲が低い児童がいる。
- ・運動に関する達成感を味わう場が少ない。
- ・新体力テストの結果から、課題とある種目は握力、50m 走、女子のソフトボール投げである。

## 東広島市立原小学校

## 達成目標

- 〇 児童アンケートで「運動することが楽しい」90%以上、「目標をもって運動し能力が高まった」85%以上を達成する。
- 〇 走力を中心としたバランスのとれた体力, 運動能力の向上に努める。

#### 取組事項

- ① 体育科授業の充実
- ・課題の種目の技術指導を工夫する。(鉄棒、のぼり棒の活用、速く走るための体の動かし方やボール投げの指導など)
- ・自発的に運動をする子ども、運動の好きな子どもを育成する授業づくりを工夫する。
- ・体育科授業の準備運動に鬼ごっこを取り入れ、運動量を確保する
- ・体育科で学んだことを生かして、運動例を児童に紹介し、休み時間や放課後の外遊びを推進する。
- ・運動会や水泳、持久走などの学校行事を通じて、自分なりの目標をもたせ、目標に向かって取り組み、達成感が得られるように工夫を行う。(「水泳」「なわとび」「持久走」がんばりカードの作成)
- ② 外遊びの奨励
- ・ロング昼休憩の活用し外遊びのきっかけとなる特別活動(委員会)と連動したイベントを企画・開催する。
- ・全校での運動のイベント(全校リレー)を実施

## 期待される効果

- ・ 休憩時間に外で遊ぶ児童を増加する。
- 50m走の平均値が向上する。
- ・ 「運動することが楽しい」と感じる児童の数が増える。(児童アンケート90%以上)
- ・ 「目標をもって運動し能力が高まった」と感じる児童の数が増える(児童アンケート85%以上)

## 体 制

- ・ 体育主任を中心とし、児童の走力向上を目指して、日常的に教員間の連携を図る。
- ・ 職員間で体育科の授業について意見交流し、実践経過や課題、改善点について協議する。

# 令和5年度体力つくり推進計画 <年間指導計画> 東 広 島 市 立 原 小 学 校

0 走力を中心としたバランスのとれた体力、運動能力の向上に努める。 達成目標 ~3月 4月 5月 6月 7 - 8月 9月 10月 11月 12月 Check Action Do Check Plan Do Action Plan Check Action 見直しと改善計画の立案 結果分析・計画立案 評価 50m走の実施結果 計画に基づいた実施 計画に基づいた実施 見直し・次年度の計画 分析 【体育科·保健体育科】 教職員の研修(実施方法の確認、目 全校リレーの実施 低:体つくりの運動遊び 標値設定)指導方法の共通認識をもつ。 運動会実施 低:体つくりの運動遊び 低:体つくりの運動遊び 中高:体つくり運動 中高:体つくり運動 中高:体つくり運動 体育科授業の充実 授業づくりの工夫を行い、運動の好きな子 どもを育てるための研修や交流を行う。 【教科外】 全員外遊びの奨励 月2回火曜日を全員遊びの日として,昼 休憩は全員外へ出て遊ぶ。(年間) 毎週火曜日のロング昼休憩の実施 毎週火曜日を全員外遊びの日として、昼休憩は全員外へ出て遊ぶ。(年間) 【日常生活等】 年に2回の運動・スポーツの実施頻度・ 実施時間, 朝食の摂取, 睡眠時間, を把握 児童アンケート実施 児童アンケート実施 ーゲームデーの実施(年7回) 【家庭・地域との連携】 運動することが楽しいという児童(90%)以上) 目標をもって運動し、能力が高まったと感じる児童(85%以上) 長期休業中の体力づくり・ 家庭でのノーゲームデーの時間の使い方を工夫した児童(80%以上) 長期休業中の体力づくり・ 歯磨きカレンダーの配布 歯磨きカレンダーの配布