

令和8年度体力づくり推進計画

<全体計画>

達成目標

基本的な生活習慣を確立し、心身ともに健康な体をつくる。

- ・新体力テストで第1学年から第6学年のAB率-DE率を36%以上にする。
- ・運動やスポーツをすることが好き・やや好きと肯定的な回答をする児童の割合を90%以上にする。

学校の状況

- ・自然に囲まれた田園地帯にある小規模校である。
- ・ほとんどの児童が徒歩通学をし、最長通学距離は、3km以上である。
- ・全校児童数に対して運動場が広い。
- ・運動場の水はけが全面的に悪く、冬季は体育の授業や遊びに支障をきたすことが多い。

児童生徒の運動・生活習慣の実態

- ・休憩時間に、室内遊びをする児童が増えてきている。
- ・決められた時間に就寝する児童が減少してきている。
〔R7年度後期保護者アンケート〕の「決められた時間に就寝できている。」に対する肯定的評価 68%)
- ・テレビやゲームをする時間を決めて守っている児童が減少してきている。
〔R7年度後期保護者アンケート〕の「子供は、テレビを見る時間、ゲームをする時間を決め、守っている。」に対する肯定的評価 40%)

広島県体力・運動能力、運動習慣等調査結果との比較から

- ・運動やスポーツをすることが好き・やや好きと答えた5年生の男子児童の割合は100%だが、女子児童の割合は87.5%だった。
- ・学校全体で行った「運動(体を動かす遊びを含む)やスポーツをすることは好きですか。」というアンケートに肯定的な回答をした児童の割合は、男子90.32%、女子89.28%だった。

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

○男子

- ・「20mシャトルラン」において、全国平均値(令和6年度)は達しているが、県平均値(令和7年度)より低い結果であった。

○女子

- ・「上体起こし」において、県平均値かつ全国平均値より低い結果であった。

取組事項

① 体育科での取組

- ・持久力を高めていくために、1年を通して3分間走の取組を継続していく。
- ・体幹全体の基礎的な力を高めたり、各単元で行う運動に必要な動きを身に付けたりさせるために、上体起こしやプランク、クマ歩きなど、基礎感覚を高めるための運動を準備運動後に行う。
- ・仲間とのかわわりを広げ、運動することの楽しさをより実感させたり、運動の場や活動内容を工夫するなどして児童一人一人の運動量を向上させたりするために、低学年・中学年・高学年で合同体育授業を行う。
- ・担任だけでなく、教職員全体で指導に関わる。

② 体育科以外での取組

- ・保健体育委員会を中心として、休憩時間に全校児童で体を動かす機会を設定し、外遊びの奨励を強化する。
- ・学年の実態に合ったカードを作成し、めあてをもたせて年間を通じた業間体育での3分間走の取組を継続することで持久力を付ける。
- ・長期休業中に体力づくりの課題に取り組ませる。
- ・9月から10月にかけて、東広島市小学校陸上記録会に出場希望の児童のみでなく、練習参加を広く呼びかけ、走力や投力が向上するよう取り組む。
- ・「校内体力優秀賞」「校内体力向上賞」として、新体力テストにおけるA判定の児童と前年度より判定が向上した児童を表彰することで意欲を継続させる。
- ・体育朝会の実施を通して、様々な動きを身に付けることにより、主体的に運動に取り組ませるきっかけを作る。

③ 家庭との連携(保健主事・養護教諭・各担任を中心に)

- ・就寝時間や睡眠の大切さについて、身体測定などの機会に児童に指導したり、保健日より保護者に伝えたりする。
- ・生活アンケートにおいて、「早寝」「早起き」「朝ごはん」「外遊び」「姿勢」の状況を把握し、家庭との連携を図り、「早寝早起きチャレンジ週間」や「ノーメディアデー」などの取組を実施することで、家族との時間を楽しんだり、規則正しい生活をしたことの良いことを実感させる。

期待される効果

- ・毎日の外遊びが活発になる。
- ・目標に向かって粘り強く挑戦する意欲が向上する。
- ・体力向上のための取組の効果が、健康生活(健康的な生活習慣)や精神面に反映する。
- ・児童の体力や健康的な生活に対する保護者の関心が高まる。(学校への協力が期待される。)

体制

- ・体育主任が中心となり、体育科の授業や取組の成果、児童の外遊びの様子等について情報交換をし、取組状況を確認して改善を図る。
- ・長期休業中に体育科における授業力向上を目指した研修を行い、教員全体の専門性を高める。

推進組織

令和8年度体力づくり推進計画

<年間指導計画>

東広島市立造賀小学校

様式②

達成目標

基本的な生活習慣を確立し、心身ともに健康な体をつくる。
 ○体力の向上（授業始めの3分間走・業間体育を行う。）
 ・新体力テストで第1学年から第6学年のAB率-DE率を36%以上にする。
 ・運動やスポーツをすることが好き・や好きと肯定的な回答をする児童の割合を90%以上にする。

