

令和4年度体力づくり推進計画 ＜全体計画＞

達成目標	<ul style="list-style-type: none"> ○県平均値かつ全国平均値未満の種目を12種目以下にする。 ○新体力テスト評価のD, E 率を令和3年度の19%から減少させる。
-------------	--

学校の状況

- ・ 学年 70 名程度の2及び3クラス編制ができる中規模校

児童生徒の運動・生活習慣の実態

- ・ ロング大休憩を毎週行い、運動する時間が確保されていた。
- ・ 家庭学習の項目にも体力づくりを入れているので、放課後も外遊びを中心とした体力づくりを行うことができた。

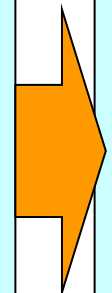
広島県体力・運動能力、運動習慣等調査結果との比較から

- 男子
令和3年度は「シャトルラン」において、県平均値かつ全国平均値より低い学年が4学年あった。4学年とも平均値より4回以上、下回っていた。
- 女子
令和3年度は「ソフトボール投げ」において、県平均値かつ全国平均値より低い学年が4学年あった。特に、ボール投げは学年が上がるにつれて平均値との差が広がっており課題として挙げられる。
- 全校
「上体起こし」の結果がほとんどの学級で平均値を下回った。D, E 率が令和元年度と比べて10%近く増加した。

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

- ・ 学年によって体力・運動の力の課題に違いが見られた。
- ・ 運動ができる児童とできない児童の差が大きく、運動が好きな児童とそうではない児童が分かれてしまっている。



取組事項

- ① 体育科授業での取組
 - ・ 体育科の学習・準備運動の中で、課題となる種目のうち持久力・筋力の向上を目指す。各学年で身に付けさせたい力に関わるねらいを明確にし、授業でそのねらいを達成できるよう、授業改善を図る。
- ② 週に1度のロング昼休憩の実施（児童会・体育委員会との連携）
 - ・ 週に1度普段の大休憩より長いロング昼休憩（約40分間）を実施し、外遊びの推進を図る。委員会や児童会を中心とした外遊びの企画も行い、さまざまな動きを楽しむ機会を設ける。
- ③ 体育朝会の実施
 - ・ なわとびや体づくり運動を取り入れた体育朝会を隔週実施し、いろいろな運動に親しみ、挑戦していくことで、運動への関心意欲を高める。
- ④ 平岩マラソンの期間集中実施
 - ・ 校内マラソン大会の練習期間の大休憩終了前に5分間のマラソンを実施し、体力の向上を図るとともに、外遊びの推進を図る。

期待される効果

- ・ 外遊びが盛んになり、多様な遊びをする児童が増える。
- ・ 運動への取り組みの成果を実感し、自分の成長を感じることで自己肯定感が高まる。
- ・ 体力が高まり、児童の新体力テストでの記録が向上する。



体制

- ・ 保健安全部を設置し、体育的行事に関わる行事を統括するとともに、児童の体力の向上を組織的に図っていく。構成メンバーは体育主任、養護教諭、保健主事の他、低・中・高学年から担任を各1名ずつ配置する。
- ・ 月に1回程度の定例会議を開く。

推進組織

