

令和5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"> ○普段、運動やスポーツをしないという児童を0%にする。 ○「上体起こし」と「反復横跳び」で県や全国の平均を上回る。
-------------	--

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

- ・ 休憩時間には、外で運動する児童が多い。
- ・ 家庭学習の項目にも体力づくりを入れているが、定着には差があり、体を動かす習慣が身に付いている児童が少ない。

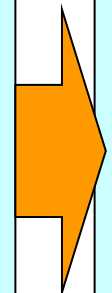
広島県体力・運動能力、運動習慣等調査結果との比較から

- ・ 5年生が「上体起こし」と「反復横跳び」で県や全国の平均を下回っている項目がある。
- ・ 1年生男子と2年生男子と6年生男子の運動やスポーツをときたま(月に1～3回)する又はしないと答える児童が多い。(約20%)
- ・ 5年生男子は4つのテストで昨年の結果を下回っている。
- ・ 1～4年生女子に運動やスポーツをしないと答える児童がいる。
- ・ 5年生女子は「ボール投げ」が県や全国の平均を下回っている。

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

- ・ 運動やスポーツを毎日していると答える低学年の児童が少ない。
- ・ 学年によって体力・運動の力の課題に違いがある。
- ・ 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 定期的なロング昼休憩の実施（児童会・体育委員会との連携）
 - ・ 普段の昼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。各学級で、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月に1度実施し、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、運動が好きな児童が増える。



体制

推進組織

- ・ 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名以上配置する。
- ・ 月に1回程度の定例会議を開く。

令和5年度体力づくり推進計画

<年間指導計画>

達成目標

○普段、運動やスポーツをしないという児童を0%にする。 ○「上体起こし」と「反復横跳び」で県や全国の平均を上回る。

	～3月	4月	5月	6月	7・8月	9月	10月	11月	12月
Check Action Plan Do		Plan Do		Check Action Plan Do					
評価 見直し・次年度の計画	結果分析・計画立案 計画に基づき実施		新体力テストの実施 結果分析		見直しと改善計画の立案 計画に基づき実施				
【体育科・保健体育科】	体づくり運動	体づくり運動	陸上運動系	器械運動系	水泳	器械運動系	陸上運動系	ボール運動	体づくり運動
①	体育の授業のはじめに、課題に応じた動きを取り入れた準備運動を行う。								
【ロング昼休憩】	年間を通して定期的に、ロング昼休憩を実施								
②	定期的にロング昼休憩を実施することで、外遊びの楽しさを味わわせ、児童の外遊びへの意欲を喚起する。								
【体育朝会】		ラジオ体操	第2週 体づくり運動 第4週 長縄等	新体力テストの結果を受けて、課題となる能力が向上するように体育朝会での取組を改良する。					マラソン
③									
【平岩マラソン】	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。								
④									