

令和5年度体力づくり推進計画 ＜全体計画＞

達成目標

- 「握力」「ボール投げ」を県平均かつ全国平均値以上にする。
- 新体力テストの総合評価においてAB率を50%以上、DE率を20%未満にする。

学校の状況

- 市街地にある大規模校。
- 通学時間が短い児童が多い。
- 運動場は広いが、児童数も多いため、思いきり外遊びができない。

児童生徒の運動・生活習慣の実態

- 運動やスポーツをすることは好きかを問うアンケート結果
 - 好き…70.7%
 - やや好き…18.2%
 - やや嫌い…4.9%
 - 嫌い…2.0%
- 運動やスポーツをすることが好きな児童は8割以上いる。
- 1日20分以上、週3回以上の外遊びをしている児童の割合は、85%であった。
- 校内縄跳び検定において、学年目標級を達成した児童の割合は、73%であった。

広島県体力・運動能力、運動習慣等調査結果との比較から

- ・5年男子の「握力」において、県平均値かつ全国平均値より低かった。
- ・5年女子の「ボール投げ」において、県平均値かつ全国平均値より低かった。
- ・総合評価のAB率が42.9%、DE率は21.8%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

- 体力テストにおいて、握力・ボール投げに課題がある。
- 外遊びをする児童が増えてきたが、運動習慣が身につけていない児童もいるので、外遊びを推奨するなどして、運動に取り組む児童を育成する必要がある。
- 新体力テストにおいて、DE率が21.8%、校内縄跳び検定において、学年目標級を達成できていない児童が27%いることから、学年相応の運動能力を身に付けられていない児童に対する取組を行う必要がある。

取組事項

- 体育科での取組
 - ・体育科の授業始めに、遊具を活用したサーキットなどの握力を鍛える運動を取り入れる。
 - ・前期に職員研修等を開催して、運動の取り組ませ方の共通認識をもつ。
- 縄跳び検定の実施
 - ・定期的に縄跳び週間を設け、縄跳びに取り組ませる。学年目標級を設定することで、運動が苦手な児童の体力の底上げを図る。
- 三ツ城タイムの実施
 - ・週に1度、朝の時間を使って全校で運動を行う。縄跳びや遊びを紹介する。
- 教室空っぽデーの実施
 - ・休憩時間を活用したクラス全員での外遊びを行い、担任も一緒になって遊ぶことで、児童と教職員の運動に対する意識の向上を図る。
- 環境の整備
 - ・中庭でも運動ができるように環境を整える。
 - ・投動作が取得できるように、遊びながらコツをつかめる遊具を作る。

期待される効果

- ・新体力テストにおいて、課題のある種目が向上する。
- ・縄跳び検定に取り組むことで、運動することの楽しさや自己の目標を達成できた時の満足感を味わうことができる。
- ・運動の仕方が分かり、外遊びを積極的に行う児童が増える。
- ・教職員と児童の運動に対する意識が向上する。
- ・クラス全員での外遊びをすることで、運動する楽しさを味わいながら、コミュニケーションを図ることができる。

体制

- ・体育主任を中心とした保健体育部で児童の育成を図る。
- ・学年の保健体育部を中心に、学年の課題とそれに対する取組を考え、実行する。

推進組織

令和5年度体力づくり推進計画

<年間指導計画>

東広島市立 三ツ城小学校

様式②

達成目標

- 「握力」「ボール投げ」を県平均かつ全国平均値以上にする。
- 新体力テストの総合評価においてAB 率を50%以上、DE 率を20%未満にする。

	～3月	4月	5月	6月	7・8月	9月	10月	11月	12月
	Plan	Do		Check	Action	Plan	Do	Check	Action
	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		評価 見直し・次年度の計画	
【体育科】		握る運動 体育科の授業始めに、遊具を活用したサーキットなどの握力を鍛える運動を取り入れることで、握力の向上を図る。					持久走大会に向けて、自己の目標を立てて練習に取り組ませることで、持久力の向上を図る。	持久走	
【教科外】			縄跳び週間 体育朝会や休憩時間に縄跳び検定を行い、持久力や敏捷性、跳躍力等、基礎体力の向上を図る。		縄跳び検定		縄跳び週間		縄跳び週間
				三ツ城タイム 体育朝会を行い、縄跳び運動を中心に様々な運動に親しませる。					
【日常生活等】		担任も児童と一緒に遊び、児童の課題を把握する。		教室からっぽデー 児童の実態にあった遊びを保健体育部から提案、実施する。			課題となる運動能力がある場合、向上させるために、遊びの工夫をする。		
【家庭・地域との連携】				体力アップ学習 家庭学習で、体力アップの課題に取り組む					