

令和8年度体力づくり推進計画 ＜全体計画＞

達成目標

- 体力向上の取組を通して、新体力テストの結果で、A・B判定の児童の割合を50%以上にする。
- 運動・運動遊びの好きな児童の割合を80%以上とする。

学校の状況

- ・ 3・4年は複式学級、他学年は1クラスずつの小規模校
 - ・ 仮設校舎建設のため、運動場の使用に制限がかかっている。
 - ・ 通学範囲が広い。
- R8年度
- ・ 運動会を実施
 - ・ 体力テストを実施

児童生徒の運動・生活習慣の実態

- ・ 週に2度の体育館使用可能日には、休憩時間に多くの児童が遊んでいる。
- ・ 休憩時間に室内遊びをする児童は高学年になるにつれて一定数見られる。
- ・ 夜遅くまでのゲームやメディア視聴の影響で早寝早起きが十分定着していない児童がいる。

広島県体力・運動能力、運動習慣等調査結果との比較から

- ・ 「運動やスポーツをすることが好きですか」という質問に肯定的回答した児童は男子100%、女子80%であった。
- ・ 握力を除く全ての種目において、全国平均及び広島県平均を下回っている。また、総合評価においても、A・B評価の児童がいない。
- ・ 運動習慣が十分に定着していない。また、就寝時刻が遅い児童がいる。

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

- ・ 体育科の授業には意欲的に参加している児童が多い。ただ、休憩時間に外遊びをする児童は学年が上がるにつれて減少傾向にある。
- ・ 委員会活動等で体育的行事を企画することで、学校全体として運動をするきっかけを与えていく必要がある。
- ・ 体育科の授業改善だけでなく、日常的に運動習慣が身に付くように生活習慣から見直す必要がある。
- ・ 長時間のゲームやメディア視聴の影響について、睡眠の重要性も交えて、健康だよりや保健指導などで継続して伝えていく。また、家庭でも運動習慣が身に付くように保護者へ周知していく必要がある。

取組事項

- ① 体育・保健体育の授業の充実
 - ・ 新体力テストの結果をもとに、課題に応じて準備運動やサーキットトレーニングを加えていく。
 - ・ 運動や健康について自己の課題を見付け、その解決に向けて、主体的かつ協同的に取り組むことのできる授業づくりを目指す。
- ② 体育委員会の取組
 - ・ サークットトレーニング、体操、なわとびなどを行い、児童の体力向上を図る。
 - ・ 運動が得意・不得意に関わらず、楽しむことのできる体育的行事を企画する。
- ③ 家庭・地域との連携
 - ・ 新体力テストの結果を各家庭・地域に知らせ、学校での体力向上への取組を理解してもらうとともに、家庭での取組を呼びかける。
 - ・ 新体力テストの結果をファイルし、児童の成長を記録していくとともに、自分の得意とする運動や苦手とする運動を知ること、体力づくりに対する意識が高まるようにする。
- ④ 校内での研修
 - ・ 教職員の指導力向上のために、各学年での授業実践の交流や授業内容の相談などを教職員内で行う。

期待される効果

- ・ 運動や体力についての能力向上が期待でき、バランスの良い運動能力を身に付けることができる。
- ・ 体を動かす時間をしっかりと確保し、サーキットトレーニングなどに取組むことで、体を動かすことが好きな児童が増えたり、体力が向上したりするなどの期待ができる。
- ・ 運動やスポーツが好きな児童が増える。
- ・ 新体力テストの結果を家庭・地域と共有することで、児童の体力の向上について意識が高まるとともに、児童一人一人の結果をファイルに残していくことで、成長の過程を知ることができる。

体制

- ・ 体育主任がリーダーシップをとって、体力向上に向けて、各学年の担任と連携をしながら推進していく。
- ・ 体育委員会を中心に、全校児童の体力を高めるための活動をする。
- ・ 体力テストの結果を全職員で共有する。

推進組織

令和8年度体力づくり推進計画 <年間指導計画> 東広島市立板城西小学校

達成目標	<ul style="list-style-type: none"> ○ 体力向上の取組を通して、新体力テストの結果で、A・B判定の児童の割合を50%以上にする。 ○ 運動・運動遊びの好きな児童の割合を80%以上とする。
-------------	--

	～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・保健体育科】	ボール運動系	体づくり運動 リレー 短距離系	体づくり運動 ボール運動系	体づくり運動	体づくり運動	器械運動系	器械運動系	器械運動系	器械運動系	器械運動系
【教科外】	体育委員会の取組 縄跳び大会を行う。	4・5・6月はラジオ体操や柔軟運動を行う。	学校行事の一つとして、運動会指導を位置づける。	新体力テストの結果を個人懇談のときに渡す。	体育施設や遊具を有効に使ったサーキットメニューを設定する。	令和8年度は運動場の使用に制限がかかる。				
【家庭・地域との連携】	市民スポーツ大会参加への呼びかけ	運動の呼びかけ	新体力テストの結果	陸上記録会参加への呼びかけ	陸上記録会参加への呼びかけ	東広島ロードレース大会への参加呼びかけ				