

令和5年度体力づくり推進計画 ＜全体計画＞

東広島市立中黒瀬小学校

達成 目標

- 運動やスポーツをすることがややきらい、きらいと答える児童の割合を、男子は7%以下、女子は10%以下にする。
- 新体力テストの総合評価において、（AB－DE）率が－5%を上回るようにする。
- 「反復横跳び」「20mシャトルラン」「50m走」「立ち幅とび」の各学年の記録を令和4年度よりも上回るようにする。
- 体力合計点を令和4年度よりも各学年1.5点以上ずつ上回るようにする。

学 校 の 状 況

- ・全校児童 名
- ・校区が広く遠距離を徒歩通学する児童やバス通学をする児童が多い。
- ・運動場は広く児童1人あたりの面積は広い。

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
 - ・運動やスポーツをすることがややきらい、きらいと答える児童の割合が平均8.4%である。
 - ・低学年に比べ、中・高学年がややきらい、きらいと答える児童が多い傾向にある。
- 女子
 - ・運動やスポーツをすることがややきらい、きらいと答える児童の割合が平均13.8%である。
 - ・ややきらい、きらいと答える女子の割合が男子よりも5.4%多い。
- 第5学年男子
 - ・「反復横跳び」「20mシャトルラン」「50m走」「立ち幅とび」「体力合計点」が、県平均値かつ全国平均値より低い。
- 第5学年女子
 - ・「長座体前屈」「反復横跳び」「20mシャトルラン」「50m走」「立ち幅とび」「ボール投げ」「体力合計点」が、県平均値かつ全国平均値より低い。
- 全体
 - ・新体力テストの総合評価のAB率27.6%、DE率34.5%である。
 - （（AB－DE）率 －6.9%）

取組事項

- ① 体育の授業における運動能力を高める効果的な指導方法改善
 - ・「反復横跳び」「20mシャトルラン」「50m走」「立ち幅とび」の数値が低いことから、低学年では鬼遊び、中学年ではゲーム、高学年ではボール運動の授業の充実を図る。
 - ・児童が自身の運動技能の伸びを実感できるように、積極的にタブレット端末を授業で活用する。
 - ・合理的な運動の仕方を確認することができるように、動画やワークシート等を通して学習する時間を適宜取り入れる
- ② 体育科、学校行事、遊びと連動した年間サイクルの実施
 - ・外遊びの楽しさを感じ得るように、週に一回のロング昼休憩や月に一回の「全員外で遊ぼう DAY」を行う。
 - ・気軽にいろいろな外遊びにふれることができるように、道具なしで遊ぶことができるような遊びを、体育委員会が紹介する。
- ③ 体力づくりを促す環境づくり
 - ・年度初めに縄跳びカードを配付し、年間通じて休憩時間や長期休業中に縄跳びに取り組めるようにする。
 - ・持久力を高めることができるように、後期に持久走チャレンジカードを配付し、走った距離数に応じてシール等を渡す。
 - ・児童がルールや場を工夫して外遊びすることができるように、カラーコーンやフラフープ等、自由に使ってよい道具を運動場に設置する。
 - ・放課後でも運動に慣れ親しむことができるように、家庭でもできるような運動をタブレット端末の機能を通して紹介する。
- ④ 基本的生活習慣と健康教育の一体化
 - ・長期休業中の生活習慣調べ等で児童の朝食の実態を把握し、児童の実態に合わせて指導や声かけを行うことで朝食の意義や規則正しい生活習慣をしようとする意欲を高める。

期待される効果

- ・外遊びをする児童が増える。
- ・筋力、持久力、瞬発力、柔軟性、調整力等が高まり、新体力テストの記録が向上する。

体 制

- ・保健主事、養護教諭が中心となり、体力向上プロジェクトチームを構成する。メンバーは、校長、教頭、主幹教諭、保健安全部会の 名で構成。
- ・地域の体育振興部会と連携を図る。

推進組織

令和5年度体力づくり推進計画＜年間指導計画＞

東広島市立中黒瀬小学校

達成目標	○運動やスポーツをすることがややきらい、きらいと答える児童の割合を、男子、女子共に7％以下にする。 ○新体力テストの総合評価AB率がDE率を上回るようにする。 ○「握力」「長座体前屈」「50m走」の各学年の記録を令和3年度よりも上回るようにする。 ○体力合計点を令和3年度よりも各学年2点ずつ上回るようにする。
------	--

