

様式①

令和7年度体力づくり推進計画

<全体計画>

達成目標

・外遊びを週3回以上行っている児童の割合（70%）

学校の状況

- ・河内町の中央部にある小規模校
- ・小中一貫校
- ・児童数65名

児童生徒の運動・生活習慣の実態

- ・肥満傾向児童は、全体の12.3%である。昨年度より減少してきている。
- ・う歯の未処置者は、全体の41.5%である。
- ・平日学習以外のメディア使用時間2時間以内は54.4%となっている。
- ・自分専用のスマホを持っている児童の割合が40%となっており、その中で家庭でのルールがあると回答した児童は70%となっている。

広島県体力・運動能力、運動習慣等調査結果との比較から

<令和6年度結果より>

- ・平均の総合評価

学年	男子	女子
1年	B	B
2年	C	B
3年	C	B
4年	B	C
5年	B	C
6年	B	A

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

- ・肥満やう歯の罹患率が高い傾向にあり、日々の食生活や間食について調査・改善に向けた啓発が必要である。
- ・平日の学習以外のメディア使用時間が2時間を超える児童が約半数近くいる。日々の生活や学習面、心身の健康にも大きく関わるため、メディアの使い方や健康の影響等について保護者と連携して改善に取り組む必要がある。
- ・近年スマホ保有率が増加傾向にあり、児童も40%が持っている状態である。その中で、家庭でのルールが明確に定められている割合が70%となっているので、早急に改善に取り組む必要がある。
- ・第5学年男子は長座体前屈に課題がある。また女子は、長座体前屈・握力に課題がある。1男女ともに柔軟性を高める必要がある。
- ・「運動やスポーツをすることが好きですか」の問いに対し「好き」と答えた児童が男子82%、女子80%となっている。半面「少し嫌い」「嫌い」という児童が6%いるので、楽しみながら運動できる方法を考えていく必要がある。

取組事項

- ① 時程での取組
 - ・各担任が外で遊ぶよう声掛けをする。（時間があれば担任も一緒に遊ぶ）
- ② 体育科での取組
 - ・準備運動において、走の運動を中心にしたサーキット運動や、マラソン縄跳び（低学年1分間、中学年2分間、高学年3分間を目標にして、前跳びで跳び続ける。）に取り組む。
- ③ 朝時間の取組
 - ・週2回の朝運動を継続して行う。4、5、10、11、12、3月は「朝マラソン」、6、7、8、9、1、2月は「縄跳び」を行う。
 - ・12～1月に「持久走チャレンジ（校内持久走大会・20mシャトルラン再計測）」を実施し、持久力の伸びを感じさせる。
- ④ 保健生活部を中心とした取組
 - ・運動に関する校内大会や記録会を設け、目標をもって運動に取り組めるようにする。
 - ・体力向上のため、縄跳び運動を奨励する。
- ⑤ 体育・緑化委員、児童会を中心とした取組
 - ・前期、後期の2回全校遊びを計画し、全校で楽しく遊べるように計画をする。
- ⑥ 河内町内中学校区で連携した取組
 - ・河内中学校区の全ての学校が連携をしてアウトメディアの習慣をつけるため、保護者の協力を得るための啓発（強化週間・アンケート実施）を行い、取組を進める。
 - ・生活習慣アンケートを年2回実施し、児童の生活習慣を定期的に把握し、指導する。

期待される効果

- ・外で遊ぶ児童が増え、体力向上、運動を好きになることが期待される。
- ・朝マラソンなどの朝時間の運動の継続的な実施により、持久力の向上及び健康の保持増進が期待される。
- ・校内の大会や記録会を行うことで、目標達成に向けて運動に取り組む児童の姿が期待される。
- ・児童主体の遊びを行うことで、運動を好きになることが期待される。
- ・生活習慣を整えることで、児童の体力や学力を育む上で基盤となる健康な体づくりが促されることが期待される。

体制

- ・保健生活部を中心にして、体力向上に向けての対策や記録会に向けての練習計画を立てる。
- ・体育・緑化委員会の活躍の場を仕組み、児童の体力づくりへ意識を高める。

推進組織

令和7年度体力づくり推進計画 <年間指導計画>

東広島市立河内小学校

達成目標

- ・体育科授業や、体育的行事において、多様な運動を経験することを通して、体を動かす楽しさを味わわせ、運動好きな児童を育成する。
- ・保健指導を充実させることで、生活習慣を自ら整えようとする児童を育成する。

