

様式①

# 令和8年度体力づくり推進計画 ＜全体計画＞

東広島市立 高屋中学校

## 達成目標

- ・「立ち幅跳び」「ボール投げ」の結果を、県平均値かつ全国平均値以上にする。
- ・運動やスポーツをすることが「やや嫌い」、「嫌い」と答える生徒の割合を、男子は9%、女子は15%以下にする。

## 学校の状況

- ・東広島市の中でも有数の大規模校であるが、近年生徒数は減少傾向である。
- ・校区が広範囲にわたり、スクールバスを利用するバス通学生徒やJRを利用する生徒、自転車通学、徒歩通学と多岐にわたる。

## 児童生徒の運動・生活習慣の実態

- ・今年度全学年で運動部や地域スポーツに所属している生徒は、男子で77%、女子で52%である。
- ・今年度は、運動やスポーツがやや嫌い・嫌いと答えた生徒は、男子12%、女子28%であり、女子の運動離れが感じられる。

## 広島県体力・運動能力、運動習慣等調査結果との比較から

- ・今年度の2学年の体力テストの合計点は、男女とも全国平均値かつ県平均値を上回ることができておらず、体力レベルは比較的高いとは言えない。
- ・今年度の2学年の長座体前屈・上体起こしについては、男女とも全国平均値かつ県平均を下回っている。
- ・総合評価A判定の生徒は全学年の全体の約21%であった。

# 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

- ・運動能力調査の結果から、立ち幅跳び、ボール投げにおいて、昨年度の2学年の男女とも全国平均値かつ県平均値を下回っており、大きな課題があることがわかる。
- ・全学年男子の10%、女子の29%が総合評価Aランクであり、特に男子はまだまだ体力を向上させていくことが必要である。
- ・アンケート調査より、週3日以上スポーツを実施している生徒が全体で64%おり、男子は約75%の生徒が該当している。昨年度は全体で67%であった。また、運動部や地域スポーツへの所属状況は所属しているのが全体で65%で、昨年度は67%である。このことから運動部や地域スポーツへの所属状況に関わらず、運動に親しんでいる生徒の割合は変化していない。
- ・全校生徒の約85%が朝食を毎日摂取すると答えており、朝食の大切さを認識している生徒もいるが、昨年度の82%から変化していない。
- ・学校生活について、肯定的評価をしている生徒が9割を超えており、「楽しくない」と感じている生徒は4%程度である。
- ・「運動やスポーツをすることは好きですか」の回答について「好き」「やや好き」が81%と肯定的な評価をしている生徒が多い。

## 取組事項

- ① 保健体育科での取組
  - ・学年当初に体育理論、体づくり運動を重視し、「体力を高めることの必要性を理解させ、自己の体力の課題に合った体力づくりが実践できる。」に重点を置き、全学年で年間を通じて体力向上に向けた運動を取り入れていく。
  - ・各単元の特性につながる補強運動を取り入れながら立ち幅跳び・ボール投げの記録向上を目指していく。
- ② 外遊びの奨励
  - ・休憩時間（主に昼休憩時）にグラウンドで運動できるように、ボールを貸し出し外遊びの奨励を行う。
- ③ 部活動の推進
  - ・毎日の活動として、部活動の充実を図り、生徒の体力向上に努めるとともに、部活動の時間を確保する。休養日の計画的な設定をするなど勉強と部活動の両立を図る。

## 期待される効果

- ・運動能力調査の結果から得られた課題である、筋力・筋持久力の要素が改善される。
- ・運動することや、ボール運動を主体的に行おうとする生徒が増える。
- ・外遊びが盛んになることによって、運動に親しむ生徒が増える。
- ・各部活動が活性化される。

## 体制

- ・保健体育科と運動部顧問とで、体力向上に向けた取り組みの連携を図る。（体力データの公表）
- ・保健主事と、保健体育科が生徒の健康管理についての情報交換や連携を図る。

# 推進組織

様式②

# 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 高屋中学校

**達成目標**

- ・「立ち幅跳び」「ボール投げ」の結果を、県平均値かつ全国平均値以上にする。
- ・運動やスポーツをすることが「やや嫌い」、「嫌い」と答える生徒の割合を、男子は9%、女子は15%以下にする。

	～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・保健体育科】	持久走 (動きを持続させる運動)	体育理論 体づくり運動	球技系 陸上競技		武道(剣道)	器械運動系	球技系	体づくり運動(動きを持続させる運動)	ダンス	
		毎時間、準備運動の中に、投力や握力などの基礎体力が向上するような運動を取り入れ、子どもたちの「体力向上」に取り組む。			種目の特性に応じた動き作りの中で、体力を高める運動を行う。		課題解決を目指して授業の中で重点的に取り組むことを1つ、授業の中で実施する。			
【教科外】			外遊びの奨励	体育大会の練習		生徒会が主催して、ボール運動に親しむために、各学級にボールを準備して、昼時間に外遊びを呼びかける。				
【日常生活等】			◎県選手権予選大会	◎呉賀茂地区選手権大会	◎県選手権大会 ◎中国・全国大会 ◎市総合体育大会		◎秋季大会	◎呉賀茂地区新人大会	◎全国駅伝大会 ◎県新人大会(1月)	
			各部活動での目標を設定し、毎日の朝練習や放課後の練習にしっかりと参加させる指導を行う。 部活動参加状況をクラブ顧問と連携をしっかりととる。							
【家庭・地域との連携】				学校評価アンケートの実施・集計					学校評価アンケートの実施・集計	