

令和3年度体力づくり推進計画 ＜全体計画＞

学校の状況

- 令和3年度 寺西小学校人数
684名（令和3年5月1日現在）
- 新グラウンドがあるが、使いにくさがある。（使用前の散水、道路横断など）

児童生徒の運動・生活習慣の実態 （数字は一昨年度）

- 「体を動かすこと、運動が好き」と肯定的に答えた児童の割合が90.5%である。
- 「体育では、精一杯運動することができる」と肯定的に回答した児童の割合が79.8%である。
- 「決められた時間までに寝る」と肯定的に答えた児童が78.8%である。
- 「朝ごはんは毎日食べている」と肯定的に答えた児童は95.0%である。
- 「給食の後、歯みがきをしている」と肯定的に答えた児童は85.8%である。

広島県体力・運動能力、運動習慣等 調査結果との比較から

- 体力合計得点は、ほとんどの学年で県平均かつ全国平均値を上回っている。
- 50m走・ボール投げに課題が見られる。
- 総合評価の判定がA、Bの児童の割合（A B率）62.5% E、Dの割合（ED率）14.2%

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

- 分離前の習慣で、大休憩や昼休憩に校内で過ごす児童が多い。
- ドッジボールなどの投げる運動遊びの好き嫌いが二極化しており、思いきり投げるという経験が少ない児童がいる。

達成目標

- 新体力テストにおいて、AB率を60%以上、ED率を15%未満にする。
- 新体力テストにおいて、県平均かつ全国平均未満割合を20%以下にする。
- 運動に関するアンケートを取り、「体を動かすこと、運動が好きだ。」と「毎日、外遊びをしている。」の2項目で肯定的な回答をする児童を85%以上にする。

取組事項

- ① 運動を楽しむことができる児童を増やすための工夫
 - 児童が意欲的に楽しみながら体を動かすことができるように、スポーツ委員会を中心に、運動の大切さの分かるポスターの作製、外遊びの呼びかけ、みんなで遊べる遊びの提案、各学年の外遊び率の集計・発表等を行う。
- ② 力いっぱい体を動かすことができる児童を増やす授業改善
 - 授業の始めの準備の運動に、遊具を使った「サーキット運動」や「鬼遊び」、「なわとび」を使った運動を適宜行う。内容や具体例等、職員研修を行い意識統一を図る。また、「走・跳」、「体づくり運動」の単元においてゲームを取り入れることで、運動に積極的に参加し、力いっぱい体を動かすことができるように、授業改善を行う。
 - 「なわとびカード」を年度当初に作成し、児童が目標をもって取り組めるようにする。技や跳び方について職員研修を行い周知する。
- ③ 家庭学習に「体力づくり」を取り入れる。
 - 「毎日カード」などに体力づくりの項目を入れて、握力、柔軟、なわとびなど、家庭でできる簡単な運動を宿題にして、家庭と連携して体力の向上を図る。
- ④ 保健安全部主催の「ドッジボール大会」
 - 年1回、学級対抗のドッジボール大会を実施し、練習に取り組む中で思いきり投げる経験を増やしていく。
- ⑤ 環境整備
 - 遊具の点検（月一回）を行い、児童が安全に遊べるようにする。
 - 遊具の使い方を教室に掲示するとともに、スポーツ委員会の児童に安全な遊び方を常時活動として行い、児童に周知し、安全に遊べるようにする。

期待される効果

- ・「体を動かすこと、運動が好き」な児童の数が増える。（児童アンケート85%以上）
- ・「毎日、外遊びをする」児童の数が増える。（児童アンケート85%以上）
- ・新体力テストにおいて、「ボール投げ」、「50m走」の全国平均かつ県平均未満の割合が減る。（「ボール投げ」40%以下（昨年度50%）、「50m走」50%以下（昨年度58%））

体制

- ・保健主事、体育主任を中心に各学年部と連携を図り、月1回程度体力向上に向けての指導や情報の交流などを行う。
- ・体力向上に向けての教職員の指導力向上を図るため、長期休業期間等を利用して職員研修を行う。

推進組織

令和3年度体力づくり推進計画 <年間指導計画> 東広島市立寺西小学校

達成目標

- 新体力テストにおいて、AB率を60%以上、ED率を15%未満にする。
- 新体力テストにおいて、県平均かつ全国平均未満割合を20%以下にする。
- 運動に関するアンケートを取り、「体を動かすこと、運動が好きだ。」と「毎日、外遊びをしている。」の2項目で肯定的な回答する児童を85%以上にする。

～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】	授業の始めに、遊具を使った「サーキット運動」や「鬼遊び」、「なわとび」を使った運動を適宜行う。							
ボール運動系 ゲーム性を取り入れ何度も投げたり、力いっぱい投げたりさせ、投げる力を身に付けさせる。	陸上運動系 基本的な動きを身に付けさせるとともに「ゲーム」等の力いっぱい体を動かせる運動をさせ、走る力を伸ばす。		水泳・水遊び	※職員研修 (授業の導入等)	陸上運動系 走る、跳ぶ動きをしっかりと取り入れ、走力や跳躍力・瞬発力を伸ばしていく。	器械運動系	※職員研修 (なわとびについて)	体づくり運動 持久走・短縄・長縄など、瞬発力や持久力を伸ばす運動を重点的に行う。
【教科外】	運動会		新体力テスト 体力テストの種目にある動きを練習できるように、体育の準備運動や主の運動の中に取り入れる。				ドッジボール大会 ドッジボールの練習に学級で取り組み、ボールを思いっきり投げる経験を増やす。	
【日常生活等】				夏休みプール開放			外遊び紹介 (スポーツ委員)	
【家庭・地域との連携】	【毎日カード】 握力、柔軟、なわとびなど、家庭でできる簡単な運動を宿題にする。各学年で取り組む内容を記入させ、意欲的に取り組ませる。						体力テスト(個人)結果報告	