

11 平成30年度体力づくり推進計画 ＜全体計画＞

達成目標

自ら積極的に運動に親しみながら技能や体力を伸ばすことができる子どもを育てる。
新体力テストの結果、課題のあった種目で県平均を上回る児童70%以上にする。

学校の状況

- ・交通の要所に位置し、住宅地が多い中規模校。校区は瀬野川、日の浦山などの自然に恵まれている。
- ・日本人初の金メダリストの織田 幹雄（おだ・みきお）氏の出身校。

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

- ・学校以外にボール遊びができる場所が少ない。そのため、放課後、室内でゲームをする児童が多い。
- ・家庭でも運動を行う習慣をつける必要がある。
- ・保護者の協力のもと生活リズムを整えていく必要がある。
- ・朝食は摂取しているが、バランスの面で課題がある。食育の充実を図り、朝ご飯の重要性を考える機会を設ける必要がある。
- ・体育の授業を含め、毎日こつこつと運動をする習慣をつけるように時間を確保する必要がある。主運動と体力づくりにつながる準備運動を年間指導計画に位置付ける必要がある。
- ・児童自らが目標を持ち、意欲的に取り組むようにシステムを確立する必要がある。
- ・楽しい外遊びの方法を知らない児童が多いことが考えられるため、昔からある鬼遊びなど、体全体を使った運動につながる遊びを盛んにする必要がある。
- ・個への指導や支援のあり方について全体研修を行う必要がある。総合判定がD～Eの児童への支援が不十分であるため、D～Eの児童がCに向かうように個別の支援と指導計画を検討していく必要がある。

児童生徒の運動・生活習慣の実態

- ・休憩時間に外遊びする児童の割合は増えているが、放課後に外遊びをしている児童は少ない。
- ・生活アンケートによると、1日のテレビやゲームの時間が2時間以上という児童が約2割いる。
- ・生活アンケートによると、朝食を毎日摂取している児童は97.5%いるが、栄養バランスに偏りが見られる。

広島県体力・運動能力、運動習慣等調査結果との比較から

- 男子
「握力」「長座体前屈」「反復横とび」「20mシャトルラン」「50m走」「立ち幅跳び」において、県平均値かつ全国平均値より低い学年がある。
- 女子
「握力」「反復横とび」「20mシャトルラン」「50m走」において、県平均値かつ全国平均値より低い学年がある。
- 全体
・A～Cの判定の児童は、89.8%と昨年度とほぼ変わらなかったが、「握力」「50m走」が県平均値かつ全国平均値より低い学年が多い。
- ・「握力」を県平均値かつ全国平均値より上回る児童は、41.2%にとどまっている。
- ・「50m走」を県平均値かつ全国平均値より上回る児童は、58.0%にとどまっている。

取組事項

- ① 体育科での取組
 - ・体育の授業では、体力テストの結果、課題のある力を重点的に鍛える準備体操を行う。
 - ・「握力」 →かえるの足打ち、あざらし歩き、手押し車などの運動を取り入れる。
 - ・「50m走」 →8秒間走やスキップ走などを取り入れる。
- ② 体力オリンピックの開催
 - ・2学期に「体力オリンピック」を開催する。新体力テストで特に課題のあった種目に限定し、授業で継続的に体力を高め、記録をとるようにする。また、伸び率の高かった児童を表彰することにより、自らの記録を向上させる意欲を高める。
- ③ 校内体育的行事（運動会、完走大会、長縄大会）の実施
 - ・全校児童が目的をもって運動できるように学期に1度、体育的行事を実施する。
- ④ 体育朝会・元気っこタイムで遊び・運動の奨励
 - ・児童が多様な遊びを行う中で、基礎的な運動の能力を養えるように体育朝会などで遊びの紹介を行う。また、児童が運動したくなるように、遊具を整備する。
- ⑤ 年間4回生活リズムカレンダーの実施
 - ・生活リズムカレンダーの中でノーゲームデーや早寝早起きについて取り組む。
 - ・生活アンケートを実施して、生活リズムの定着や保護者の意識を捉え、次の取組へ生かす。
- ⑥ 家庭との連携
 - ・長期休業中の宿題として体力アップカードの取組を実施し、家庭でも体力作りを行うとともに、家庭での体力作りの意識が高まるように啓発していく。

期待される効果

- ・目標を持って運動する児童が増える。
- ・休み時間や放課後などに外遊びをする児童が増える。
- ・握力・走力の記録向上が期待できる。

体制

- ・保健主事、体育主任を中心とした「体力向上推進プロジェクト」を組織する。メンバーは、保健主事、体育主任の他、校務分掌の健康安全部員とする。（健康安全部員には低・中・高学年が所属する。）
- ・月に1回、健康安全部会の時に話し合いを持つ。その他の時にも必要に応じて会議を持つ。

推進組織

11 平成30年度体力づくり推進計画 <年間指導計画> 海田町立 海田小学校

達成目標 自ら積極的に運動に親しみながら技能や体力を伸ばすことができる子どもを育てる。
新体力テストの結果、課題のあった種目で県平均を上回る児童70%以上にする。

～3月	4月	5月	6月	7・8月	9月	10月	11月	12月	1月	2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					
<p>【体育科・保健体育科】 ← 平成29年度新体力テストで課題となった握力・走力を高めるセット運動 → 平成30年度新体力テストで課題となる力を高めるセット運動 →</p> <p>陸上運動系 ← 体づくり運動系 → 指導方法について、研修を行う。 → 水泳運動系 → 毎時間、授業の始めに取り組み、握力・走力の向上を図る。 → 陸上運動系 → 用具の扱い方、場の設定などの体育の授業に関する指導法の研修を行う。 → ボール運動系 → 器械運動系 → 指導方法について、研修を行う。 → 体づくり運動系</p>										
<p>【教科外】</p> <p>各種大会に向けて強化練習を行う。</p> <p>郡サッカー → 織田陸上 → 郡バレー → 郡水泳記録会 → 遊具の整備 → 郡陸上 → 町陸上 → 陸上運動環境の整備 → 砂場を耕したり、ハードル走の練習の場を設定したりする。 → 郡陸上 → 郡バスケット</p> <p>水泳教室 三年 → 陸上教室 四年 → 陸上教室 五年 → 事業① 競技力向上 → 事業② 競技力向上</p>										
<p>【日常生活等】</p> <p>元気っこタイム…月ごとに、学年で集中的に取り組む運動を決め、毎週金曜日の朝休憩に行う。</p> <p>ランランラン → ジャンプジャンプジャンプ</p> <p>長縄大会 → 運動会 → 新体力テスト → 水泳検定 → 体力テストの結果、課題のあった種目について再測定を行う。 → 体力オリンピック → 完走大会 → なわとび検定 → みんなでまろうフルマラソン</p>										
<p>【家庭・地域との連携】</p> <p>春休み 体育の宿題 (柔軟運動) → 生活リズムカレンダー (GW明け) → 生活調べ 寝た時刻を調べる。 → 夏休み 体育の宿題 (体力アップ貯金) → 生活リズムカレンダー (夏休み明け) → 生活リズムカレンダー (ドミン発表会前) → 生活調べ 寝た時刻を調べる。 → 冬休み 体育の宿題 (縄跳び) → 生活リズムカレンダー (冬休み明け)</p>										