

令和3年度体力づくり推進計画 ＜全体計画＞

達成目標	<ul style="list-style-type: none"> ○ 運動する楽しさや心地よさを味わい、自ら進んで運動する子を増やす。 ○ 新体力テストにおいて学年別男女別種目192項目のうち、県平均を上回る項目の割合を50%にする。
-------------	---

実態把握

学校の状況

- ・住宅団地の中にある大規模校である。
- ・バス通学の児童の割合は全体の約26%である。
- ・児童数に対して、運動場の面積が狭い。
- ・水泳やソフトボール等の地域スポーツに参加している児童が約53%いる。

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

- ・県平均値かつ全国平均値から見ると、本校は50m走に課題が見られる。
- ・高学年になるほど、運動する子としない子(運動クラブに所属する子、しない子)の二極化が見られる。
- ・意欲的に体力の向上を図ることができる取組内容の工夫と継続が今後必要である。

児童生徒の運動・生活習慣の実態

- ・運動やスポーツを「ほとんど毎日する。」「ほぼ毎日する。」と答えた児童は学校全体の約83%である。
- ・「ここにチャレンジ」の取組の成果から、毎日朝ごはんを食べている児童は約88%であるが、バランスよく食べている児童は約82%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

- ・握力と上体起こしと長座体前屈では、全学年男女共に、県平均を上回った。
- ・反復横跳びでは、6年生女子以外で県平均を上回った。
- ・20mシャトルランでは、男女共に多くの学年で、県平均を上回っている。しかし、2学年男子と4学年男子と5学年女子と6学年男女で、県平均を下回っている。
- ・50m走では、3年女子と6年男子以外は県平均を下回った。
- ・立ち幅跳びでは、2年生女子と4年生女子と5年生女子以外で県平均を上回った。
- ・ソフトボール投げでは、1年生男子と2年生女子以外で県平均を上回った。

取組事項

- ①体育科・保健体育科
 - ・体育科の準備運動でストレッチを多く取り入れる。また、定期的に長座体前屈を測定し、児童に意欲付けをする。
 - ・準備体操時にサーキット運動を取り入れる。
 - ・体育・記録カードを使用し、持久走の記録など体力の向上を実感させる。
- ②教科外
 - ・体育朝会で短縄のいろいろな跳び方を紹介したり、運動委員会が中心となりチャレンジマッチの掲示板の工夫やクラスマッチを企画したりして意欲を高める。
 - ・各クラスで「くれチャレンジマッチスタジアム」にチャレンジし、意欲をもたせる。
- ③日常生活等
 - ・朝の会ではグーチョキパー体操(柔軟運動)、家庭でのストレッチ運動を継続し、毎日継続することで、柔軟性を高める。
 - ・休憩時間に体を動かす機会(外遊び)をクラス単位で行う。
- ④家庭・地域との連携
 - ・「ここにチャレンジ」を実施。保護者のコメント欄を作り、家庭の協力も得られるようにする。

期待される効果

- ・外遊びが盛んになる。
- ・運動の日常化を図り、体を動かすことが好きになる児童が増える。
- ・持久力・敏捷性・柔軟性の向上につながる。
- ・テレビの視聴時間が減り、外で体を動かす時間が確保できる。
- ・基本的な生活習慣が身に付く。
- ・栄養バランスを考えて食事をとることができる。

体制

- ・随時、進捗状況を把握するための定例会を開く。
体力づくり推進委員会(教頭、主幹教諭、保健主事、体育主任、体力・運動能力向上コーディネーター)
- ・健康安全部で、原則学期に1回の定例会を開く。

推進組織