別紙様式５

令和３年度体力つくり推進計画
＜全体計画＞

校番（３３）　　呉市立安浦小学校

達成目標	○　走力，跳躍力，握力について重点的に取り組む。 新体力テストの全項目（重点３種目を中心に）で，全国，県平均を上回る。

実態把握

学　校　の　状　況

・　校区が広く，徒歩で登下校している児童がほとんどだがバスを利用している児童もいる。
・　２８６人の児童数からすると運動場がやや狭い。

児童生徒の運動・生活習慣の実態

・　休憩時間には，ボール遊び，一輪車，遊具など，体を動かして過ごす児童が多い。
・　運動会，縄跳び検定，チャレンジマッチ，持久走大会に向けて意欲的に取り組む児童が多い。
・　寝る時間が遅い児童が，高学年を中心にいる。

広島県体力・運動能力，運動習慣等調査結果との比較から

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

・　令和元年度新体力テストの結果，握力・５０m走・ボール投げの３種目で全国及び県平均を下回っている学年が多く見られた。
・　５０m走の記録で全国平均及び県平均を下回る学年が多い。運動会等の体育的行事に向けて意欲的に練習に取り組む児童が多いので，授業で技能面の指導を効果的に行っていくことが必要だと考えられる。
・　ボール投げで県平均を下回る学年が多い。ドッジボールなどのゲームで強い球を投げる機会は多いが，遠くに跳ばす活動を行う機会が日常の中で少ないため，体育の授業で遠くにボールを投げる活動を増やしたり，投げ方を指導したりすることが必要だと考えられる。
・　握力の記録が全体的に低い。グラウンドに設置されている雲梯で遊んでいる児童が少ないので，意欲的に握力を高めようとする取組が必要だと考えられる。

取組事項

①　【体育科・保健体育科】
・　新体力テストのレーダーチャートをもとに得意・不得意な運動を考え，自分の伸ばしたい力の目標を立てる。
・　授業の始めに，走の運動遊びを取り入れ短い距離の全力ダッシュを取り入れたり，スタンディングスタートのフォーム確認を行ったりする。
・　サーキット運動の中に，雲梯を使ったコースを取り入れる。
・　「体つくり運動」の学習で，良い投球フォームやボールの握り方など「投」に関する指導を行う。
・　「くれ・チャレンジマッチ・スタジアム」の全校参加部門の記録測定，更新に積極的に取り組む。
②【教科外】
・　運動委員会が中心になって，休憩時間にスポーツ大会等を実施する。
・　休憩時間に体育館を使用できるようにして，児童が遊ぶ場所を確保する。
・　なわとび運動月間を設定し，運動委員会が縄跳びの技の紹介をし，縄跳び運動に集中的に取り組む。
③【日常生活等】
・　運動の日常化を目指し，毎日運動を行うよう指導し，行った運動をカードに記録する。
・　握力計を常時使用できるような場を設定し，いつでも記録を図れるようにする。また，握力の全国平均値の表を設置し，記録向上への意欲を高める。
④【家庭・地域との連携】
・　学校便りや学年便り，懇談会で，規則正しい生活を送ることの大切さを伝え，家庭の協力を得られるようにする。
・　家庭での取り組みとして，縄跳び運動を提示する。

期待される効果

・　児童の体力・運動能力に対するメタ認知が深まり，主体的な目標設定と多様な運動の日常化につながる。その結果，総合的な体力・運動能力の向上につながる。
・　学校で十分運動して帰宅することで，十分な食事や睡眠が確保でき，規則正しい生活につながる。
・　全職員で取組の方向性を揃え，継続して指導することで，新体力テストの数値が上がる。

推進組織

体　制

・　学校長のリーダーシップのもと，体力・運動能力向上コーディネーター及び体育主任，体力向上委員会を中心として，組織的に体力向上の推進を図る。
・　体力向上委員会を定期的に開き，児童の体力つくりの様子や体力向上への取組の進捗状況などについて話し合う。