

平成25年度体力づくり推進計画 ＜全体計画＞

達成目標

- 一日30分以上体を動かす児童の割合を8割にする。
- 新体カテストの握力、ボール投げの種目について、県平均を上回る。

学校の状況

- ・旧道沿いにある中規模校。
- ・全員徒歩で通学しており、校区の端からだと登校に30分以上かかる。
- ・グラウンドは広く、水はけも良い。ただし、冬期は霜の影響を受けやすい。
- ・体育の時間が他のクラスと重なっても十分対応できる。

児童生徒の運動・生活習慣の実態

- (平成24年度結果より)
- ・運動やスポーツを「ほとんど毎日」と答えた児童は男子で5割、女子で3割。
 - ・1日のテレビ視聴時間が「3時間以上」と答えた児童が約2割。
 - ・朝食はほとんどの児童が食べて登校しているが、バランスのとれているものにはなっていない。

広島県体力・運動能力、運動習慣等調査結果との比較から

- ・男女とも全学年で、体力合計点が、県平均を下回っている。
- ・握力、ボール投げについては、男女ともに県平均を若干下回っている。
- ・全体的に跳躍力に優れるものの、持久力に劣る傾向が見られる。また、特に男子は柔軟性の低下も顕著に見られる。

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

- ・休み時間に外で遊ぶ児童は限られおり、よく遊ぶ児童とほとんど遊ばない児童の二極化の傾向がある。
- ・体を動かすことが好きな児童は多く、進んで外遊びもしているが、サッカーなどのボール運動に偏りが見られる。
- ・放課後は、習い事等でほとんど遊ぶ時間が確保できていない。また、ゲームやテレビなどメディア機器に依存する児童もおり、外遊びに関心が低い傾向がある。
- ・体育の授業の中で主運動につながる補助的な運動を授業の開始に仕組む必要がある。(例 マット運動には手首の運動、走る運動にはダッシュなどの補助運動が望ましい)
- ・家庭での運動の機会を確保してもらうため、生活リズムを見直し、外遊びへの取組を奨励する必要がある。
- ・「朝ごはん」の大切さを再確認し、バランスの良い食事をとる必要性を意識させることが必要である。

取組事項

- ① 外遊びの推進
 - ・「熊一運動タイム」(運動委員会主催)
月2回、運動委員会による遊びの紹介。児童の自発的な外遊びにつながるようにしていく。
 - ・「わくわくタイム」
月2回、火曜日大休憩は、全員外に出て遊ぶ。
 - ・体育の環境整備(運動場の使い方、竹馬・ボールなどの整備)
- ② 体育科での取組
 - ・授業の始めに、主運動につながるコーディネーション運動を取り入れる。その中で体づくりの運動をいろいろ取り入れ、体を動かすことの楽しさを十分に味わわせる。
- ③ 生活リズムアンケートの充実(養護教諭を中心に)
 - ・今まで行っている生活リズムアンケートを見直し、朝食の献立やテレビの視聴時間などを家庭で考えられるものにする。合わせて、長期休業中は、「家族の人の肩もみをしよう!」と呼びかけ、家族とのコミュニケーションを楽しみながら手を使う機会を増やすようにする。

期待される効果

- ・体を動かすことが好きな児童が増える。
- ・外遊びが盛んになる。
- ・体を動かす時間の増加により、食事摂取の促進が期待できる。
- ・ボール投げ、握力の記録向上が期待できる。

体制

- ・「健康・体力づくり推進委員会」を組織し、原則、学期1回の定例会議を開催し、取組事項の効果や新たに課題になっている事項について協議・検討し、取組の見直しをする。メンバーは、管理職から1名、体育主任、保健主事、養護教諭、保健体育部の低・中・高各1名とする。

推進組織

平成25年度体力づくり推進計画 <年間指導計画>

達成目標	<ul style="list-style-type: none"> ○ 一日30分以上体を動かす児童の割合を8割にする。 ○ 新体力テストの握力、ボール投げの種目について県平均を上回る。
-------------	--

	～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】	← 体づくり運動 →	← 体づくり運動 →	← 新体力テスト (1回目) →	← 器械運動系 →	← 水泳 →	← 陸上運動系 →	← 新体力テスト (2回目) ※抽出クラス →	← ボール運動系 →	← 体づくり運動 →	
【教科外】		← 熊一運動タイム (月2回) →	← わくわくタイム (月2回) →	← 体育朝会 (集団行動) →	← 食育(保健)朝会 →	← 体育朝会 (ラジオ体操) →	← 体育朝会 (運動会に向けて) →	← 食育朝会 →	← 体育朝会 (コーディネーション運動) →	← 体育朝会 (なわとび) →
【日常生活等】		← 給食後歯磨き指導 →	← もぐもぐタイム →	← 給食完食調べ →			← 給食完食調べ →			
【家庭・地域との連携】			← 生活実態調査 →			← 生活リズムアンケート (1回目) →			← 生活リズムアンケート (2回目) →	

一保17一