

# 令和6年度体力づくり推進計画 ＜全体計画＞

校番(3) 呉市立白岳小学校

- 中学校区で育成すべき資質・能力
- 知識及び技能
  - 思考力・判断力・表現力等
  - 学びに向かう力・人間性等

- 達成目標**
- 基本的な生活習慣の確立を図り、朝ごはんは3色の食べ物を食べている児童の割合70%以上を維持する。
  - 「50m走」「シャトルラン」「ソフトボール投げ」それぞれの県平均値を越える児童の割合の平均値を50%以上にする。

## 実態把握

### 学校の状況

- ・ 公共施設や工場、商店街等が多く、市街地にある大規模校。
- ・ 児童数に対して運動場が狭い。学級数が多いので、運動場や体育館を十分に使えない。
- ・ 隣接する広公園やオークアリーナの利用が可能。

### 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

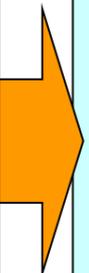
- ・ 社会体育でスポーツに親しむ児童が多い反面、外で遊ぶことを好まない児童も多く、体力の二極化が大きい。
- ・ 体力・運動能力調査等の結果から投力、持久力が本校の課題であることが分かる。また、女子は運動の習慣が付いていないため、全体的に体力運動能力調査の結果が県平均を下回っている。
- ・ 「早ね」「早起き」「朝ごはん」の大切さを今後も継続して家庭へ働き掛けていく必要がある。
- ・ 児童数、学級数が多いため、体育施設や遊具を十分に使えない状況にある。体育科の授業改善を進めたり、運動場や体育館の使い方、休憩時間の遊び場の設定を工夫したり、遊びの紹介をしたりしていく必要がある。

### 児童生徒の運動・生活習慣の実態

- ・ 社会体育等でスポーツに親しむ児童は多いが、一方でゲームばかりして外遊びを好まない児童も多い。
- ・ 就寝時間が遅かったり、朝ご飯を食べていなかったりする児童が固定化している。
- ・ 体育科の授業で意欲的に取り組む児童は多い。

### 広島県体力・運動能力、運動習慣等調査結果との比較から

- ・ 本校で県の平均値を超える児童の割合は、「ソフトボール投げ」は51.7%、「50m走」は55.5%「シャトルラン」は44.9%である。学年により差はあるが、半数の児童が県平均を下回っており、男女共に課題である。
- ・ 「シャトルラン」は、ほとんどの学年が50%以下であり、持久力に課題があることが明らかとなっている。



### 取組事項

- ① 体育科・保健体育科
  - ・ 体力向上や指導力向上を目的とした研修（理論・実技研究）を通して、全教職員が共通理解をもち指導にあたり、授業改善を行う。
  - ・ 年間を通して授業の始めに、「走力」「全身持久力」「投力」の向上につながるようなサーキット、コーディネーション運動を全学年で取り組む。
  - ・ 「走力」「全身持久力」「投力」につながる運動を取り入れた体育朝会を毎月行い、能力の向上を図る。
- ② 教科外
  - ・ スポーツ委員会主催で、重点課題の改善につながるスポーツ大会や取組を学期ごとに行う。
- ③ 日常生活等
  - ・ 月1回の体育朝会で「白岳っ子体操」を行い、いろいろな動きを経験させる。また、動画を活用し、体育の授業や家庭で主体的に取り組めるようにする。
  - ・ くれ・チャレンジマッチ・スタジアムの記録測定、更新に積極的に取り組む。
- ④ 家庭・地域との連携
  - ・ 「ゲーパ運動」や「タオル振り」などを毎日の宿題に取り入れる。
  - ・ 「いきいきにっこり生活カード」を年間3回行い、「早寝早起き朝ごはん」キャンペーンを実施する。記録カードに保護者のコメント欄を設け、家庭の協力も得られるようにする。
  - ・ 学校での取組や家庭で取り組んでほしいことについて「ほけんだより」に掲載したり、学校保健委員会で話し合ったりして啓発を図る。

### 期待される効果

- ・ 体を動かす児童や、体育の授業に意欲的に取り組む児童が増え、運動時間も増える。
- ・ 50m走、シャトルラン、投力の記録向上が期待できる。
- ・ 体を動かす時間の増加により、食事を摂取することの促進が期待でき、食習慣の改善につながる。
- ・ 児童とその保護者が生活習慣の現状を具体的に知り、生活習慣の改善につながる。

### 体制

- ・ 保体部において、体力・運動能力向上コーディネーターを中心とした「体育科教育推進委員会」を構成し、体育科授業改善、体力運動能力向上の取組を組織として進めていく。そのために、原則月1回の分掌会において、体育科授業改善、体力運動能力向上に関わる情報交換を行い、研修を進める。

## 推進組織