

令和 7 年度体力づくり推進計画

校番(3) 呉市立白岳小学校

令和 7 年度「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」における目標値
〈小学 5 年（中学 2 年）〉

体力合計点					
男子	55.00	点	女子	55.00	点
呉市の重点種目 【 50m走 】		中学校区の重点種目 【 20mシャトルラン 】		自校の重点種目 【 ソフトボール投げ 】	
男子	9.40	秒	男子	47.00	回
女子	9.60	秒	女子	37.00	回
運動やスポーツをすることが好きな児童生徒の割合		朝食を毎日食べる児童生徒の割合		1週間の総運動時間が60分以上の児童生徒の割合	
男子	93.0	%	男子	81.0	%
女子	90.0	%	女子	80.0	%
				男子	95.0
				女子	95.0

取組事項

①教科（体育科・保健体育科等）

- ・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（特別活動・部活動等）

- ・ 〇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行う。

③日常生活（休憩時間・場の確保等）

- ・ 週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、タブレットを活用し、コーディネーション運動例を紹介することで、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

- ・ 「クーパー運動」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」による生活チェックを年間2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。

校内体制

推進組織

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。