

平成26年度体力づくり推進計画 ＜全体計画＞

達成目標

- 運動が好きと答える児童が80%以上にする。
- 「50M走」「立ち幅とび」「ボール投げ」を前学年の記録より上回るようにする。

学校の状況

- ・ 中山間部にある小規模校。
- ・ 月に一度、ロング昼休憩の時間に地域の方(遊び隊)と一緒に体を動かしている。
- ・ 地域にスポーツクラブがなく、土・日のスポーツ実施率が低い。

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」と答えた児童は全体の6割だが、運動時間30分未満の児童が5割と低い。
- ・ 1日のテレビの視聴時間が「3時間以上」と答えた児童が、3分の1いる。
- ・ 85%の児童が朝食を毎日摂取している。

- ・ 男女とも「50メートル走」「立ち幅跳び」では、県平均かつ全国平均を下回っている児童が多い。
- ・ 「ボール投げ」は、男子の全ての学年で県平均、全国平均を下回っている。

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

- ・ 毎日体を動かしている児童は多いが、運動をしている時間が短い(運動時間30分未満の児童が半数)という実態がある。運動する時間の確保が必要である。
- ・ 1日のテレビやゲームの視聴時間が多いという実態がある。テレビやゲームの視聴時間を少なくし、家庭でも、体を動かす機会を多くするための方策を考える必要がある。

取組事項

- ① 体育科での取組
 - ・ 体づくり運動の授業を重視し、低・中学年は、「体を動かす楽しさを十分に味わわせる」高学年は、「体力を高めることの必要性を理解させる」に重点を置く。
 - ・ 授業時間のはじめに、瞬発力を高める運動やボール投げを取り入れた玖島っ子サーキット運動を継続的に取組む。
 - ・ 学期ごとに健やか手帳をチェックさせ、児童の運動に対する意識を高める。
- ② 委員会主催「なわとび大会」
 - ・ 全校で気持ちを一つに力を合わせてする、縦割り班長縄大会を行う。大会前の練習も意欲的に行わせる。
- ③ 「朝のランランランを意欲的に取組もう・ごはんをおいしく食べよう」
 - ・ 記録カードを作成し、チェックは担任が行う。成果を見取るためのマラソン大会を学期ごと実施する。長期の休みの日にも自主的運動ができるように、家庭の協力も得られるようにする。日常生活に位置付くように働きかける。
- ④ 「ノーテレビ・ノーゲームデー」の実施
 - ・ 「ノーテレビ・ノーゲームデー」を実施し、家族で会話や読書をしたり、体を動かしたりするなど、時間の使い方を工夫してもらう。

期待される効果

- ・ 50メートル走、ボール投げ、立ち幅跳びなどの記録向上が期待できる。
- ・ 体を動かすことが好きな児童が増える。
- ・ 体を動かすことで、給食の完食が期待できる。

体制

- ・ 体力づくり推進リーダーを核として、保健安全体育安全部を中心に、養護教諭、各担任で構成。
- ・ 企画委員会で報告し体力づくり改善計画と関連させながら推進していく。

推進組織

平成26年度体力づくり推進計画 <年間指導計画>

達成目標

- 運動が好きと答える児童が80%以上にする。
- 「50M走」「立ち幅とび」「ボール投げ」を前学年の記録より上回るようにする。

	～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】	玖島っ子サーキット (サーキット・なわとび)		健やか手帳チェック						健やか手帳チェック	
①	毎時間、準備運動の中に、投力や瞬発力などの基礎体力が向上するような玖島っ子サーキットを取り入れ、子どもたちの「動ける体づくり」に取り組む。									
【教科外】	体育朝会		長縄大会		長縄大会		長縄大会			
②	委員会朝会で、趣旨を説明。月曜のロング昼休憩で実施。学期に1回練習と大会を行う。		大会を意欲的に取り組めるように、トロフィーを用意したり、委員会の児童に掲示物を作成させたりする。				体育朝会で、趣旨を説明。月曜のロング昼休憩で実施。学期に1回練習と大会を行う。			
【日常生活等】	朝のランランラン 朝の5分間マラソンを意欲的に走ろう。体を動かしてご飯をおいしく食べよう。		保健だよりに、体を動かすことの必要性を載せる。		マラソンの記録をとろう。		保健だより等で、長期休業中も続いて取組がされるように働きかけをする。		マラソンの記録をとろう。	
③										
【家庭・地域との連携】	毎月23日 ノーテレビデーの実施		朝会等でノーテレビの実施状況を把握する。		「早ね」「早起き」「朝ごはん」⇒生活チェックを行う。				「早ね」「早起き」「朝ごはん」⇒生活チェックを行う。	
④										