

令和5年度体力づくり推進計画

<全体計画>

学校の状況

- ・海田町西部にある小規模校である。
- ・学区は、遠い所でも徒歩15分圏内である。

児童生徒の運動・生活習慣の実態

- ・令和4年度新体力テスト（5年生）の総合評価のAB率58.1%、ED率9.7%である。（AB-ED）率48.4%
- ・令和3年度新体力テスト校内（5年生）の総合評価のAB率37.5%、ED率11.6%である。（AB-ED）率25.9%
- ・スポーツクラブに所属する児童の割合は44.3%で、運動やスポーツを「ほとんど毎日（週3日以上）」する児童は、42.8%である。
- ・「運動（体を動かす遊びを含む）やスポーツをすることは好きですか」という項目に対し、肯定的回答をした児童が91.8%である。（好き：66.0%、やや好き：25.8%）
- ・生活リズムカレンダーの取り組みでは、歯みがきの1学期が84.9%、2学期が84.3%、3学期が81.3%と学期ごとに下がっていった。
- ・1日あたりの運動時間が1時間以上である児童は54.1%である。
- ・テレビやゲームに2時間以上費やす児童は、41.7%である。

広島県体力・運動能力、運動習慣等調査結果との比較から

- ・測定種目16項目中11項目で県平均値かつ全国平均値を上回っている。
- ・握力、20mシャトルランでは男子・女子ともに県平均値かつ全国平均値を下回っている。
- ・ソフトボール投げでは、女子の記録が県平均値かつ全国平均値を下回っている。
- ・体力合計点は、男子・女子ともに県平均値かつ全国平均値を上回っている。

*令和4年度 第5学年 広島県体力・運動能力、運動習慣等 調査結果より

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

- ・男子・女子ともに「握力」は、例年通り県平均値かつ全国平均値より低い傾向が見られる。
- ・新型コロナウイルス感染拡大の影響から、テレビを見たりゲームをしたりするなど、室内で過ごすことが増加しており、運動やスポーツの機会が一層減少している。それに伴い、持久力の低下がみられる。
- ・運動やスポーツに楽しさを見出しにくい児童がいる。

達成目標

- 新体力テストの総合評価のAB率を、令和4年度の58.1%から60%以上に、ED率を9.7%から8%以下にする。（AB-ED）率50%以上
- 児童アンケートで、1日の運動時間が30分以上の児童の割合を80%以上にする。
- 「握力」の結果を、令和4年度の5年生の平均値よりも、3kgアップを目指す。
- 「20mシャトルラン」の結果を、全国平均値±2回を目指す。

取組事項

①体育科での取組

- ・単元計画を作成し、見直しをもって学習に取り組めるようにする。
- ・単元の導入にオリエンテーションを行い、「する、みる、支える、知る」の観点から特に「支える・知る」を重点的に指導に取り入れ、実態に応じた参加の在り方を全児童が実感できる体育指導を進める。
- ・ACPを授業の導入で握力等の技能向上に向けた「用具を操作する運動」「体のバランスをとる運動」を取り入れる。友達と協力することで、楽しく活動し、児童が自然と運動できる時間を設定する。
- ・ICTを活用し、運動のポイントを解説動画等から「知る」機会や、自分の動きを撮影し客観的に「みる」機会を設けることで、自分自身の課題を見付けられるようにする。

②西っ子外遊びタイム、外遊びの取組み

- ・各学年月2回、「西っ子外遊びタイム」を実施する。体育整備委員会を中心に全校遊び等を企画し、学校全体で体を動かす取り組みを進める。また、教員も一緒になって遊ぶことで、外で遊ぶ楽しさを味わわせる。
- ・体育整備委員会を中心に外遊びを紹介し、遊びを通じて多様な運動を行う。
- ・外遊びの道具を整理し、外遊びを奨励する。

期待される効果

- ①「する・みる・支える・知る」体育学習の実践から、「できる」、「できない」がスポーツの価値ではないことに気付かせることで、運動やスポーツが好きな児童が育つ。
- ②外遊びが盛んになり、休憩時間や放課後に体を動かして遊ぶ児童が増え、体力の向上に繋がる。
- ③体を動かす習慣作りに繋がる。

体制

- ・保健安全部で「体力向上推進チーム」を構成し、随時会議をもって推進する。

推進組織

令和5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"> ○新体力テストの総合評価のAB率を、令和4年度の58.1%から60%以上に、ED率を9.7%から8%以下にする。(AB+ED)率50%以上) ○「運動やスポーツをすることは好きですか」という項目に対し、否定的回答をする児童の割合を、5%未満にする。 ○「握力」の結果を、令和4年度の5年生の平均値よりも、3kgアップを目指す。 ○「20mシャトルラン」の結果を、全国平均値±2回を目指す。
------	---

	～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】	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px auto; width: 80%;"> 「する・みる・支える・知る」体育学習の展開 </div> <ul style="list-style-type: none"> ・オリエンテーションの充実 (①単元のゴールは何か。②どのようにするのか、どのようにみるのか、どのように支えるのか、どのように知るのか) ・めあての提示 (本時に何ができればよいのか。) ・ACP を授業の導入で取り入れる。 ・評価 (授業中の声掛けによる評価、ワークシートによる評価等) ・ICT の効果的な活用 									
【教科外】	道具・器具整備	運動会 校内研修 <div style="border: 1px solid black; border-radius: 10px; padding: 5px; font-size: x-small; margin-top: 5px;"> 新体力テストの種目別実施方法について教員間の共通理解を図る。 </div>		新体力テスト	道具・器具整備 校内研修 <div style="border: 1px solid black; border-radius: 10px; padding: 5px; font-size: x-small; margin-top: 5px;"> ・「する・みる・支える・知る」体育学習の展開に関して教員間の共通理解を図る。 </div>				校内研修	道具・器具整備 マラソン大会
【日常生活等】	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px auto; width: 60%;">西っ子外遊びタイム月2回</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px auto; width: 60%;">給食後の歯みがき指導</div>									
【家庭・地域との連携】	←→		←→		←→		←→		←→	
	歯みがき週間		歯みがき週間		歯みがき週間		歯みがき週間		<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; font-size: x-small;"> なわとび練習 (冬休み) </div>	