

令和6年度体力づくり推進計画 ＜全体計画＞

達成目標

- 体力・運動能力の向上（2年生で新体力テストで全国平均以上の種目数の割合が50%以上）
- 体力に関する意識付けの向上（生徒アンケートで体力向上に対する肯定的評価の割合が85%以上）

学校の状況

全学年1学級と特別支援学級2学級の、5学級である。生徒数は年々減少傾向にある。

運動部活動は、全生徒数の関係から男子はバスケットボール部の2部、卓球部、女子はソフトテニス部、卓球部の2部である。チームが組めなければ他の学校と合同チームを組んで出場する状況である。野球部とバレーボール部が昨年度に廃部となった。生徒会活動等との両立が難しく、なかなか部活動に参加できない生徒もいる。少人数で満足に練習ができない部もあり、平日の練習が充実していない。

児童生徒の運動・生活習慣の実態

朝食を毎日食べると答えた生徒は83%と昨年度より増えているものの、給食に対しては好き嫌いがある生徒が多い。朝食の大切さやバランスのよい食生活の重要性について学習し、改善していく必要がある。また、体力がついたと感じている生徒は約80%おり、授業や委員会等で更に運動に親しめるよう取組を改善したい。

広島県体力・運動能力、運動習慣等調査結果との比較から

例年、県平均値と比較すると、全体としてハンドボール投げと立ち幅跳び、持久走の体力値が低いので、この3種目を伸ばせるようにする。

学校で運動部所属にしている生徒は76%。地域のスポーツ少年団（サッカー）に所属している生徒もおり、たくさんの生徒が運動部活動・地域のスポーツ少年団に参加し、運動をする機会を得ている。その反面、積極的に部活動に参加する生徒としない生徒で二極化している現状がある。

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

- 全体的に、どの体力値も高くなく、総合的に高めていく必要がある。
- 体力がついたと感じている生徒は少しずつ増えており、継続的に体力を高める取組を行う必要がある。

取組事項

【教科指導】

○新体力テストを年度当初のみでなく、年に2回行う（特に課題としてあがった項目）ことで、生徒自身が現在の体力の状態を正確に把握できるようにする。また、その結果から体力を段階的に向上させるよう目標を設定させる。

【学校行事】

○体育的諸行事に全力で取り組ませることで、自ら健康を増進し、体力を向上しようとする態度を養う。

○朝会等の時間を使って、玖波中ジムナスティック(エアロビクス)を定期的の実施し、休憩時間の使い方を保健体育科と保健体育委員会が考え、企画する。「身体を動かす」取組を推進していく。

【生徒会】

○クラスマッチや全校レクリエーション等を企画・実施することで、大会の運営や参加の仕方を考えさせ、体力向上の取組に参画させる。

○保健体育委員会を中心に「健康」について全校生徒に情報提供をする。

【部活動】

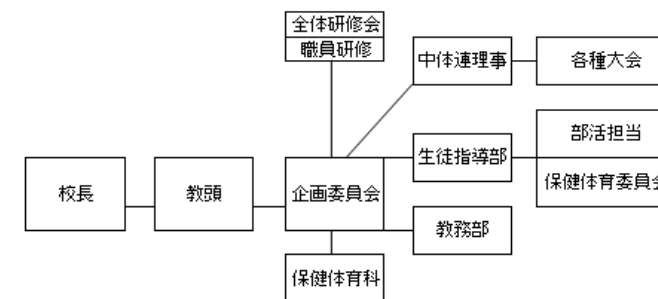
○体力づくりの観点から、各部活に応じた補強運動を部長会で紹介し、取り組ませる。

○基礎体力の向上を図る。

期待される効果

- 運動やスポーツへの意識をさらに高め、個々の体力向上を考え、積極的に身体を動かす生徒が増える。
- ↓
- 昼休憩など、教室にいるのではなく、生徒が運動する場面が増え、特に投力・走力が上がる。
 - 定期的エアロビクスなど取り入れることによって特に調整力・持久力が上がる。
 - 全項目の平均が上がり、「努力項目」の数が減る。

体制



推進組織

令和6年度体力づくり推進計画 <年間指導計画>

達成目標

- 体力・運動能力の向上（2年生で新体力テストで全国平均以上の種目数の割合が50%以上）
- 体力に関する意識付けの向上（生徒アンケートで体力向上に対する肯定的評価の割合が85%以上）

～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
【保健体育科】	重点項目体力測定	体づくり運動	重点項目体力測定	重点項目体力測定	体づくり運動			重点項目体力測定
重点項目体力測定から補強運動		新体力テスト実施	分析	各单元内で課題項目について補強運動を組み込む。		各单元内で課題項目について補強運動を組み込む		
玖波中ジムナスティック		玖波中ジムナスティック				玖波中ジムナスティック		
【教科外】			体育祭	クラスマッチ 体育館開放		江田島宿泊 体験学習	部活がんばり週間	【保健体育委】 SHR, 外で体を動かす取り組み
【保健体育委】 SHR, 外で体を動かす取り組み			部長会（每学期2回）					
			生徒朝会：玖波中ジムナスティック（エアロビクスの運動）、保健体育科と保健体育委員会が企画しての運動実施					
【日常生活等】			給食指導：給食の配膳、片付けの指導	食に興味を持たせる（毎日の保健体育委員会の昼の放送）				
感染防止活動 強化月間 【保健体育委】		歯に関する標語 応募			生活習慣整え月間 【保健体育委】	健康への意識 UP!	文化祭で全員の 標語を掲示する。	
【家庭・地域との連携】			学校評価（生活について）のアンケート					学校評価（生活について）のアンケート