

令和8年度体力づくり推進計画 ＜全体計画＞

達成目標

- ・運動・スポーツの好きな生徒の増加
- ・体力・運動能力調査の得点の向上
- ・部活動の満足度の向上
- ・健康・安全・食に関する意識の高揚

学校の状況

- ・小規模の小学校2校の児童が集まる小規模校。
- ・バス通学の生徒の割合は約9割。
- ・業間運動を週3日、10分間実施している。
- ・体育の授業で、課題のある種目について継続的に計測をし、課題意識をもたせている。

児童生徒の運動・生活習慣の実態

- ・生活習慣が安定していない生徒が多く、睡眠時間が少ないことや肥満傾向の生徒が18%いることが実態である。

広島県体力・運動能力、運動習慣等調査結果との比較から

- ・体力合計点は全国平均値より低く、全国平均を上回っている項目は31%である。
- ・特に「反復横とび、持久走、50m走、立ち幅とび」の数値が平均と比べ、大きな差がある。そのため、「敏捷性、スピード、瞬発力、全身持久力」に課題がある。

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

- ・生徒の体力能力値の低下が数年続いている。
- ・体育の授業や業間運動を通して運動時間を確保した。特に「敏捷性、スピード、瞬発力、全身持久力」の運動能力の向上を目指して取り組むことができたが、全国平均には届かなかった。
- ・運動時間の確保の徹底は継続し、さらに運動の質を高めていく必要がある。
- ・生活習慣が安定しておらず、睡眠時間が少ない生徒が多くいることから、家庭との連携が必要である。

取組事項

- ①体育科での取組
 - ・体力・運動能力調査結果を踏まえた補強運動を授業の中に組み入れる。
 - ・年度末に新体力テストを再度行い、生徒の実態を把握する。
 - ・江田島市の中学校全体で新体力テストの記録を競い、市内上位者10名を表彰する。
- ②生徒会主催「球技大会」を開催する。(保健体育委員会と連携)
 - ・内容は保健体育科と保健体育委員会を中心に検討する。
- ③部活動の活性化
 - ・外部講師の招聘や練習試合を積極的に実施する。
- ④ヘルスチェックの活用(養護教諭を中心に)
 - ・体温測定や今日の気分、朝食の摂取状況、睡眠時間の把握を毎週行い、個別指導または全体への指導を行う。
- ⑤食育への取組
 - ・全教職員で給食指導を行う。
- ⑥業間運動への取組
 - ・新体力テストの実態を踏まえ、運動内容を検討していく。
- ⑥家庭への働きかけ・協力依頼
 - ・PTA総会・懇談会で働きかける。ホームページで結果と分析を掲載する。
 - ・学校だより・Google classroomを活用する。

期待される効果

- ・自分の健康安全、体力・運動能力に関心をもつ。
- ・みんなで運動することで、運動の楽しさを感じることができる。
- ・体力・運動能力調査の結果の向上が期待できる。

体制

- ・生徒指導部員で構成する。
- ・学期に1回定例会議を行う。

令和8年度体力づくり推進計画 <年間指導計画>

江田島市立江田島中学校

達成目標	<ul style="list-style-type: none"> ・運動・スポーツの好きな生徒の増加 ・部活動の満足度の向上 	<ul style="list-style-type: none"> ・体力・運動能力調査の得点の向上 ・健康・安全・食に関する意識の高揚
-------------	--	---

	～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	→		→		→	→		→		→
	→		→		→	→		→		→
【保健体育科】	ダンス	体づくり運動	体育祭への取組	新体力テストの実施 結果分析	夏季休業中の体力づくりの課題設定	ダンス	球技大会(1年生～3年生)	球技	ロードレース大会	
		昨年度の課題・成果を生徒と共有し、今年度重点課題を考えさせる。				球技大会で行う種目を授業でも取り入れて行い、生徒の運動に対する意欲を喚起する。		上位を表彰し、意欲を喚起する。		
【生徒会】		業間運動					球技大会(1年生～3年生)			
		通年で行う。基本を短距離走とコーディネーショントレーニングとするが、重点的に他のトレーニングも行う。					全学年で行えるものを保健体育委員会を中心に計画し運営する。			
【部活動】		強化週間	中体連春季大会	強化週間	中体連夏季大会	強化週間	中体連新人大会			
【健康状態】				ヘルスチェック	実施(毎週)					
				全学年	食育					