

令和5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

- ・小規模の小学校の児童が集まる小規模校。
- ・バス通学の生徒の割合は9割。
- ・体育館が旧小学校のものでバレーコート・バスケットコートが一面しかとれない。
- ・グラウンドが旧小学校のもので直線で100mがとれない。

児童生徒の運動・生活習慣の実態

- ・朝食を「摂取しない日がある」と回答した生徒が男子10.6%、女子6.3%である。
- ・一週間の総運動時間が60分未満の生徒が男子5.6%、女子18.8%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2学年女子が全国平均値より低い。
- ・全国平均を上回っている項目は35.4%である。A評価獲得者は全体の18%しかない。学校全体で体力向上が求められる。

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

- ・バスの時間等の影響もあり、部活動で体を動かす時間が十分とれていない。
- ・グラウンド、体育館ともに場所と設備の課題があり、広く使用することができない。
- ・ほとんどの生徒がバス通学で、登下校時にも歩行距離が短く、体を動かす必要性が少ない。
- ・意欲的に部活動に参加することができているが、体力を向上させようという意欲が低い。

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毎時間組み入れる。
 - ・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。
 - ・新体力テスト上位者への表彰を行い校内へ掲示する。
 - ・江田島市の中学校全体で新体力テストの記録を競い、上位者10名を表彰する。
- ②生徒会主催「球技大会」の開催（生徒会と連携して行う。）
 - ・内容は保健体育科と生徒会を中心に検討する。
- ③部活動の活性化
 - ・部活集会を行い、部活動に意欲的に取り組ませる。
 - ・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）
 - ・毎日行う。体温測定や今日の気分や朝食の摂取状況の把握を行い、個別指導または全体への指導を行う。
- ⑤食育への取組
 - ・保健体育委員を中心に残食0の声かけを行う。
 - ・栄養教諭を活用した給食指導をする。
- 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。（コロナウイルス感染拡大の状況を踏まえながら）
- 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・保健だより・PTA広報誌を活用する。

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

- ・保健体育科・部活動担当者・養護教諭で構成する。
- ・学期に1回定例会議を行う。

令和5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

- ・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
- ・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	→		→			→	→		→		→
	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】	ダンス	体づくり運動	体育祭への取組		夏季休業中の体力づくりの課題設定		ダンス	球技	ロードレース大会 新体力テスト		
		一昨年度の課題・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。	クラス対抗形式で行い、意欲を喚起する。	年度当初に行った新体力テストからの伸びを再計測する。		
【生徒会】		業間運動						球技大会(1～3年)			
		通年で行う。基本を長距離走とボール投げと体幹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科、生徒会を中心に計画し運営する。			
【部活動】	部活集会	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				
	通年で行う。		部活動における体力向上の取組を共有する。								
【健康状態】	ヘルスチェック実施(毎日)				全学年 食育						