

# 令和5年度体力づくり推進計画 ＜全体計画＞

## 達成目標

・体力向上をねらいとした授業改善と、体育環境の整備

### 学校の状況

- ・府中町の南部に位置し、マツダ（株）の発展とともに市街地が進んできた地域にあり、全校児童743人である。
- ・休憩時間に外遊で遊んだり体育科の授業で運動を行ったりするのに十分な広さの運動場がある。

### 児童生徒の運動・生活習慣の実態

- ・外で運動する時間や内容に個人差があり、児童期に必要ないろいろな運動（動き・遊び）の経験が不足している児童がいる。
- ・習い事の多様化や校区内の地理的条件によって、平日に外で遊ぶということができにくい状況にあり、運動を行う時間が少なくなっている。
- ・児童の運動能力の差が大きい。

### 広島県体力・運動能力、運動習慣等調査結果との比較から

・体力・運動能力調査の体力合計点（第5学年）、平均値を令和元年度、令和3年度、令和4年度と調査した所、

AB率 50.4 ⇒ 47.8 ⇒ 50.9

DE率 20.2 ⇒ 23.5 ⇒ 19.0

全体 56.6

という結果となった。AB率は、50%付近を推移しているが、DE率は年々増加傾向にあったが、昨年度は減少した。新型コロナウイルスの感染対策を講じ、昨年度から運動機会が徐々に戻りつつあると考えられる。しかし、児童の総合的な体力は低下しているように感じる。

## 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

- ・体力・運動能力調査から、児童の運動の実態として、外遊びや地域のスポーツ活動などで活発に運動している児童とそうでない児童の運動時間に大きな差があり、運動時間が少ない児童は体力合計点の数値も低いことが分かった。
- ・第5学年の児童で、県平均（令和4年度）かつ全国平均値（令和3年度）を下回った項目は以下の通り。

男子 「50m 走」

女子 該当項目なし

全体として「50m 走」の数値が低く、敏捷性に課題があることが分かった。

- ・昨年度、本校の課題として挙げていた「立ち幅跳び」は男女共に平均値を上回ることができている。

### 取組事項

- ① 体育科の取組
  - ・体を動かす楽しさや喜びを十分に味わわせ、運動量を確保できる授業の展開
  - ・授業の準備時間削減や指導の時間・運動量の確保をねらいとした時間割編成
  - ・遊具・教具を活用するサーキットトレーニングの導入
  - ・全教職員による体力テストの結果、課題について共通理解をする時間の設定
  - ・体力テストの分析結果を基に、課題に応じた多様な運動の紹介
  - ・体力テストの分析から次年度の目標を設定し、授業改善に生かすカリキュラムマネジメント
- ② 学校教育活動全体における体育活動
  - ・学校の教育活動全体を通じて行う体育活動の推進
  - ・児童が体を動かす楽しさや気持ちよさを実感できる体育朝会の実施
- ③ 体力向上の基盤となる健康な体づくりへの意識啓発
  - ・委員会活動や保健だよりを通じた外遊びの奨励・啓発
  - ・健康な体づくりの意識啓発を推進するための校内研修の実施(理論・実技研修)

### 期待される効果

- ① ・全ての児童に運動の機会が確保される。  
・児童に課題のある項目に関する体力の向上が図れる。  
・教師の授業改善に対する意識の向上が図れる。
- ② ・体を動かす楽しさや気持ちよさが実感でき、運動の習慣化が図れる。
- ③ ・遊びを通じて運動量が向上することにより、体力や技能の向上が図れる。

### 体制

- ・校務分掌の中に健康教育部を設け、その中に体育主任を位置付ける。
- ・保健主事は体育主任、養護教諭と連携し、体力づくりの企画立案をする。
- ・体育主任は、健康教育部所管の取組や関連する他の分掌部と連携し、学校の教育活動全体を通じて体育活動を推進する。

## 推進組織

# 令和5年度体力づくり推進計画 <年間指導計画> 安芸郡 府中町立 府中南小学校

**達成目標** ・体力向上をねらいとした授業改善と、体育環境の整備 ・健康な心身の基礎となる望ましい食習慣を育てる「食育」の推進

	～1月	2月	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			全国体力・運動能力, 運動習慣等調査 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】	全体計画の原案作成	実態把握 授業改善 全校の課題の把握と 取組の計画	運動会行事との連携 全国体力・運動能力, 運動習慣等調査実施 準備	全国体力・運動能力, 運動習慣等調査実施・ 分析	休業中の体力づくり の計画 水泳指導				陸上記録会指導	なわとび指導	持久走 休業中の体力づくり の計画						
【教科外】 ●体力づくり計画	計画作成						敏捷性・瞬発力トレーニング										
●行事	安芸郡ミニバスケット大会 (6年生)	定期健康診断 全国体力・運動能力, 運動習慣等調査	運動会 定期健康診断 全国体力・運動能力, 運動習慣等調査	定期健康診断 プール清掃 (6年生) プール開き 安芸郡ソフトバレー ボール大会 (6年生)	野外活動 (5年生) 水泳教室 (3年生以上) 水泳強化練習 (4年生以上) 安芸郡水泳記録会 (4年生以上)					陸上記録会練習 (5・6年生)  安芸郡陸上記録会 (5・6年生)							
【日常生活等】	計画作成	外遊びの推進															
		家庭学習との接続	運動会で体力・走力アップ				水泳を通して持久力アップ	遊具遊びを通して握力アップ	← なわ跳び・持久走を通して持久力・調整力アップ →								
【家庭・地域との連携】	来年度の目標設定		運動会の取組の説明	全国体力・運動能力, 運動習慣等調査 結果報告	夏季休業中の体力づくり												冬季休業中の体力づくり
	学校だよりによる, 健康なからだづくりの啓発																