

# 1 「体力向上プラン2006」推進計画

スポーツ課

## (1) 目的

県下児童生徒の体力・運動能力は、わずかではあるが年々低下の傾向を示している。また、学習指導要領総則3には、学校教育全体で体力向上について取り組むように示されている。

そこで、県下の小・中・高等学校が自校の児童生徒の体力・運動能力の実態を把握し、今後の具体的な体育指導に生かすための目安としたり、実践・評価へと結びつける基礎資料としたりするために、体力向上プランを作成し体力づくりに取り組む。

さらに、本年度は、昨年度(または過去の)の取り組みの成果と課題の上に立って、より各学校の児童生徒の実態に沿ったプランを作成し継続的な取り組みを進めていく。

## (2) 対象校

県下の小・中・公立高等学校全校

## (3) 実施内容

各学校が、昨年度(または過去の)の実践の成果と課題を基に、全教職員の共通理解を得て「体力向上プラン2006」推進計画書を作成する。

**昨年度までの取り組みの評価を記す。**

**またどのような課題、実施する上での困難点等があるかも記す。**

特色ある「体力向上プラン2006」については、スポーツ情報ネットワークを通じ、県下に紹介していく。

「体力向上プラン2006」推進計画書に基づいて実践し、その結果について評価する。

評価については、次年度の計画に反映されるよう、次年度計画書の中に位置づける。

## (4) 推進計画書の概要

(A4用紙1枚)

# 「体力向上プラン2006」

学 校 名  
校 長 名  
記 載 責 任 者

## 1 昨年度の取り組みの概要と評価

### (1) 取り組みの概要

(例) ・生徒会の体育委員会が、運動の実施状況を高めるために、バスケットの3on3大会を昼休みに体育館で週に1度行った。

・校庭にボール投げ用のストラックアウトを特設し、昼休みや放課後に開放した。

・水泳单元の中に集団リズム水泳の時間を設けた。

### (2) 評価(具体的な数値やデータを指標として)

(例) ・昼休みの体育館使用率が全校生徒の割合において、一昨年平均12%から20%になった。

・ボール投げの数値が一昨年の新体力テスト結果よりも平均2m向上した。

・水泳の見学者数が一昨年よりも2割減った。

## 2 今年度の取り組み

### (1) 具体目標(数値やデータを指標として)

(例) ・20Mシャトルランの回数を昨年度より1割以上向上させる。

・休み時間の運動遊びの人数を50%から60%に向上させる。

・全校の児童が1週間に1度は縄跳びをする習慣をつける。

### (2) 内容と方法

## 3 評価計画(実施後の評価方法)

## 2 取り組みの全体的な傾向

「体力向上プラン2006」の全体的な傾向をまとめましたので参考にしてください。

### (1) 体力向上プラン2005の評価(記載内容から読み取れたもの)

取り組みにより何らかの成果が見られた学校

小学校 94.8%	中学校 87.9%	高等学校 16.7%
-----------	-----------	------------

成果の中で、休み時間などで運動する人数の増加が見られた学校

小学校 39.1%	中学校 13.2%	高等学校 2.2%
-----------	-----------	-----------

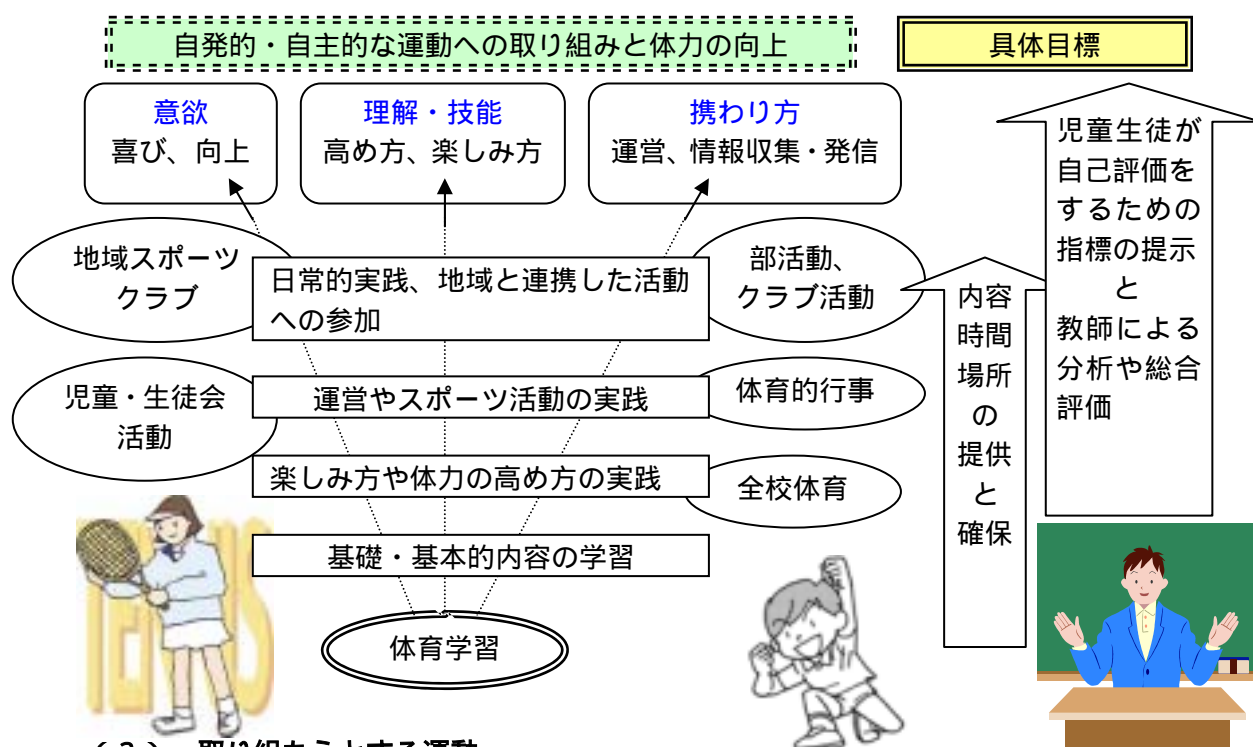
成果の中で、新体力テストの結果に向上が見られた学校

小学校 17.9%	中学校 42.5%	高等学校 2.2%
-----------	-----------	-----------

### (2) 今年度の取り組み

取り組む内容や方法については、地域性や児童生徒の実態、学校教育目標などをふまえた体力向上を目指す指導・支援の考え方が読み取れました。体育・保健体育の授業を中核にし、運動に対する意欲、体力の高め方や運動の楽しみ方、運動への携わり方(運営や情報収集など)の高まりから、自主的・自発的に運動に取り組むことを目標とし、数値でみることができるものをもとにして評価しようとする学校が多くありました。(下図参照)

年に2回体力テストを行い成果を確かめたり、1年間の自分の成長記録をまとめたりする工夫もみられました。



### (3) 取り組もうとする運動

体の柔らかさ及び巧みな動きを高めるための運動(ストレッチ、縄跳び など)

小学校 54.2%	中学校 28.2%	高等学校 16.5%
-----------	-----------	------------

力強い動きを高めるための運動(サーキットトレーニング など)

小学校 11.2%	中学校 20.7%	高等学校 20.0%
-----------	-----------	------------

動きを持続する能力を高める運動(マラソン、エアロビクス など)

小学校 67.3%	中学校 47.7%	高等学校 55.6%
-----------	-----------	------------

### (4) 新体力テストの実施(実態把握、評価、学習に生かす など)

小学校 52.2%	中学校 83.8%	高等学校 77.8%
-----------	-----------	------------

## 3 各学校での取り組み