

体力向上プラン2013

学校名		小学校	校長名					
本校の児童・生徒の体力の現状		昨年度行ったアンケートの結果「体を動かすのが嫌になっている」「めあてをもていない」傾向が見られた。外で元気に遊ぶ子がいる一方、なかなか外に出たがらない子も多く、サーキットトレーニングの必要性を感じている。						
昨年度の成果と課題		<p>【平成24年度新体力テストの考察】</p> <p>①昨年度、全体的に課題であった20Mシャトルランの記録がほとんどの学年が伸びた。これは、今年度で2回目ということと、歩いたり、外で体を動かしたりする機会が少しずつ増えてきたことが要因として考えられる。また、握力と反復横跳びも全体的に全国平均を上回っていた。</p> <p>②全体的に、<u>長座体前屈の記録が良くなかった</u>。柔軟性において課題が見られる。</p> <p>【課題】</p> <p>①全体的にサーキットトレーニングの運動に親しんでいる低学年に比べて、高学年では、<u>意欲的に取り組んでいない児童（途中でやめる、参加しないなど）も一部目立った</u>。これは、本校児童の実態「体を動かすのが嫌になっている」「めあてをもていない」傾向がまだ強い表れだといえる。また、歩く意識も全体的に低い。</p> <p>【次年度の1校1運動の方向】</p> <p>①サーキットトレーニングと体を使った遊びの推進 ②動き・姿勢・食の意識付け</p>						
今年度の具体目標		<p>①学校の外運動（遊び）の頻度週3日以上の子どもの割合を60%以上にする。</p> <p>②いろいろな運動にふれながら、個々の運動に親しむ意識を高めていく。</p>						
具体的な取組計画	1校1運動	<p>【内容】</p> <p>①朝の時間や授業前に<u>登り棒や鉄棒などを使ったサーキットトレーニングに取り組む</u>。</p> <p>②毎学期に1回<u>運動重点期間</u>を設ける。⇒6月・11月・1月の予定</p> <p>③年間通して日常の中における「動き」「食」に対する意識付けを図っていく。</p> <p>④体力テストを引き続き実施し、ここの記録を「わたしのからだ」としていく。</p>						
	教科体育	<p>①準備運動を主運動につなげる内容に工夫し、主運動の時間を多く確保する。</p> <p>②体づくり運動をできるだけ多く取り入れながら、いろいろな運動に親しませる。</p> <p>⇒この2つは、今年度の授業改善部会の中で重視しながら研究を進めていく方向。</p>						
	特別活動 その他	スポーツ委員会と連携し、全校運動の中で集団遊び（鬼ごっこなど）やマラソンなどの体力作り活動を行っていく。						
	部活動	※中・高等学校のみ						
評価方法 (体力テスト以外)		<p>①学期ごとに外運動（遊び）をしている子どもの割合を調査する。</p> <p>②保護者と児童による学校評価アンケート</p>						
25年度の新体力テスト実施予定	10-11月実施	1年	2年	3年	4年	5年	6年	実施予定学年に○
		○一部	○一部	○一部	○一部	○	○	
小学校「運動遊び」「体づくり運動」DVDの活用状況又は 中学校「コアトレーニング」DVD（4月配布）の確認					活用（確認）した		活用（確認）しない	
記載者職・氏名								