

体力づくり全体計画

日本国憲法
教育基本法
学校教育法
学習指導要領
県の施策
市の施策

学 校 教 育 目 標
地域とつながり 豊かな心と言葉で 自ら学ぶ児童の育成

め ざ す 子 ど も 像
支え合い高め合う国府っ子

体力とは

- ①運動をするための体力
- ②健康に生活するための体力

- 人間の発達・成長を支えるもの
- 体を動かす原動力になるもの
- 健康を維持増進する上で必要なもの
- 「問題解決能力」「豊かな人間性」「生きる力」の重要な要素

必要性から

体力づくり

実態・課題から

★ 小学校期におけるねらい

- 主として体の柔らかさを高める体づくり
- 主として巧みに動ける体づくり
- 主として動きを持続することができる体づくり
- 運動の楽しさや喜びを味わえること

本校児童の実態

- 新体力テストの結果において、筋持久力、柔軟性、敏捷性、全身持久力、走力、瞬発力、踏力、巧緻性が全国平均よりも下回っている。
- 児童アンケート「体を動かすことが楽しい。」の項目において、92%が肯定的評価8%否定的評価をしている。

本校児童の課題

- 発達段階に見合った体力・運動能力が身に付いていない児童が多いと考えられる。
- 運動嫌いな児童が1割弱いる。

本 校 の ね ら い

- 運動が好きな子
- 生涯にわたって運動に親しむ子
- 健康に関するさまざまな課題に対応できる資質・能力を身に付けた子

本 校 の 体 力 つ く り の 取 組

教科(体育・保健)

- 年間指導計画に基づいて実施
 - ※「各学年体育年間指導計画」
 - ※「各学年学習内容の系統および運動事例表」
- 体力テストの実施・考察・課題把握・授業改善
 - ・柔軟運動や筋力強化の運動の導入
 - ・単位授業時間における運動量の確保
- 児童の基礎体力向上
 - ・授業でのサーキットトレーニングの導入
- 教師の授業力向上
 - ・教職員に向けた体育科に関する研修の導入

特別活動

- 学級活動
 - ・学級レクリエーション
- 児童会活動
 - ・ドッジボール大会
 - ・委員会(環境整備・体育的活動の企画)
 - ・外遊びの奨励(目標化)
- クラブ活動
 - ・定期的な実施(運動クラブ)
- 学校行事
 - ・水泳練習
 - ・水泳記録会・運動会・陸上記録会・スポーツ行事
 - ※記録証やカードによる意欲づけ

施設・設備の充実

体力の向上

ねらいの実践→課題の克服→めざす子ども像の実現

健康の保持増進

環境整備・安全点検

休憩時間等を使った体力づくり

- 外遊びの推進, 奨励
 - ・学級レク曜日(週1回)
 - ・体育委員会による遊び方の紹介

外遊びの効用

- ・社会性の向上
- ・豊かな人間関係づくり
- ・思考力、創造力の向上
- ・生活リズムの構築

家庭や地域との連携

- 生活習慣の定着
 - ・健康3原則(よく食べ、よく動き、よく眠る)の日常生活における実践の働きかけ(通信、懇談会、保健だより)
- 学校保健委員会
 - ・委員からの指導、助言
- 継続した体力づくり
 - ・体力づくりカード(課題のある種目に関わる運動を中心に)
- 社会体育への参加
 - ・サッカー、野球、水泳、卓球、バレーボール、剣道、空手、ソフトボール
- PTA活動
 - ・大ラジオ体操
 - ・食育の充実